



Bringing up a child

## 子育て

行方市子育て支援室

☎ 0299-55-0130(直通)

子育て相談は随時受付けています

子育て支援室は、子どもが心身ともに健やかに成長できるように、地域全体で子どもを見守るシステムをコーディネートするところです。

### 親子教室参加者募集のお知らせ

#### のびのび親子教室

☆1・2歳児の親子を対象に通年制で実施します。

#### どろんどろん親子教室

☆3・4歳児の親子を対象に通年制で実施します。

申込期間 5月7日(火)～5月17日(金)

経 費 親子で1,000円

(子どもが1名増えると1,500円です)

申 込 先 社会福祉課子育て支援室(玉造庁舎)

教室の内容等詳細につきましては、

申込者に年間計画書やチラシを送付

いたします。



### 子育て広場 5月の行事予定

午前 9:30～11:30 午後 1:30～3:30

5月		麻生公民館		北浦公民館		玉造保健センター	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後
1	水			○		○	
2	木	○				○	
7	火			○		○	
8	水			○		○	
9	木	○				○	
10	金	○		○			
13	月					○	
14	火			○		○	
15	水	○		○			
16	木	○				○	
17	金	○		○			
21	火			○		○	
22	水	○		○			
23	木	○					
24	金			○		○	
28	火			○		○	
29	水	○		○			
30	木	○				○	
31	金	○		○			



Inclusive support

## 地域包括支援センター

行方市地域包括支援センター

☎ 0299-55-0114

いつまでも健やかにすみなれた地域で生活していただけるよう、高齢者やご家族のみなさんを、医療、保健、介護及び福祉などさまざまな方面から総合的に支援します

### コラム (第36話)・・・安心できる場所



5月病という言葉はすっかり定着しましたが、春はなんとなく気ぜわしく落ち着きません。新生活が始まり疲れが出始める5月にうつ的な状態になることが多いためそう呼ばれているのでしょう。このような状態が起こるのは若い人ばかりとは限りません。自分のおかれている環境が変わると誰でもが不安になり落ち着かなくなります。特に高齢者は住み慣れた環境が変わることで認知症の症状が表面化することがあります。環境の変化に心身ともについていけなくなるのです。例えば、コタツを片付けテーブルに変える。たいした変化には思えませんが、1センチ2センチの高さの違いから立ち上がりがうまくいけなくなります。そして、その部屋がよその家のように見えてしまい落ち着かなくなります。そわそわして、外を歩き出したり、同じ事を何回も質問したり。「さっきも話したわ」「座っていれば良いでしょう」ではなく、何か身の回りで変わったことがあったか確認してみましょう。また、環境の変化だけではなく、身体的にも見えないところで病気が発症している場合もあります。年寄りだから仕方がないと言わず、主治医に相談してみましょう。

家族の思いやりのある態度が認知症の症状を悪化させないこともあります。そこが、安心できる場所なのか考えてみましょう。