

高富児童館だより

閩高富児童館 TEL22-4750

みんなでモルックをしよう！

外遊びに最適な季節になってきました。

児童館では、モルック大会を館庭で行います。参加は誰でもOK。乳幼児の親子から小中高生、地域の人まで、みんなで一緒にモルックを楽しみましょう。

また、今年度は、誰でも参加できるスポーツの企画をたくさん用意しています。小学生が大好きなドッジビーや昨年度大人気だった卓球バレー、毎年恒例のボッチャなど、順次開催していきます。

さまざまな人と交流し、関わりながら子どもたちが育っていくと良いなと思っています。地域の皆さんも、ぜひ一緒に子どもたちと関わってください。

モルック大会

日時	5月17日(土) 13時30分～
場所	高富児童館 館庭
対象	誰でも参加できます。
申込	電話するか来館時に直接申し込んでください。
締切	5月16日(金)



▲令和6年5月のモルック大会の様子

地域包括支援センターだより

閩南部地域包括支援センター TEL22-6886
閩北部地域包括支援センター TEL52-3340

無意識のうちに虐待をしていませんか？

近年、高齢者への虐待事例が増えてきています。虐待を受けている人の多くが認知症を有しており、虐待されている自覚がない場合があります。また介護者側も、介護の大変さから無自覚に高齢者に強く当たってしまう危険があります。

次のような行為は虐待にあたります。知らないうちに高齢者の尊厳を傷付けてしまっていないか。無意識のうちに虐待をしていないか確認しましょう。

1. 身体的虐待…なぐる、ける、つねるなどの行為で、身体的苦痛を与える
2. 心理的虐待…言葉や威圧的な態度で脅すなどして、精神的苦痛を与える
3. 介護放棄…介護や生活の世話を放棄する
4. 性的虐待…性的な言動や接触、排泄介助後に下半身を裸にしたまま放置する
5. 経済的虐待…財産や金銭を本人の同意なく使用する など

高齢者本人とどう接したらよいか分からない、介護サービスをどのように利用したらよいか分からないなど、介護の悩みは一人で抱え込まないようにしましょう。

まずは地域包括支援センターに相談してください。



さあ、始めよう！ 禁煙生活

5月31日は世界禁煙デー、5月31日～6月6日は禁煙週間です。

「いまさら禁煙なんて遅い」と諦めていませんか。タバコをやめたその瞬間から健康効果は現れます。比較的早期には、せきやたんなどの呼吸器症状の改善やインフルエンザなどの呼吸器感染症にかかりにくくなるなどの効果が期待できます。禁煙するのに遅すぎることはありません。今から、禁煙生活を始めましょう。

自力でチャレンジ

①禁煙を始める前に

禁煙理由を明確にし、周りの人に禁煙を宣言しましょう。

②禁煙開始

まずは5日間。ニコチン離脱症状のピークは3日目です。5日目には症状が落ち着いてきます。

③禁煙中の生活

・吸いたい誘惑に負けない工夫を（ガムを口にするなど）

サポーターの力を借りて

禁煙補助剤や禁煙外来へ

ニコチンの離脱症状が抑えられるニコチンガムなどがあります。また、禁煙外来では医師のカウンセリングのもと、薬を使用します。

一度失敗したからといって自信を失う必要はないよ。
大切なのは
「タバコをやめたい」
という気持ちだよ。



岐阜連携都市圏を知ろう！ ④5

市は、岐阜市、羽島市、瑞穂市、本巣市、岐南町、笠松町、北方町と岐阜連携都市圏を形成しています。このコーナーでは、5市3町のことを知っていただくため、各市町のおすすめ情報をお届けします。

—— 羽島市のおすすめ情報 ——

テキスタイルマテリアルセンター ／毛織会館

テキスタイルマテリアルセンターは、全国的にも珍しいテキスタイル素材の資料館です。

東京、上海、ミラノなどの展示会に出品された国内企業の素材や尾州産地の企業が開発した素材など、毎年3,000点以上のファッション衣料用素材がセンターに一堂に集められ、12万点の素材サンプルが常時展示されています。

センターに隣接する毛織会館では、尾州産地で生産された高品質の在庫生地や見本反、マフラーやストールを安価で販売しています。



▲テキスタイルマテリアルセンター内の様子



センターHP

関テキスタイルマテリアルセンター
TEL058-391-8511