



Bringing up a child

子育て

こども福祉課

☎ 0299-55-0130(直通)

子育て相談は随時受付けています

こども福祉課では、さまざまな子育て支援の事業を実施しています。平成26年度も子育て広場や親子教室などたくさんの事業を計画していますので、地域の皆さんの参加をお待ちしております。

親子教室

☆0歳児親子教室 随時募集

☆1～2歳児対象(のびのび)、3～4歳児対象(どろんこ)の各親子教室は通年制で実施、5月から募集を開始します。

ス・トミック講座(五感・表現、文化伝承・創作活動)

☆参加を希望する親子を対象に6月から単発で実施します。

子育て広場

☆未就学児とその保護者を対象に、コテラス・北浦公民館・玉造保健センターで実施しています。3会場どこでも都合のよいところへ参加できます。右記の予定表を参考にしてください。

子育て広場 4月の行事予定

午前 9:30～11:30

4月	コテラス(麻生)	北浦公民館(北浦)	玉造保健センター(玉造)
1	火	○	
2	水		○
3	木	○	○
4	金		○
7	月	○	○
8	火	○	○
9	水		○
10	木	○	○
11	金		○
14	月	○	○
15	火	○	○
16	水		○
17	木	○	
18	金		○
21	月	○	
22	火		○
23	水		○
24	木	○	○
25	金	○	○
28	月	○	○
30	水		○



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47話)・・・どう生きるか

地域包括支援センターには住民の方々からさまざまな内容の相談があります。少しずつ地域包括支援センターの存在が浸透しつつあると喜んでおります。

特に多い相談が認知症です。認知症はある日突然発症するわけではありません。朝目が覚めたら認知症になっていた・・・なんて話は聞いたことがないと思います。40代の頃から少しずつ認知機能が低下し、脳に小さな変化が起こってきます。発症を予防するには、有酸素運動、EPAやDHAを多く含むサンマ、サバ、イワシ等の青魚を摂取すること等が挙げられます。ただ、どんなに一生懸命若い時から注意していたとしても、完全に認知症を予防できるわけではありません。

認知症だけでなく、病気は、親から受け継いだ遺伝的要因、環境的要因等が影響するため、自分の努力だけで防ぐことはできません。注意していても、病気になってしまう。それなら好きなものを好きなだけ食べて、好きなだけゴロゴロして・・・と思ってしまいますよね。頑張ったって、なってしまうかもしれないのですから。先のことは誰にもわからないから正直不安は尽きないものです。私たちは相談に乗ることはできますが、決定することはできません。何もしないで時が流れるのを待つのも、やるだけのことはやってみようとするのも自分自身です。

残りの人生、皆さんはどう生きますか。

