

「認知症介護家族のつどい」を開催しています

「八幡平市認知症のひとと家族の会（世話人・伊藤實氏）」と市地域包括支援センターでは、「認知症介護家族のつどい」以下、家族のつどいを開催しています。

このつどいは、認知症のひとを介護している家族（過去に介護していた家族も含む）が、同じ境遇の人同士で悩みを相談し、情報交換をする場で、相談内容の秘密は固く守られます。

26年度は、これまで3回開催し、計41人が参加しました。参加者の感想の一部を紹介します。

- 参加者から寄せられた感想
- ▼ 少人数で、身近なことを話し合え、とても良かった。
- ▼ 皆さんの話を聞いて「同じようなことで苦労したり、悩んでいる人がたくさんいるんだ」と、自分へのエールになった。



▼ 他の参加者に実態を隠さず話したことで、応援の言葉ももらい、温かく接してもらえたので、とても気持ちが楽になった。

▼ 「一人で頑張り過ぎない」と「介護サービスなどを利用してたまには手を抜く」と「介護者が自分の体を大切にしないと、みんなが不幸になる。認知症の人だけではなく、自分も大切にしたい」と話が合った時、涙が出る思いだった。自分ひとりで頑張らなければいけないと背負い込んでいたように思う。気持ちが救われた。

「家族のつどい」は、今後も継続して開催する予定です。日程などについては、広報などで随時お知らせします。「介護に悩んでいる」「介護をしている仲間がほしい」という人は、ぜひご参加ください。

詳しくは、市地域包括支援センター（市役所健康福祉課内）にお問い合わせください。

福祉 NETWORK

子育てNEWS

地域福祉課児童福祉係 ☎・内線1101

子育て支援ヘルパーのご利用を

市は、子育て支援ヘルパー派遣事業を実施しています。

産前・産後の妊産婦は、日常生活での負担や不安が大きくなります。産前・産後の時期に、訪問による支援を行い、子育ての手助けをするのが、この事業の目的です。

- ◆料金 無料
- ◆内容 家事援助（日常的な炊事、洗濯、掃除、買い物）や育児補助、病院や検診への付き添いなど（サービスは、親の子育てを支援するために行っていますので、親がそばにいないことが必要です）。
- ◆利用時間 午前9時から午後5時まで（日曜、祝日および12月28日から翌年1月4日までを除く）
- ◆その他 利用対象者は、昼間に当該妊婦または母親などを援助する人がいない世帯。既定の利用回数を超えた場合は、実費を負担いただきます。

利用対象者	利用期間	利用回数と時間
母子手帳交付後の妊婦がいる家庭	母子手帳交付後から出産予定日まで	6回以内とし、1回当たり2時間以内
1歳未満の乳児がいる家庭	1歳になる前日まで	
3歳未満の2人以上の多胎の子がいる世帯または3歳未満の子がいるひとり親家庭	双子以上の出産やひとり親世帯などの場合は出産後3年まで	1歳になる前日まで、1歳から2歳になる前日まで、2歳から3歳になる前日まで、各6回以内

- ◆利用までの流れ
- ① 妊娠届の際に窓口で申込書などを配布
- ② 利用希望者は、申込書と確認事項を市役所地域福祉課または各総合支所地域振興課に提出
- ③ 地域福祉課で審査の上、申込者に利用券を送付
- ④ 利用券が届いたら、利用希望日の1週間前までに受託事業者へ電話で利用を申し込み
- ⑤ サービスの利用開始
- ◆受託事業者 J A新しいわてホームヘルプステーション西根（☎70-2181）

コミュニティセンター通信

第10回 田頭コミセン

☎76-2521



QRコードを読み取ると、田頭コミセンのFacebookのページにアクセスできます。

田頭コミセンは地域の交流の場

田頭コミセンは、研修室、調理室、体育館などを備え、地域の皆さまの研修、集いの場、サークル活動、各種教室などに自由に使用いただける施設です。また、小・中学生の下校時には、子どもたちが立ち寄るにぎわいの場にもなっています。

さまざまな事業を展開しています

平笠地区、田頭地区の交流の中心となっている田頭コミセンは、生涯学習事業部門とスポーツ事業部門の2部門を核に活動しています。

生涯学習の青少年健全育成事業では「チャレンジKIDS」を開催。今年の前半は、大更コミセンとの共同事業で「夏休み海へ行こう！チャレンジ2DAYS」を開催



チャレンジ2DAYSでのカヌー教室

し、1泊2日のキャンプを行いました。

成人、女性講座事業では「田頭旧跡マップ（田頭地域振興協議会発行）を歩く会」「野山を歩く会」、福祉・高齢者事業では「曙大学」（年間10講座）開催しています。

芸術・文化事業では「田頭コミセン秋実りまつり」を開催し、サークル発表、文化芸能発表、作品展示発表、一日体験講座、模擬店出店などで地域の交流と芸術文化の推進が図られました。

スポーツ事業では、総合体育大会と称し「早起きソフトボール大会」「夏季体育祭「野球大会・ソフトボール大会・ソフトバレーボール大会同日開催」「壮年ソフトボール大会」「ゲートボール大会」「冬季体育祭「卓球大会・ドッジビー大会」」の8競技を開催しているほか、恒例の地区大運動会も行っています。



小・中学生に昔遊びを指導した曙大学の世代間交流会



参加者みんなでピザ作りを実践



館市夜ピザ会を開催（10月24日）



各自のオリジナルピザが完成



ピザの作り方について講習

平成26年中は、地域の行事でピザを約700枚ほど焼かせていただき、無事に焼き納めることができました。ことしは、クオリ

ティー、内容、地域で焼く際の関わり方を変えていきたいと思えます。今後とも何卒よろしくお願いたします。

地域おこし協力隊だより（11）

今月の担当：安原直史