

「じつは」を集めることで
世界は広がる

「ことばコレクター」

ジェロームは「ことば」のコレクター。たくさん集めてスクラップしていたら、ある日転んで全部ぐちゃぐちゃに。でも、これ、案外面白いかもと思ったジェロームは…。「ことば」の持つ力を描いた絵本。

『ことばコレクター』
ピーター・レイノルズ／作
なかがわちひろ／訳
出版：ほるぷ出版

『ことばコレクター』
ピーター・レイノルズ／作
なかがわちひろ／訳
出版：ほるぷ出版

非現実空間に
身を置いてみたい方へ

「一度は泊まりたい
超ユニークHOTEL」

一日一組限定の豪華ステイから、まるで海外のようなホテル、趣味を極める〇〇し放題な宿まで、日本全国の個性豊かな旅先を提案します。電子書籍のクーポン付き。データは2022年2月現在。

『一度は泊まりたい
超ユニークHOTEL』
出版：JTBパブリッシング

『一度は泊まりたい
超ユニークHOTEL』
出版：JTBパブリッシング

きつかけをえれば、
戦争は終わる。

「戦争をやめた人たち
1914年のクリスマス休戦」

第一次世界大戦がはじまった9か月後の、12月24日の夜。敵対するドイツ軍とイギリス軍との最前線で、銃声の代わりに「クリスマスキャロル」の歌声が流れ…。戦場でほんとうにあった奇跡のような物語。

『戦争をやめた人たち
1914年のクリスマス休戦』
鈴木ももる／文・絵
出版：あすなろ書房

『戦争をやめた人たち
1914年のクリスマス休戦』
鈴木ももる／文・絵
出版：あすなろ書房

この世界は、思っている以上に
楽しい、素晴らしい

『トリノトリビア』

スズメはほおの斑点が大きいほどモテる。ハトはちゅうちゅう水を飲む。カラスは巣に新建材を使う…。身近だけれどつい見過ごしがちな野鳥たちの驚きの生態を、4コマ漫画とともに楽しく、わかりやすく解説する。

『トリノトリビア』
川上和人ほか／監修
出版：西東社

『トリノトリビア』
川上和人ほか／監修
出版：西東社

戸籍の窓

●人口16,239人（前月比 +15）男8,071人 女8,168人

●世帯数7,495世帯（前月比 +13）（8月1日現在）

※戸籍の窓は、届出者から了解を得て掲載しています。

※世帯主名、区名は住民票に基づいています。

介護のとびら

9月は「アルツハイマー月間」です。認知症への理解を深めましょう。

地域包括支援センター
（保健福祉課地域包括支援係） （31）2510

問い合わせ先

「もし親や身近な人・自分が認知症になったらどうしよう」そんな不安を抱いたことはありませんか。

2025年には軽度認知障害（MCI）認知機能に多少の問題が生じているが日常生活には支障がない状態を加えると、65歳以上の3人に1人が認知症になるという推計もあり、超高齢化社会で暮らす私たち誰もが認知症になる可能性があります。

認知症とは

脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、記憶や判断力の障がいが起こり、社会生活や対人関係に支障をきたす状態をいいます。歳を重ねると誰でも物忘れはありますが、体験したこと自体を全て忘れたり物忘れの自覚がなかったりする場合は、認知症の可能性があります。

認知症は高齢者だけではなく、働き盛りの世代でも発症します。65歳未満で発症した場合は「若年性認知症」とされます。

認知症の主な種類

- ・アルツハイマー型認知症
- ・レビー小体型認知症
- ・脳血管性認知症
- ・前頭側頭型認知症

認知症の主な症状

中核症状（脳の神経細胞の破壊によって起こる記憶障害・判断力低下・見当識障害失語・失認識・失行など）

周辺症状（精神症状や行動の異常で、妄想・抑うつや不安徘徊・興奮・攻撃・暴力など）

予防

血管性認知症については、脳血管障害の原因となる生活習慣病を予防するような良い生活習慣が大切です。良い生活習慣（バランスの良い食事や運動習慣・生活リズムなど）を身につけることは脳血管性認知症ばかりではなく、最も多い認知症のアルツハイマー型認知症の予防にも有用といふことが言われています。

主な相談先

- ◆かかりつけ医
- ◆認知症疾患医療センター
東信地区
千曲荘病院（上田市）
0268（75）5262
- ◆佐久総合病院（佐久市）
0267（82）3131
- ◆御代田町包括支援センター
（31）2510
- ◆認知症の人と家族の会
長野県支部（長野市）
0266（293）0379
- ◆若年性認知症
コールセンター（愛知県）
0800（100）2707

お知らせ

《介護予防教室》
●令和4年度第6回
9月9日（金）
午後1時30分～3時（予定）
会場 エコルみよたあつもりホール
『認知症と私』認知症になっても自分らしく前向きに生きる』講師 認知症本人大使「希望大使」春原治子氏
ローマンつえだ教育顧問／春原さんパートナー 櫻井記子氏
参加人数の把握、準備のため
事前申込制としていきます。

《生活・介護支援サポーター
（12期生）養成講座》
●令和4年度第5回
9月30日（金）
午後1時30分～3時30分
会場 役場2階大会議室
「認知症の基本的知識」講師 小諸高原病院 斎藤 勝仁 医師

養成講座は皆さまが始めたい月から1年間、受講生として講座を受けていただきます。講座の受講は、3日前までの申し込みが必要です。
※なお、新型コロナウイルス感染症の状況により中止になる場合がございますので、「ご了承ください」。

申し込み、問い合わせは
保健福祉課地域包括支援係（31）2510まで

運用代行サービスいたします！

これから始めるWEB広告

こんなお悩みありませんか？

WEB広告を出してみたいけど、何をすれば良いかわからない…

自社の商品・サービスをどうやってPRすれば良いかわからない…

そもそも良くわからないし、忙しくてやってられない…

様々な種類のSNS・WEB広告を一括サポートします！

どのくらい費用がかかるの？

1ヶ月の目安

一日1,100円～始められます！※契約期間6ヵ月以上の場合、6ヵ月に満たない場合、初期費用が必要となります。

66,000円～

内訳 ◎広告費：33,000円～（税込）◎運用代行費：33,000円～（税込）

結果を分析し、予算の中で効率化します

利用開始の手続き

表示する広告原稿の制作（※制作する内容により、別途お見積り）など

小諸市御幸町2-12-1

Tel.0267-23-4474

www.aic-ad.co.jp