



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しています

親子教室&ス・トミック講座のお知らせ

子育て広場 8月の行事予定

午前 9:30 ~ 11:30

こども鑑賞会&親子の絆講演会

日時 8月2日(金) 9:40受付

場所 西浦地区学習センター

※申し込みは必要ありません。
たくさんの皆さんの参加を
お待ちしております！



手作り人形劇！！

日時 8月28日(水) 9:30受付

場所 北浦公民館

講師 ふるさとの会



8月		コテラス(麻生)	北浦公民館(北浦)	玉造保健センター(玉造)
5	月	○		○
6	火		○	○
7	水		○	
8	木	○		○
9	金			○
19	月	○		○
20	火		○	○
21	水		○	
22	木	○		○
23	金		○	
26	月	○		○
27	火			○
29	木	○		
30	金		○	○

※7月より子育て広場(麻生)の開催場所が、麻生保健センターから
天王崎観光交流センター「コテラス」(白帆の湯となり)に変わりました。



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39話)・・・人生の目標



三浦雄一郎さんが最高齢でエベレスト登山を成功させました。60歳で体力の衰えを感じた三浦さんは大きな目標を立て、それに向かってトレーニングを始めたそうです。決心してからの10年間は、骨折をしたり、心臓を患ったり、順風満帆とはいえませんでした。しかし、その目標を持った三浦さんは、あきらめることなく努力をしました。「高齢だからあきらめたら?」普通の家族ならそう言ったかもしれません。しかし、三浦さんの家族や主治医は違ったのです。その目標を達成するために、自分たちがどうサポートしなければならないのか。リスクをどう回避していけば良いのか。家族それぞれに役割を果たし、できないことは専門家にサポートしてもらって体制をつくりました。ひとりの目標であったかもしれませんが、その目標に向かい、高齢者だからという縛りをつけず、チームで取り組んだのです。三浦さん一人の力では、なしえなかった目標だったと思います。

目標を持つことは、どんな目標にしる、その人の生活の質を向上させていくことです。1年後も畑仕事をしていたい、温泉旅行をしたい、隣の家まで歩いていきたい。どんなことでもいいと思います。1年後どんな自分でいたいのか想像してみましょう。もう年だから仕方がないではなく、「病は気から」というように、元気の元も気持ちからです。