

## ママの再就職を応援します！

高富児童館では、ママの再就職支援を行っています。再就職を考えている子育て中のママはたくさんいます。お子さんの預け先はどこがあるのか？自分には、どんな仕事があうのか？子育てと両立できるのか？など、ママの悩みもいろいろです。

また、育児休暇中で仕事復帰前に、不安を話されるママもいます。子育て中は、子どものことが中心になって、自分自身のことをじっくり考える時間がなかなか持てません。子どもの将来のことと一緒に自分の将来についても考えてみましょう。

写真のようなリーフレットもありますので参考にしてください。

今月は、キャリアトランプというキャリア支援ツールを使った講座を行います。

また、ハローワークマザーズコーナー担当者の相談会も実施していきます。

詳しくは、高富児童館まで問い合わせてください。



## 地域包括支援センターだより

### 本人を中心とした認知症ケアのイ・ロ・ハ

前回、認知症は脳の障がいによって起こる病気で、早めに気付いて適切な治療を開始すれば、症状の進行を遅らせることができるという話でした。今回は、もし自分や知り合いの家族が認知症になってしまった場合、私たちの普段の関わりで症状を悪化させない生活上の知恵についてまとめてみました。

#### イ 本人に自覚がない場合が多い点を理解する。

- ・失敗に対する自覚が乏しく、失敗は人のせいや誰かのしわざになることが多い。
- ・薬を「私は病気でないのでいらぬ」とか「毒を盛るのか」と怒って拒否することがある。

#### ロ ありのままを受け入れる。

- ・感情的にならず、一人の人間として尊重する。
- ・不安な気持ちを和らげ、間違いを無理に正そうとしない。
- ・気持ちを合わせて納得してもらうようにする。
- ・過去の経験は心のよりどころになっているので尊重する。

#### ハ ひとりぼっちにしない。

- ・孤独な生活は刺激が少なく、症状を進行させる恐れがあるため、話し相手を見つける。
- ・体調を崩さないよう生活のリズムをつくることを勧める。

#### 二 本人ができることはしてもらう。

- ・転ばないように見守る。 ・残された能力を生かすことが、進行を遅らせる。

### 10月の認知症カフェ開催予定(市委託事業) 閩健康介護課 TEL22-6838

カフェの名称	場 所	開 催 日 時
花笑みカフェ	東深瀬859番地11 花笑みカフェ内	毎週水曜日 4日・11日・18日・25日 9時30分～11時30分
オレンジカフェひだまり	大門895番地1 喫茶シャルマン内	第2・4金曜日 13日、27日 13時30分～15時
オレンジカフェ	中洞310番地2 食事処 山務内	第2・4水曜日 11日、25日 14時～16時

## 消火栓について

### 消火栓の取り扱いについて

消火栓は、火災の初期消火に大変有効な器具です。お住まいの地域に設置された消火栓の形状、設置場所、操作要領などを今一度確認してください。

特に誤った操作方法、目的以外の使用、開閉弁(バルブ)の急な開閉操作などは、事故、器具破損などの原因となります。操作は、「3人以上で慌てず・ゆっくり・確実に」、周囲の状況把握、安全確認など、十分に注意して行ってください。

### 消火栓用放水器具の紛失(盗難)にご注意！！

今年4月に市内数箇所でも消火栓用放水器具である金属部品(※管そう)の紛失が確認されました。いざという時に備え、各地域の自治会において、放水器具の定期的な点検に努めていただくとともに、今一度、地域の皆さんによる「見張りの目」を強化していただきますようお願いいたします。また、放水器具の紛失や不審な事案などの情報がありましたら所轄消防署まで連絡してください。

※管そう：消防用ホースの先端に取り付ける消防用の放水器具

【連絡・問い合わせ先】

(高富・伊自良地域)

南消防署 TEL22-0119

(美山地域)

北消防署 TEL55-2119



### 地上デジタル放送12ch チャンネルCCN

毎日1回15分間放送

毎週月曜日	15:30~15:45
毎週火曜日	19:00~19:15
毎週水曜日	12:00~12:15
毎週木曜日	15:30~15:45
毎週金曜日	13:00~13:15
毎週土曜日	10:45~11:00
毎週日曜日	20:45~21:00

### CCN今月のオススメ番組!

#### 第9回ぎふ清流郡市対抗駅伝競走大会

11ch 10月15日(日)9時~  
10月15日(日)に開催される「第9回ぎふ清流郡市対抗駅伝競走大会」の様を生中継でお届けします。

#### エリアトピックス

12ch 6時~、11時~、20時~ほか

- 山縣市ふるさと栗まつり  
10月 5日(木)放送
- 0歳からのクラシック  
10月25日(水)放送

## 山 県 市 広 報 番 組

企画財政課 TEL22-6825

### 今月の放送内容はこちら。

- 「地域おこし協力隊活動報告」と「やまがた秋のウォーキングイベント」を紹介します。
- 「元気もりもり!やまがたっ子」では、「美山小学校」を紹介します。

リポーターの  
伊藤由美子です。



画像提供：CCN

なお、掲載したスケジュールは予告なく変更される場合があります。