

みんなであって支えあい みんな笑って暮らすべし

～認知症サポーター養成講座を受講してみませんか～

高齢になるほど発症率が高くなるといわれる認知症。当町も65歳以上人口は4,614人、高齢化率は36.3%（令和元.12.31現在）という超高齢社会を迎え、認知症は誰もがなりうる身近な病気と言えます。

地域包括支援センターでは、認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守る応援者を養成するため、認知症サポーター養成講座を行っています。現在、町の養成講座受講者は延べ3,310名で、小学生や高校生の若いサポーターも認知症の方やその家族を見守っています。

認知症の症状は様々です。その症状が現れる理由を正しく理解し、制止したり否定したりせず、優しく穏やかに接することで症状も改善していきます。

正しく理解し気持ちに寄り添うこと、私たちのさりげない見守りとちょっとした気づきが、お互い安心して暮らせる町づくりの第一歩となります。皆さんもお友達同士・職場・学校などで「認知症サポーター養成講座」を受講してみませんか？



▲志津川小学校での講座の様子。先生に対応の仕方を分かりやすく劇で紹介してもらいました。



▲志津川高校での講座の様子

▲地区での講座の様子（旭ヶ丘の皆さん）

認知症サポーター養成講座を受けた志津川小学校の子どもたちの感想

- ・認知症の人に対する接し方や、どのような症状なのかがわかって良かったです。
- ・認知症になった人に厳しくすると症状が悪化するのかが分かりました。どのように接すればいいのかが劇で分かりやすく説明してくれたのでうれしかったです。
- ・お話を聞いて、これからはもっとおじいちゃんおばあちゃんに優しくしようと思いました。

講座終了後にはサポーターのあかしである「オレンジリング」を受け取ります。



認知症に関する相談・認知症サポーター養成講座の申込先 地域包括支援センター ☎46-5588

健康コラム

教えて！あなたの健康づくり⑱

今月は10区にお住まいの高橋貞勝さんにお話を伺いました。

Q1. 健康づくりのための取り組みを教えてください

運動不足解消のためにアリーナのジムを利用したり、夫婦でビニールバレーをしたりして体を動かしています。最近ではPTA関係や仕事が忙しくてジムにはあまり行っていませんが、少し前までは週に2日ぐらいのペースで行っていました。ビニールバレーは毎週1回の練習の他、中学生の娘の部活のお手伝いをしています。また、入谷地区で毎年6月に開催されている大会やPTAや町主催の大会にも出ています。食事についても、調理の仕事をしているので、自分の食生活もなるべく野菜を中心に、何でもまんべんなく食べることを心掛けています。

Q2. 取り組みを続けられる秘訣は何ですか？

小学生の時に空手と野球、中学でバスケットボール、高校で柔道を経験しています。もともと体を動かすことが好きで、現在のビニールバレーの仲間との練習は楽しいです。また、チームの中では年長なので、自分が上になってやらないといけないという気持ちも強くあります。

Q3. 今後挑戦したいことは？

これといった新しいことは特にありませんが、他の町のビニールバレーチームには50代で現役の人もいるので、健康管理をしっかりして、今やっていることを出来る限り継続していきたいと思っています。

お話を伺って…

体を動かすことが大好きな高橋さん。ジム通いやPTA役員、ビニールバレーチームのまとめ役など、日々の忙しい仕事と両立しながら、上手にやりくりしている姿が目につきました。幼い頃から、いろいろなスポーツを積極的に経験してきた高橋さんだからこそ出来ることだと思います。

お話を聞けば聞くほど、ビニールバレーチームへの熱い思いが伝わってきました。町の大会では、ここ数年、優勝から遠ざかっているのが、来年は優勝！を目標に頑張っていきたいと、少し控えめながら笑顔で話す姿がとても印象的でした。大会での優勝を期待しています！



保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

歯つらつファミリーコンクール表彰者

令和元年度宮城県歯つらつファミリーコンクール（県歯科医師会主催）において、日ごろから家庭での健康管理と心身の健康づくりに取り組んでいる親子として、本町から6組の親子が表彰されました。



優秀賞 ファミリーの部

- 父 佐々木英幸さん
母 さきさん
子 懐くん 咲陽ちゃん 恒くん

夜、寝る前にみんなでしっかり歯磨きをしています。



入賞 親子の部

- 母 小坂翔子さん
子 しんたろう 眞太郎くん

パパが仕上げ磨きをしっかりやっています！



入賞 親子の部

- 母 後藤香織さん
子 みりちゃん

仕上げ磨きをがんばっています。



入賞 親子の部

- 父 高橋健一さん
子 りなちゃん、かいと 凜南ちゃん、海翔くん

丁寧な仕上げ磨きを心掛けています。



入賞 親子の部

- 母 村岡ゆみさん
子 りいと 李絃くん

仕上げ磨きをしっかりと行うよう心掛けています。



2020年度海上保安官採用試験・海上保安学校学生採用試験(特別)について

- 人事院および海上保安庁では、海上保安庁の職員を次のとおり募集します。
- 受付期間 海上保安官採用試験（インターネット受付）3月27日（金）午前9時～4月8日（水）[受信有効]
海上保安学校学生採用試験（特別）（インターネット受付）3月27日（金）午前9時～4月3日（金）[受信有効]
※インターネット申込みができない特段の状況にある場合は、人事院東北事務局または第二管区海上保安本部等に問い合わせください。
 - 採用予定数 海上保安官採用試験 約30名
海上保安学校学生採用試験（特別）「船舶運航システム課程」 約260名
 - 試験日 海上保安官採用試験 第1次試験日 6月7日（日）午前9時～午後4時25分
※試験地：仙台市など計11か所実施
海上保安学校学生採用試験（特別）第1次試験日 5月10日（日）正午～午後3時30分
※試験地：青森市・盛岡市・塩釜市・秋田市など計38か所実施
 - 採用時期 海上保安官採用試験 令和3年4月上旬
海上保安学校学生採用試験（特別） 令和2年10月上旬
 - 受験資格 海上保安官採用試験
平成2年4月2日以降生まれの者で、大学（短期大学を除く以下同じ）を卒業した者および令和3年3月までに大学を卒業する見込みの者ならびに人事院がこれらの者と同等の資格があると認める者
海上保安学校学生採用試験（特別）
①令和2年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して13年を経過していない者および令和2年9月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの者。
②高等専門学校第3学年の課程を修了した者であって、令和2年4月1日において該当課程を修了した日の翌日から起算して13年を経過しないものなど人事院が(1)に掲げる者と同等の資格があると認める者
- ☎インターネット申込みについて…人事院人材局試験課 ☎03-3581-5311（内線2333）
その他この試験に関することについて、第二管区海上保安本部総務部人事課 ☎022-363-0111/人事院東北事務局 ☎022-221-2022