

## 地域のつながりを大切に 子育て支援サポーター研修

6月に子育て世代を対象に「自粛生活どうしてた?」というアンケートを実施しました。コロナ禍での自粛生活で良かったこと、困ったことなどお聞きしました。良かったことの中には、家族とゆっくり過ごすことができたという回答が多くありました。皆さん、家の中でいかに楽しく過ごすか工夫をしていたようです。

また、お出掛けができず近所で過ごすことが多くなり、アパートの外で遊び友達が増えた、散歩などで普段合わない近所の人と顔見知りになったなどという回答もありました。地域とのつながりが希薄になっていると言われる中、思いがけず地域の良さを知った人もいたかもしれません。

地域のつながりを大切に相互援助の考えで行っているのがファミリー・サポート・センターです。子育てをちょっと助けてほしい依頼会員と、お手伝いできる地域の援助会員との助け合いの仕組みです。子育て中の人でも援助会員になることができ、依頼会員、援助会員の両方を兼ねた両方会員になることもできます。

今年度は3回、ファミリー・サポート・センターの援助会員や、有償託児ボランティアのミルママとして活動するための「子育てサポーター研修」を行います。こんな時だからこそ、地域で助け合える環境をつくっていただければと思います。

### 子育て支援サポーター研修

ファミサポ、ミルママ説明会、交流会&おもちゃ作り

▶日時 10月22日(木)10時~11時30分

▶場所 高富児童館 2階集会室



## 地域包括支援センターだより

### コロナ対策で外出が減る今、自分でできる認知症予防を！

新型コロナウイルス感染症の影響で、参加していた集まりの場が休止されたり、日課のお散歩や買い物、友人との外食などを自粛したりしている人が多くいると思います。外出機会が減り閉じこもりになるのではなく、自分でできる認知症予防に取り組み、元気にこの大変な時を乗り越えましょう。

#### 1. 毎日を動かしましょう

3密にならない場所での散歩、椅子から立ち座り、椅子に座って足の上げ下げ、熱中症に気をつけながらの畑仕事、掃除などの家事 など

#### 2. 好きなこと、楽しいことを日課にしましょう

歌を歌う、読書、絵を描く、手芸、料理 など

#### 3. 家族や友人との会話を楽しみましょう

週2回だった電話を毎日にする、テレビ電話を使って話す など

((一社)日本認知症予防学会ホームページ参照)



※地域包括支援センターでは新型コロナウイルス感染防止対策を実施し、各種相談に対応しています。

## 岐阜連携都市圏を知ろう！⑮

### 住み続けたくなるまち「岐阜連携都市圏」を目指して

岐阜市、山県市、瑞穂市、本巣市、岐南町、笠松町および北方町では、「岐阜連携都市圏」を形成しています。4市3町の交流人口の増加を目的に、各地のイチオシ情報を紹介します。

今回は、「岐阜市」を紹介します。

#### —— 岐阜市のイチオシ情報 ——

##### 岐阜市シティプロモーション動画を公開！

岐阜市の魅力ある地域資源や住みよさを紹介するシティプロモーション動画を公開しています。動画は「Amazing Gifu City (交流編)」と「Homing Gifu City (定住編)」の2種類あり、ドローンなどの最新機器を活用して全編4Kで撮影しました。動画で流れる楽曲の作詞・作曲は岐阜市出身の太志さん(元Aqua Timez)、歌は青山テルマさんなどが担当しています。心温まる歌と迫力ある映像を通して、岐阜市の魅力を堪能してみませんか。

**視聴方法** YouTubeで動画タイトルを検索またはQRコード®をスマートフォンなどで読み取り

☎岐阜市役所広報広聴課 TEL058-214-2061



交流編



定住編



## 連載 きらりと輝く！ さくらカンパニー



### 4 (医)友愛会 山県グリーンポート

#### ❁ここがさくらカンパニー！

・従業員が職場復帰しやすいように、事業所内に保育所を整備している。

・育児や介護などのライフスタイルの変化に応じて、雇用形態や勤務場所の変更など柔軟に対応している。

・ワーク・ライフ・バランス取組宣言で「残業時間月5時間以内を目指す」などの目標を定めている。

#### ❁わが社のさくら

ここで働くことがすごく楽しいです。と語る井上さんに話を聞きました。

私の職場は、一緒に働く上司や同僚のサポート態勢がしっかりしていて、本当に働きやすいです。誰かが困っていたら、全員で協力して仕事をするのが徹底されていて、毎日楽しく仕事をする事ができます。



介護1科 介護福祉士 井上 恵莉さん

残業についても、みんなで定時に帰ろうという雰囲気があり、メリハリをつけて仕事に取り組むことができます。

業種柄、夜勤などありますが、子育てや介護など、それぞれの家庭の事情に合わせて柔軟に勤務体系を組んでもらえます。

私はこの職場の仲間が本当に大好きで、毎日楽しく働けることに感謝しています。これからもこの職場で仕事を頑張っていきたいです。

市では、ワーク・ライフ・バランスや女性活躍推進に積極的な事業所を山県市さくらカンパニーとして認定しています。連載では、認定企業の取り組みを紹介します。

☎企画財政課 TEL22-6825