

介護のとびら

問い合わせ先
地域包括支援センター
(保健福祉課地域包括支援係) (31)2510

第7期介護保険事業計画がスタートしています③

今回は、「介護をしながら仕事を続けることができるサービス基盤」について、説明します。介護と仕事の両立に必要な支援の中に「ショートステイ」(短期入所サービス)があります。「ショートステイ」は、自宅で介護を受けている方が一時的に施設に泊まる介護サービスです。介護を受けている方本人のリハビリ目的や介護者が仕事を続けることができるよう休養や家を留守にするときなどに利用します。

住み慣れた自宅で暮らし続けていくためには、介護負担のバランスをとることが大切です。「ショートステイ」を上手に使うとよいと言われています。

しかし町では、平成29年1月に行った高齢者実態把握調査で、介護者は「ショートステイ」などの宿泊サービスを希望する声が高いものの、実際の稼働率は3割程度と上手に利用できていないことが課題となっています。

「ショートステイ」は、家族の都合だけで利用をすすめると本人は「利用したくない」と拒んでしまうことがあります。本人が納得して利用するためにはどうすすめていくとよいのでしょうか。

たとえば「家族と外食に出かける」など本人がやる気になる目標をたてたします。その目標をかなえるために介護の専門職がチ



ムで支援していくことを本人が納得すれば、すすんで施設に泊まり、リハビリを受けるようになるでしょう。結果、介護者の負担も軽減され、介護をしながら仕事が続けられることにつながっていきます。具体的な目標を提案することが肝要です。

町は、介護者への支援はもちろん、本人が主役になって可能な限り自立した生活ができるよう、在宅の介護専門職の方々や宿泊サービスの有る施設などと定期的な会議や勉強会を開き、よりよいサービス提供ができるよう、現状を把握しつつ連携体制をとっていきます。

《9月の介護予防教室》

第11回 9月14日(金)

「みんなの体操」正しい体の動かし方



講師 健康運動指導士 柳澤和也 氏

テレビでおなじみの体操ですね。一つ一つの動作が体のどこに効いているのか、正しい方法を学びましょう。

第12回 9月28日(金)

「音楽でこころと脳の健康づくり」

皆さまに人気の高い音楽療法です。一緒に歌って聴いて、リフレッシュしませんか。

講師 北畑道子 氏

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



前号では片道3時間の太桑村に行った話でしたが、今回はもっと遠くの売木村に行ってきました。

県内の町村長で構成する町村会という組織の中に4つの政務調査会があり、私は産業経済部会(15人の町村長が参加)に所属して部会長を務めています。毎年開催される部会では、国と県への提案・要望事項を協議します。その後、決定された提案・要望事項をもって県知事や県議会議員、国会議員と中央省庁に要望活動を行っています。

その部会が、南信地方の売木村で開かれました。中央自動車道を「飯田山本IC」において、山の中の国道をひたすら走ります。時々集落がありますが、信号もない一本道でコンビニもありません。やがて県内で一番人口の少ない平谷村に到着。さらに峠を越えて進むと売木村につきます。長野県の最南端で、人口554人の村です。

走行距離は往復で500km。片道なんと4時間です。そんなに遠くないだろうと甘く見て、自分で運転して出かけたのが大失敗でした。着いたときにはヘトヘトでした。

この小さな村には何もありませんかと思いましたが、違いました。きれいな建物の日帰り温泉があり、旅館があり、ゴルフ場が2つ、とても施設が整備されている人気の県営キャンプ場……。何よりも大自然に囲まれて、住民が「まぐるしい」ことです。小さくても、キラリと光る村を見られました。

町長直通

ご意見をお気軽におよせください。
メールアドレス moteki-y@town.miyota.nagano.jp

せんろく 浅麓 Walker

小諸市・軽井沢町のイベント情報などをお知らせします。



小諸市 / KOMORO

<http://www.city.komoro.lg.jp/>

秋の小諸市動物園 のイベント

9/22(土)・23(日)・24(祝・月)



▶フクロウガイド

午後1時30分～1時40分

▶ムササビガイド

午後1時40分～1時50分

▶モルモット新イベント

午後2時～2時5分

▶写真撮影会

飼育員手作りの「どうぶつなりきりグッズ」をつけて、動物たちと一緒に写真を撮ろう。

午後1時～1時15分 — ポニー※23・24日のみ

午後2時30分～2時45分 — ルリコンゴウインコ

午後2時45分～3時 — パンダマウス

午後3時～3時15分 — ペンギン

問い合わせ先 懐古園事務所(22)0296

<http://www.town.karuizawa.lg.jp/>

KARUIZAWA

軽井沢町



追分宿 郷土館

日仏交流160年記念 企画展

「ポール・ジャクレーと軽井沢 —軽井沢を愛したフランス人浮世絵師—」

9月15日(土)～11月11日(日)

軽井沢にゆかりの深いフランス人浮世絵師ポール・ジャクレー (1896～1960)の企画展を開催します。軽井沢のアトリエで制作された多色木版画、スケッチなどの作品を展示して、ジャクレーの芸術の世界を紹介します。日本の伝統的な多色摺り木版画技法により描かれた、緻密で色彩豊かな新しい浮世絵をご覧ください

◆講演会開催◆	日	時	9月29日(土)	午後1時30分～3時
	講師		稲垣・ジャクレー・テレズ 氏(ポール・ジャクレー養女)	
	演題		「ポール・ジャクレーと軽井沢」	
	対象		中学生以上	参加費 無料

開館時間 午前9時～午後5時(最終入館:午後4時30分)

休館日 期間中の休館日は、11月7日(水)

入館料 大人:400円、小中高生:200円

※堀辰雄文学記念館との共通券ですのであわせて見学できます。

問い合わせ先 追分宿郷土館(45)1466



水彩画を描くジャクレー
軽井沢 1953年(写真:遺族提供)

信越線が 開業130周年を 迎えます

信越線の関山駅から軽井沢駅間が2018年に開業130周年を迎えます。

130周年を記念し、記念列車の運行や記念パネル展が開催されます。

記念列車の運行

かつて、特急「あさま」として運行した189系列車が信越線を走ります。停車駅では、感謝を込めた花の配布を行います。

日程 10月13日(土)

往路 長野駅～軽井沢駅
復路 軽井沢駅～黒姫駅

記念パネル展

信越線130周年の歴史や思い出を振り返るパネル展を開催します。

場所

ステーションビル MIDORI

「りんごのひろば」御代田駅など

その他、スタンプラリーなど130周年を記念したイベントを開催します。

詳しくは、各鉄道会社(しなの鉄道株式会社、JR東日本長野支社)のホームページなどをご覧ください。

問い合わせ先

しなの鉄道株式会社

0268(21)4702

JR東日本株式会社長野支社

026122415320

(いずれも平日午前9時～午後5時)