

認知症キャンペーン



ロバ隊長
認知症サポーター
マスコットキャラクター

市では、10月を認知症を知るキャンペーン期間と位置付け、認知症の人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、認知症についての理解を深める活動を展開しています。認知症について学び、考えてみませんか。
◆高齢者支援課 ☎042-438-4029

認知症サポーター養成講座

認知症になっても安心して暮らし続けるためには地域での見守り、ちょっとした手助けが必要です。まずは認知症とは何か、基本的なところから学んでみませんか。

□認知症サポーターとは

認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分でできる範囲で支援する方のことです。認知症サポーター養成の取組は全国的に展開されています。

時 10月21日(土)午後2時～3時30分(1時45分開場)

場 防災センター

内 ●認知症について ●認知症サポーター100万人キャラバン ●認知症の方を地域で支えるためには

対 市内在住・在勤で、当講座を受講したことのない方

定 50人(申込順)

※参加者にはオレンジリングを贈呈

※5人以上集まれば、市内出張講座可

申 10月16日(月)までに、

電話で上記へ



植物とのふれあい講座(認知症予防講座)(全10回)

野菜や花とのふれあいは五感を刺激し、脳の活性化に役立ちます。

時 10月23日～12月25日の月(月)午後2時～3時30分

場 住吉老人福祉センター

内 ●プランターで野菜栽培 ●植物を使った季節の作品などの作製

対 市内在住の65歳以上の方

定 20人(申込多数は抽選)

料 1回150円(別途材料費 毎回500円程度)

申 10月10日(火)(消印有効)までに、はがきで住所・氏名・年齢・電話番号を〒202-8555市役所高齢者支援課「植物とのふれあい講座」係へ

認知症と生きるパネル展示

時・場 ●10月2日(月)～6日(金)・田無庁舎2階展示コーナー

●10月10日(火)～13日(金)・田無総合福祉センター

●10月23日(月)～27日(金)・保谷庁舎1階ロビー

あんしん声かけ体験

認知症の方への声のかけ方・接し方を実践体験

時・場 10月24日(火)午前10時～午後0時30分・きらっと

定 30人(申込順)

申 10月10日(火)までに電話で上記へ

認知症講演会

時・場 10月31日(火)午後2時～4時・コール田無

※当日、直接会場へ

内 認知症とともに暮らす～認知症介護の最前線から「心のレポート」をお伝えします～

講 尾林和子さん(フローラ田無施設長)

定 180人(先着順)



「りさいくる市」フリーマーケット出店者募集

時 11月5日(日)午前9時ごろ～正午

場 田無庁舎市民広場 ※雨天中止

□出店資格 成人で市内在住の個人・団体(業としている方を除く)

□募集区画数 65区画(1区画約3.5㎡)

※出店場所の選択は不可

申 10月10日(火)(消印有効)までに、往復はがきで参加者全員の氏名、代表者の住所・年齢・電話番号、出店物(衣類・雑貨など)を下記へ(1世帯1通。当日の参加者による申込に限る。申込多数は抽選)

の住所・年齢・電話番号、出店物(衣類・雑貨など)を下記へ(1世帯1通。当日の参加者による申込に限る。申込多数は抽選)

※飲食物・動植物などの販売は不可

◆ごみ減量推進課

〒202-0011泉町3-12-35

☎042-438-4043

多摩六都科学館ナビ



大型映像「HORIZON 宇宙の果てにあるもの」

「宇宙の果てはどうなっているのだろうか？」天動説から地動説へ、そして定常宇宙論からビッグバン宇宙論へ。人々が宇宙の地平(HORIZON)を追い求める姿を、最新理論を交えて美しく描き出します。※星空解説・投影はありません。

時 10月6日(金)～2月2日(金)午後2時30分～3時15分

※2月3日(土)以降は時間未定

定 234人 ※小学2年生以下は保護者同伴

料 観覧付入館券：1,000円(4歳～高校生400円)

申 当日、開館時よりインフォメーションで観覧券を販売(先着順)

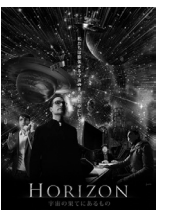
場・問 多摩六都科学館

☎042-469-6100

10月の展示室開館：

午前9時30分～午後5時(入館は4時^{まで})

※休館日：2日(月)～5日(木)・10日(火)・16・23・30日(月)



ロフト・サイエンス・コラム④

今晚、なに食べる？

健やかな生活を保つためには適切な食事・睡眠・運動が大切だといわれています。しかしこの3つは相当意識をして取り組まないと、適切でバランスの取れたものにはなりません。最近では健康やダイエットの効果

をうたったサプリメントやトクホと呼ばれる特定保健用食品などをよく目にしますが、これらも医薬品ではなく食品です。専門家によると、それに頼る前に、日々の食生活を少し

だけでも意識して見直すことで健やかな生活・体づくりへの一歩となるそうです。

今秋、「食」をテーマに、自分が食べるものをどう選べばいいかを考える企画展「今晚なに食べる？～人のカラダは食べものでできている～」を10月21日(土)～11月26日(日)に開催します。食欲の秋！健康を支える「からだ」と「食」にじっくり向き合ってみてはいかがでしょうか。

こそだてフェスタ

手をつなごう～みんなでこそだて～

子どもと一緒に、遊んで、学んで、参加して、みんなで地域とつながろう！子育て中の方だけでなく、妊活中・妊娠中、子育て支援に関心のある方もご参加ください。

時 10月9日(祝)午前10時～午後3時

場 ひばりが丘児童センター

※車での来場はご遠慮ください。

※授乳・調乳・オムツ替えできます。

入場無料！

オリジナルお絵描き帳
プレゼント

※アンケートと引き換えです。

コーナー紹介

※内容は変更になることがあります。

お楽しみ

★小学生チアダンス ★景品付クイズ大会 ★ファミリーヨガ ★新聞紙遊び ★リズム遊び ★パネルシアター ★カプラ ★木のおもちゃ ★算数ゲーム ★囲碁 ★お魚釣り ★工作 ★お仕事体験(おもちゃ屋さん・ジュース屋さんなど) ★ごろ寝アート ★手形足形アート ★人形劇 ★スタンプラリー^{ほか}

お気軽相談

持 母子手帳

★子どもの健康相談(小児科・歯科)

※午後1時^{まで}

★育児相談・子どもに関する行政相談

ほっと一息

★ハンドリフレ・足もみ

★パン・焼き菓子の販売(アレルギー対応はしていません。数に限りがありますので昼食をお持ちください)

支え合い

★育児用品・子ども服の交換会

★ヘルプカード紹介・障害者サポーター養成講座

★ペットボトルキャップ回収(軽く洗浄し、シールなどを取り除いてください)

知って得する

★抱っこひもアドバイス

★整体師のお話

お願い

- ごみはお持ち帰りください。
- 作品や景品を持ち帰るバッグ・下足入れをお持ちください。
- 写真撮影・SNSの投稿はプライバシーにご配慮ください。

□共催 こそだてフェスタ@西東京実行委員会 ◆児童青少年課 ☎042-460-9843