

# 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⑥

今回は『介護に取り組む家族等への支援』について、説明します。

高齢者実態調査では、主介護者が「配偶者」「娘」「嫁」と続きますが、「息子」より「介護サービス従事者」を挙げる人が多く、介護の社会化が周知されてきました。

在宅介護者は、通い(遠距離介護)「ながら」「子育てしながら」、働き「ながら」「通院・通所しながら」など、介護保険制度開始当初に多かった介護に専念しうる家族が減ってきています。

### ○介護者の集いの場

在宅でご家族などを介護されている方や介護を経験した方を対象に、同じような悩みや経験を持つ方たちと交流を深めていく場所として、毎月1回、町社会福祉協議会が【オンラインカフェ】を開催しています。

共感できる仲間を見つけ、一人で抱え込まないことが介護疲れを減らすポイントです。

### ○介護者の現状を把握するために

既存の「地域ケア会議」「地域支え合い推進会議」のメンバーに、今まで入っていない介護者などの当事者をメンバーに加え、現状把握に努めるとともに家族の潜在的な介護負担についても評価できるように取り組んでいきます。

### ○医療・介護従事者への教育

介護者を孤立させないケアバランスを図るため、介護支援専門員(ケアマネジャー)をはじめとした医療・介護従事者への意識改革や教育的支援が不可欠となります。主任介護支援専門員と連携し困難事例への対応の強化を図り、解決するためのスキル向上の指導を行っていきます。

7月号からお伝えしてきました第7期介護保険事業計画ですが、6つの目標を掲げ、高齢者の皆さまが安心して暮らすことができるシステムの充実を図っていきます。

お困りのことがございましたら、地域包括支援センターまでご相談ください。

### 《12月の介護予防教室》

時間 午後1時30分～3時30分

場所 エコールみよた  
第17回 12月14日(金)

「座ってびびるヤッコいヨガ」

ヨガは心身ともにリラックス・リフレッシュできる体操の一つです。誰でも参加できますので、一緒に楽しみましょう。

講師

ヨガインストラクター



保谷明美

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



「ふるさとCM大賞NAGANO」に、町の「地域おこし協力隊員」として名古屋から来ていただいた尾関充紗さんが応募した作品が、最終審査に残るとい嬉しい知らせがありました。

これは、長野朝日放送が毎年開催しているもので、長野県内の各地から自分たちの故郷の特産品やお祭り、イベントなどを題材にした30秒間のCM作品を募集して選考するという番組です。多数の作品の中から選ばれた最優秀作品は、長野朝日放送の番組の中で1年間に365回無料放送されるということです。

最終審査に残った20作品の紹介と審査会は、長野市のホクト文化ホールで公開録画として行われます。司会者にはタレントの杉浦太陽さんや、審査員には漫画家のやくみつるさんなどが出演し、番組を盛り上げます。

今年の開催は、12月2日(日)ですから、多くの方々に応援に駆けつけていただければ幸いです。

また、この最終審査会の様子を来年の新春にスペシャル番組として放送予定ですので、ぜひ注目していただいてください。

町からは数年前に御代田中学校の生徒たちが作品を応募したものが最終選考に残ったことがありました。私も応援に駆けつけて、ステージ上で行われるパフォーマンスに参加したことを思い出しました。

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/>



### 小諸市動物園

## クリスマスZOO

12月22日(土)・23日(日)・24日(月)

#### 【イベント内容】

- クリスマスツリーに飾りつけをしよう
- ミニクリスマスツリーを作ろう
- 動物たちと写真を撮ろう～クリスマスバージョン～

小諸市動物園にサンタさんが今年もやってくる!動物たちもクリスマスに大変身します!サンタさんに会えたらプレゼントがもらえるかも!?クリスマスは小諸市動物園にお越しください☆

時間等の詳細は、小諸市動物園ホームページをご覧ください。  
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



## Karuizawa Winter Festival 2019 ホワイトファンタジー

軽井沢・冬ものがたり WHITE CHRISTMAS in 軽井沢  
イルミネーションの点灯時間 午後4時30分～9時

12月25日(火)まで

#### ★クリスマスキャンドル タウン

日程 12月1日(土)・2日(日)・  
8日(土)・9日(日)・15日(土)  
から25日(火)まで  
場所 軽井沢ウエディング  
協会加盟の施設

#### ★恵みシャレー軽井沢 クリスマス・ナイト マルシェ

日時 12月15日(土)  
午後4時～8時  
場所 恵みシャレー軽井沢

#### ★クリスマスコンサート

日時 12月16日(日)  
午後2時開演  
場所 軽井沢大賀ホール  
(入場無料)

※詳しくは、軽井沢・冬ものがたりホームページ(<https://www.karuizawamonogatari.jp/>)をご覧ください。  
問い合わせ先 軽井沢ウインターフェスティバル専用ダイヤル(46)8870

(広告欄)



今、火が入っています。  
薪ストーブの暖かさを体感できます。

御代田町内にこんなお店があります。お気軽にお立ち寄りください。

ハースストーン社・ヘルゴン社総輸入代理店  
**長野総商株式会社**  
Nagano&Sohsyo co.,ltd.

〒389-0207 北佐久郡御代田町馬瀬口1625-83 TEL.0267-32-2353 FAX.0267-32-2690 [E-mail]info@naganosohsyo.co.jp

hearth stone hergom hase LA CASTELLAMONTE VALORIANI Hultafors

