



9月21日は「認知症の日」

認知症があってもなくても 安心して暮らし続けられる地域に

問 高齢介護課 地域包括支援センター ☎25-7791 ☎24-8891 📧houkatu@city.kanonji.lg.jp

本人ミーティング参加者にインタビューしました /

毎月、認知症の人と家族が参加する「本人ミーティング」を開催しています。認知症当事者の皆さんの声をお届けします。



Q 認知症受診のきっかけと、診断されたときの気持ちは？

入院先の先生から、もの忘れがあるから、専門の病院に行くよう言われました。病院に行くまでに5カ月くらい悩みました。



子どもから勧められて受診しました。認知症と先生から言われたときは、「私が、何で」という気持ちでした。でも、「受け止めないかな」とも思いました。



病院の先生から「みんないつかは認知症になる。僕も後からなるので、認知症になっても安心できる道を作って」と言われて安心しました。先生がとても良い方で、受診して良かったと思いました。



Q 認知症になって分かったことはありますか？

家族や友人が支えてくれるから、安心して生活していける、私は恵まれていると思いました。



「なぜ私が」という気持ちでしたが、大きなショックがなかったのは家族の優しさがあったからでした。



「認知症=いかんようになる」と悪いイメージを持っている人が多いです。何もできなくなるわけではないし、できることもたくさんあります。認知症になっても私は何も変わっていません。認知症に理解がある人が増えて欲しいです。



Q 皆さんに知って欲しいことは何ですか？

認知症になったからといって人生終わりではないです。普通に生活できるし、やりたいこともできます。



認知症の症状は一人ひとり違います。その時々で本人の思いや考えも違います。そこに寄り添って欲しいです。



誰かの役に立ちたいという気持ちは変わっていません。「ありがとう」と言って欲しいです。失敗を責めたり、大声で怒ったり、否定するような言葉を使わないで、優しく伝えて欲しいです。



本人ミーティング ~本人・家族が気付きや思いを語り合う場~

第4水曜開催
要予約

日時 9月27日(水)
午前10時~午前11時30分
場所 中央図書館2階会議室



<本人の声>

- 先生の紹介で本人ミーティングを知りました。行って良かったです。ずっと参加しようと思います。
- 人の話を聞くのが好きなので、次回も参加します。
- 初めて参加したとき元気がなかった人も、参加するうちに元気になっていきます。



認知症家族の会

~家族が情報交換する場~

年3回開催
要予約

<家族の声>

- 互いに家に閉じこもりがちになってしまいます。一人で悩まず、会などに参加しいろんな意見を聞くのが大事です。
- 本人の心に寄り添うことで、本人も落ち着き、介護者の負担も減ってきます。

次回は
10月26日(木)開催予定です💡

参加してみませんか？ 認知症サポーター養成講座

要予約

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、本人や家族を見守り、ちょっとした手助けができる地域の応援者です。

時 9月30日(土)午後1時30分~午後2時30分

所 中央図書館2階多目的ホール

対 市内に在住・在学・勤務する人

数 30人 (先着順)

受 9月1日(金)~19日(火)

申 地域包括支援センターへ電話、FAX、メール

内・認知症について理解する

・認知症当事者のメッセージ動画

※講座修了後に受講の証としてオレンジバッジまたはオレンジリングをお渡しします。

※託児あり。気軽に参加ください。



認知症について正しく理解してほしい

私たちは、本人ミーティングなどの開催をはじめ、認知症になったご本人やご家族の相談窓口として活動しています。今回、ご本人がどのような思いで生活しているのかを知っていただきたいと思い、インタビューをしました。これからも、認知症へのマイナスイメージがなくなり、どんな人も安心して暮らせる地域を目指して取り組んでいきます。



認知症地域支援推進員

健康だより

問 健康増進課

☎ 23-3964 ☎ 25-5900

✉ kenkou@city.kanonji.lg.jp



9月24日～30日は結核予防週間 結核ゼロをめざそう

結核は、結核菌により主に肺に炎症が起こる病気です。患者の咳・くしゃみから結核菌が飛び散り、それを吸い込むことで感染します。感染してもすぐには発病せず、免疫力が低下し結核菌の増殖を抑えきれなくなると発病します。

全国では1日に32人が新規感染し、そのうち5人が亡くなっています。特に80歳以上は発症する危険性が高く、気付かないうちに症状が進行する可能性があります。

早期発見・早期治療は本人だけでなく、家族や職場内の感染を防ぐためにも重要です。「規則正しく生活する」「定期的に検診を受ける」「咳が2週間以上続くときは受診する」など意識して行動しましょう。

問 健康増進課 成人保健係

男性料理教室

時 ① 9月22日(金)午前9時30分～正午

② 9月25日(月)午前9時30分～正午

③ 9月26日(火)午前9時30分～正午

所 ① 保健センター

② 大野原いきいきセンター

③ 豊浜福祉会館

数 各20人

料 200円

持 エプロン、三角巾、筆記用具

受 各教室1週間前まで

主 市食生活改善推進協議会

申問 健康増進課 成人保健係

9月は健康増進普及月間

健康は最大の「節約」で できることから始めましょう

<対策>

①あと10分歩きましょう

10分程度歩くと歩数1000歩が補えます。

②1日あと70グラムの野菜を追加

野菜不足の人は、あとトマト半分。

③禁煙する

たばこには4000種類もの化学物質が含まれています。

④健診・検診で健康チェック

特定健診を10月末まで実施しています。医療機関へ予約し受診しましょう。



献血にご協力を

安全な輸血を行うため、400ミリリットル献血にご協力をお願いします。

時 9月23日(土・祝)午前10時～午後3時

所 大野原中央公園 (萩まつり会場)

対 体重50キログラム以上で男性17～69歳、女性18～69歳

※65～69歳は、60～64歳の間に献血をした人

問 健康増進課

(協賛) 大野原地区献血推進協議会

国民健康保険に加入している40～74歳の皆さんへ

特定健康診査、受けっぱなしになっていませんか？



対象者には「特定保健指導利用券」が届きます

特定健診とがんおんじ健康応援プログラム(特定保健指導)はセットです。対象者には封筒が届きますので、

必ず利用してください。

問 健康増進課 成人保健係 ☎ 23-3964

Q 特定保健指導って何ですか？

健診結果により、「今は自覚症状がなくても、放置すると重大な病気を引き起こす恐れがある」と判定された人に対して、医師・保健師・管理栄養士などが、生活習慣を見直すサポートを行います。目標を一緒に決め、3カ月を目安に取り組み、その結果を一緒に振り返ります。生活習慣を改善する絶好のチャンスです。

Q どんな人が対象になりますか？

メタボリックシンドロームのリスクがある人が対象です。

メタボ解消には内臓脂肪を減らすことが大切です。

A ※メタボリックシンドローム:内臓脂肪型肥満(おなか周りが出てい)+高血圧・脂質異常・高血糖のうち、2つ以上該当した状態。血管壁が厚く、硬くなる動脈硬化の進行が早くなる。



Q 費用はどのくらいで、どこで受けられますか？

A 費用は無料です。指導は市が契約した8カ所の病院または市役所で受けられます。

Q 自分の生活習慣を注意されるのでしょうか・・・

A そんなことはありません。あなたの生活習慣をスタッフと一緒に振り返ってみましょう。まずはできることから始めてみませんか。



Q 症状はないし、放っておいてもいいのでは？

A 数値が悪いまま放っておくと、心疾患・脳血管疾患など命に関わる病気になる危険性が高くなります。内服治療が開始になる前のチャンスを逃さず、自分自身の健康について一緒に考えましょう。人生100年時代。健康でいきいきとした生活を送るために今から始めることが大切です。



子育て応援情報

出産・子育て応援給付金を支給しています

令和4年度より国の「伴走型相談支援及び出産・子育て応援給付金の一体的実施事業」に基づき、妊婦や子育て世帯などに対して、出産育児関連用品の購入助成や子育て支援サービスの利用負担軽減を目的に、妊娠期に出産応援ギフト（5万円）、出生後に子育て応援ギフト（5万円）を支給しています。

対【出産応援ギフト】

令和4年4月1日以降に妊娠し観音寺市に住民登録のある妊婦で、妊娠届け出時にアンケート回答と面談を受け、妊娠8カ月ごろのアンケートに回答できる人

【子育て応援ギフト】

令和4年4月1日以降に生まれたお子さんを養育し、観音寺市に住民登録のある人で、「こんにちは赤ちゃん訪問」を受け、アンケートに回答した人

【両ギフト共通】

他の市区町村から今回の給付金事業と同様の趣旨による支給を受けていない人

申 妊娠届け出時または「こんにちは赤ちゃん訪問」時にお渡しする申請書に必要事項を記入し、申請してください。審査の結果、受給対象となる場合は給付します。詳しくは、申請書の添付書類を確認してください。

問 健康増進課 母子保健係

☎ 23-3964



思いがけない妊娠の悩み、一人で悩まず相談してください

無料で相談でき、秘密は固く守られます。本人以外からの相談も受け付けています。

●相談窓口

・子育て支援課 こども・女性相談係

☎ 23-3957

・健康増進課 母子保健係

☎ 23-3964

・香川県産婦人科医会

かがわ妊娠SOS（メール相談）▶



・香川県助産師会 妊娠出産サポートセンター

☎ 087-843-5588

妊娠・出産・子育てなどの疑問や心配事に関する相談／年中無休／午前6時～午後10時

産みたいが、育てていく自信がないなど、何らかの理由で子どもを育てられない場合には、特別養子縁組や里親などの制度があります。制度については、下記まで問い合わせてください。

問 香川県西部子ども相談センター

☎ 0877-24-3173

香川県子ども女性相談センター

☎ 087-835-3211

相談

家庭児童相談	子育ての不安、養育困難、虐待、家庭内の相談など	月～金曜日（祝日、年末年始を除く） 午前8時30分～午後5時	市役所1階 家庭児童相談室
母子・父子自立相談	ひとり親家庭の相談や援助、貸付など		
児童相談（要予約）		9月13日（水） 午後1時30分～午後4時 （県の専門相談員が対応）	
問 子育て支援課 こども・女性相談係 ☎ 23-3957			
育児相談（要予約）		9月26日（火） 午前9時15分～午前11時15分	保健センター
心理相談（要予約）		9月26日（火） 午前9時～午前11時50分	
問 健康増進課 母子保健係 ☎ 23-3964 ①kenkou@city.kanonji.lg.jp 件名「育児相談申し込み」、本文「お子さんの名前、生年月日、住所、電話番号、相談したい内容」を記入。事前に電話またはメールで申し込みしてください。			

観音寺市子育て応援ブックが新しくなりました

子育て中の人や、これから子育てする人のための情報誌です。子育て支援課などで配布していますので、ぜひ活用してください。市ホームページから電子書籍版も確認できます。

内 乳幼児健康診査・相談支援や子育て支援、経済的支援、保育所（園）・こども園・幼稚園・小学校、お出かけガイド など

問 子育て支援課 児童福祉係

☎ 23-3962

② 23-3993



令和4年9月生まれ
ハローキッズ!! 1歳お誕生日おめでとう
Hello Kids!!
令和4年12月生まれの子どもを募集します

受付：9月1日（金）午前8時30分から（先着順）
申込方法：秘書課へ電話または窓口で申し込み。
申し込み後、1週間以内に申込書と写真を提出してください。
窓口：秘書課 広聴広報係・大野原支所・豊浜支所・伊吹支所
問い合わせ先：秘書課 広聴広報係 ☎ 23-3915



川崎 詠葉 ちゃん
父 稜平さん 母 小百合さん



間 渕 倭斗 ちゃん
父 勇樹さん 母 遥香さん



酒井 奏多 ちゃん
父 蓮さん 母 実穂さん



松尾 優誠 ちゃん
父 直哉さん 母 由紀子さん



矢野 以采 ちゃん
父 恭平さん 母 奈々さん



久家 尚悟 ちゃん
父 哲也さん 母 彩夏さん



土井 澄 ちゃん
父 翔太さん 母 望さん



石川 莉望 ちゃん
父 友登さん 母 美桜さん

9月25日から「令和5年秋開始接種」を実施します (8月17日現在の情報です)

広報8月号発行後に予約開始日と予約サポート窓口の開設日、場所等が変更となりました。

- 対象者
前回の接種から規定の接種間隔を経過した、追加接種が可能な生後6カ月以上の全ての人
- 接種費用
無料
- 接種開始日
9月25日(月)
- 使用するワクチン
オミクロン株 (XBB.1.5) 対応1価ワクチン
- 接種勧奨等の規定の適用
令和5年秋開始接種では、65歳以上の人と生後6カ月以上の基礎疾患を有する人その他重症化リスクが高いと医師が認める人に対して、接種勧奨等の規定が適用されます。



●接種券の発送と申請方法

対象者	令和5年春開始接種有無	接種券の発送 (9月上旬から順次発送予定)	接種券申請方法	
65歳以上の人	有	市から接種券を発送します。(申請不要)	①インターネット 	
	無	お持ちの接種券を使用してください。紛失等で手元にない場合は、再発行申請をしてください。		
・基礎疾患がある、その他重症化リスクが高いと医師が認める12~64歳の人 ・医療機関、高齢者施設、障害者施設等の従事者	有	市から接種券を発送します。(申請不要)		②コールセンターへ電話 ③市役所1階健康増進課、各支所窓口
	無	申請した人に発送します。お持ちの接種券がある場合はそちらを使用してください。		
上記以外の人 (生後6カ月~64歳)		申請した人に発送します。お持ちの接種券がある場合はそちらを使用してください。		

※令和5年春開始接種=令和5年5月8日以降の追加接種 (3~6回目接種)

●接種予約開始日 ※変更

国からのワクチンの供給状況等により段階的(接種間隔別)に予約を受け付けます。

前回接種の時期	予約開始日
令和5年5月末までに前回接種を受けた方	9月13日(水)
令和5年6月以降に前回接種を受けた方	順次案内します

※ワクチンの供給量の都合により、予約開始日を8月29日(火)から9月13日(水)に変更しました。

●接種予約方法

- ①インターネットで予約 (24時間受付)
- ②コールセンターに電話
☎0120-097-088
- ③予約サポート窓口 ※変更
日時: 9月13日(水) 午前8時30分~午後4時
場所: 共同福祉施設2階 (市役所の隣の建物) 大野原支所、豊浜支所
持参物: 接種券一体型予診票、本人確認書類 (マイナンバーカード、運転免許証など)



問い合わせ先

健康増進課 新型コロナウイルスワクチン接種推進室 ☎23-3927
新型コロナウイルスワクチンコールセンター※ ☎0120-097-088
※午前8時30分~午後5時30分 ※日曜日・祝日を除く

ワクチンを受けるには、本人の同意(15歳以下は保護者の同意)が必要です
感染症予防の効果と副反応のリスクを理解し、本人の意思で接種を判断してください。周囲への接種強制や接種していない人へ差別的な対応をすることはあってはなりません。

タッチケア&わらべうた

わらべうたを歌いながら、赤ちゃんの心と体に優しくタッチ!

時 9月27日(水)
午前10時15分~午前10時45分
(午前10時~受け付け)

- 所 ほっとはうす萩
- 講 乾 昌代先生
- 対 6カ月ぐらいまでの赤ちゃんと保護者
- 数 10組 (先着順)
- 料 無料
- 持 バスタオル、飲み物
- 申 健康増進課 母子保健係 ☎23-3964
- 主 観音寺市愛育会



オンライン出産準備教室

月日	内容	講師
9月12日(火)	・妊娠の経過と正常と異常について ・妊娠から子どもの歯の健康について ・産後の経過と母児同室について	産婦人科医師 歯科医師 助産師
9月19日(火)	・子どものなりやすい病気について ・入院の時期、方法、出産準備について	小児科医師 助産師
9月26日(火)	・妊娠中の過ごし方について ・妊娠中から授乳中のお薬について ・妊娠中の栄養について	助産師 薬剤師 管理栄養士

- 時 午後2時~ (1時間半程度)
- 対 妊婦やその家族、同病院で分娩予定以外の人も受講可能
- 料 無料 注 Zoomを使用
- 申 産婦人科外来または西3病棟へ電話予約
※開催日2日前までに予約が必要
- 問 三豊総合病院 ☎52-3366

ハイスタッフホール イベントスケジュール 問ハイスタッフホール ☎23-3939 ㊟23-3966

日時・場所	内 容	日時・場所	内 容
9月3日(日) ①午前10時30分~ ②午後2時~ 小ホール	好評発売中! 第32回観音寺映画鑑賞会 「土を喰らう十二月」 全席自由 一般 1,000円	9月4日(土) 午後5時30分~ 小ホール	好評発売中! ジェラルド・プーレ ヴァイオリン・コンサート 全席指定 一般 3,000円 高校生以下 1,500円
9月10日(日) 午後5時30分~ 大ホール	好評発売中! 森山直太郎 20thアニバーサリーツアー 「素晴らしい世界」<後篇> 全席指定 一般 7,700円 ※お一人様4枚まで。 3歳以下入場不可。 4歳以上チケット必要	11月11日(土) ①午前10時30分~ ②午後2時~ 小ホール	第33回観音寺映画鑑賞会 「最高の人生の見つけ方」 全席自由 一般 1,000円 一般発売 9月3日(日)午前10時~
9月24日(日) 午後2時~ 大ホール	好評発売中! 第4回観音寺青柳寄席 春風亭小朝・春風亭昇太 二人会 全席指定 一般 3,800円	11月12日(日) 午後3時~ 大ホール	好評発売中! 高松交響楽団 観音寺特別公演 全席指定 一般 2,000円 高校生以下 1,000円
10月①7日(土) 午前9時30分~ 午後1時30分~ 大ホール	好評発売中! バジル・クリツァー ①公開レッスン&②講演会 全席自由 ①一般 500円 高校生以下 無料 ②一般 2,000円 高校生以下 1,000円	12月10日(日) 午後3時~ 大ホール	宮田大 チェロ・リサイタル 全席指定 一般 4,500円 高校生以下 2,500円 一般発売 9月9日(土)午前10時~
10月②8日(日) 午後2時~ 小ホール	好評発売中! お笑い大衆演芸「いろは座」 四国特別公演 全席自由 前売 3,000円 当日 3,500円	12月16日(土) 午後2時~ 小ホール	元西日本放送パーソナリティ 露の新治 独演会 全席指定 一般 2,500円 一般発売 9月23日(土)午前10時~

注意 枚数制限があるものや未就学児は入場できないものもあります。公演の詳細については、会館まで問い合わせてください。

