

## ◆在宅介護支援センターでは「介護に関する知識・技術普及のための教室」を開きます。

高齢化率が県内で最も高い川根本町。私たちにとって「介護」は特定の人だけの問題ではありません。

家庭で適切な介護を行えるよう、在宅介護支援センターでは介護教室を計画しました。

介護に関する正しい知識や技術を、この機会に身につけましょう。多数のご参加をお待ちしています。

### ■日時・場所：

- ①中川根地区 6月12日☒  
山村開発センター  
9時30分受付開始 10時～14時30分
- ②本川根地区 6月19日☒  
福祉センター  
9時30分受付開始 10時～14時30分

■対象：一般町民（定員は各会場とも30人）

介護に関心のある人、介護の必要性を感じている人、実際に介護をされている人など

■内容：高齢者疑似体験、実技、介護用品紹介など

■申込み：電話でお申し込みください。

- ・あかいしの郷在宅介護支援センター（加藤）  
☎ (57) 1234
- ・本川根在宅介護支援センター（酒井）  
☎ (59) 2315
- ・中川根在宅介護支援センター（池田）  
☎ (58) 6533



■その他：昼食代650円をご用意ください。

### 脳の鍛え方

ここ2、3年、「脳の若さを保つ」ためのゲームや、ぬりえ、計算ドリルなどが流行し、爆発的に売れているようです。

「認知症になりたくない」という願いと、楽しみながらその予防が図れるのが人気の秘訣と思われれます。

ある脳神経外科医も「音読（声に出して読む）」と「計算」は効果があることを認めています。

ただ、ゲームについては値段が高く、視力の低下なども心配です。

身近なところで、自分でお金をかけずに脳を鍛える工夫ができれば、その工夫を考えをめぐらせること自体も柔軟な脳を形成するため大いに役立ちます。

こんな工夫をしています

## 知ってクする健康の話 17

今月は「脳の鍛え方」について、池本保健師がご紹介します。



80歳のSさんは、孫の絵本の上に半紙を置いて、その絵を鉛筆でなぞって写しとり、そこに色を塗って楽しんでいきます。

### より若々しい「脳」のために

45歳のMさんはコンビニで2、3点の買い物をしたとき、レジでその値段を暗算し、店員が言う値段と合っているか、ささやかなスリルを楽しみに感じているそうです。

25歳で出産したAさんは「育児に追われていたら物忘れが多くなった」と言っていました。子どもが8ヵ月になったときから絵本の読み聞かせを始めました。子どもが3歳になった今では、親子ともに本が大好き。今は本だけでなく、スーパーのチラシの値段を子どもと指さしながら読んで、散歩中に見つけたお店の看板を声に出して読んで楽しむようにしています。

脳の若さを保つためには十分な睡眠時間を始めとす、規則正しい日常生活が大切です。ゲームに夢中になりすぎて夜更かししてしまつては逆効果ですから注意しましょう。

# 役場の窓辺から

児童手当を受給されているみなさんへ

問い合わせ

本庁健康増進課健康係  
総合支所保健福祉課福祉係

☎ (56) 2224  
☎ (58) 7071

## ◆児童手当の「現況届」について、ご確認をお願いします。



児童手当を受給されている人は、毎年6月に『現況届』を提出しなければなりません。この届出は、毎年6月1日における状況を記載し、児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかを確認するためのものです。

この届出の提出がないと、6月分以降の手当が受けられなくなります。

ご自宅に現況届の通知が届きましたら、速やかに手続きをお願いします。

詳細は上記までお問い合わせください。

平成19年度 結核・肺がん検診のお知らせ

問い合わせ

本庁健康増進課健康係  
総合支所保健福祉課福祉係

☎ (56) 2224  
☎ (58) 7071

## ◆結核・肺がん検診を実施しますので最寄りの会場で受診してください。

月日	地区	会場	時間
6月4日 月	青部	青部地区集会所	9:20~10:20
	崎平	崎平地区集会所	10:45~11:45
	柳三	柳三集会所	13:30~13:50
	田代	田代区会館	14:10~15:10
6月5日 火	洗沢	峠の茶屋前	9:30~9:45
	富士城	中沢一太郎様宅前	10:15~10:30
	平栗	中沢貞雄様宅前	11:00~11:20
	坂京	坂京部落会館	13:30~14:00
	上岸前山	上岸地区集会所	14:30~15:10
6月6日 水	小長井	町文化会館	9:15~11:30
			13:00~14:30
6月7日 木	接岨	梅地公民館	9:30~10:00
	平田	平田集会所	10:15~10:30
	大間	寸又峡公民館	11:00~11:30
6月8日 金	八木	八木ポンプ小屋前	9:20~9:50
	細尾小山	大倉ふさ様宅前	10:10~10:30
	大沢	大谷地区集会所	10:45~11:10
	奥泉谷畑	奥泉地区集会所	13:15~14:45
6月11日 月	桑野山	中村勝行様宅前	10:30~11:30
	沢間	鈴木道善様宅前	13:00~13:45
	寺馬	大石幸治様宅前	14:00~14:45
		豊川稲荷前	14:50~15:15
6月12日 火	千頭	総合支所	9:15~11:30
			13:00~14:30

月日	地区	会場	時間
7月9日 月	田野口	田野口駅前駐車場	9:30~10:30
	小井平	小川羊一郎様宅前	11:00~11:30
	藤川	藤川区事務所	13:30~15:30
7月10日 火	原山	西澤邦泰様宅前	9:30~10:00
	久保尾	西村巳喜三様宅前	10:25~10:55
	向井	飯田積様宅前	11:20~11:50
	瀬平	藤中製茶工場	13:30~14:30
7月11日 水	下長尾	中川根南部小学校	9:30~11:30
	三津間	三津間集落センター	13:30~14:10
	久野脇	久野脇集会所	14:30~15:30
7月12日 木	高郷八中	デイサービスセンター前	9:30~11:30
	水川	水川集会所	13:30~15:30
	夜間検診	山村開発センター	17:30~20:00
7月13日 金	徳山	徳山コミュニティ防災センター	9:30~11:30
			13:30~15:30
7月17日 火	地名	地名集会場	9:30~11:30
7月18日 水	梅高	梅高集会所	9:30~10:30
		温泉スタンド前	11:00~11:30
追加検診	山村開発センター	13:30~15:30	

7月12日(木)に夜間検診(山村開発センター17:30~20:00)を実施します。昼間都合がつかない人は、ぜひご利用ください。