

保健 **だより**

赤ちゃんは「紫外線もなく、きれいで、乾燥していない」お母さんの胎内から生まれた出た瞬間に、まったく逆の世界におかれます。外界からのストレスを一番受けているのは皮膚です。できれば幼児期まで皮膚のバリア機能を保ってあげるようにケアしてあげることが大切です。

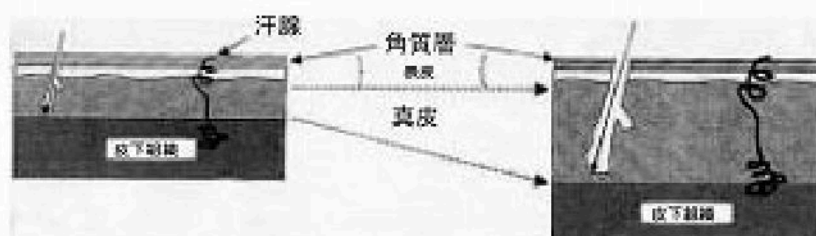
守ってあげたい赤ちゃんの肌

大人と子どもの皮膚の違い

赤ちゃんの皮膚は大人と比べて表皮(特に角質層)が薄くてもろく、真皮の厚さは大人の2分の1から3分の1ととても薄いのです。また汗腺や毛穴の開閉の調節も未熟です。ですから、こせられるような刺激に弱く、とても傷つきやすいのです。

▼赤ちゃんの皮膚構造

▼大人の皮膚構造



きれいに

赤ちゃんは新陳代謝が活発で汗っかき。ミルクをもどしたり、オムツ汚れもあります。まずは汚れをきれいに落としましょう。

- ★洗う時はゴシゴシこすり過ぎない
- ★汚れを残さない
- ★石けん分を残さないようしっかりすすぐ

まずきれいに、そしてしっとり スキンケアの基本

しっとり

洗った後は肌の水分を保つために、保湿してあげましょう。赤ちゃんの保湿用品には、化粧水タイプ、乳液タイプ、クリームタイプなどいろいろあります。赤ちゃんの肌の状態や季節に合わせて選びましょう。べたつくほど塗ると、かえって肌の負担になるため、薄くなじませる程度で十分です。



洗濯物で、乾燥する室内を快適に

冬はもともと乾燥しているところに暖房を使用するため、空気が乾燥します。空気の乾燥は、赤ちゃんの肌のトラブルの原因になります。2～3時間に1回は部屋の換気をしましょう。洗濯物を室内に干して、湿気をプラスするのも効果的です。

認知症一行詩の朗読は、訪れた人の心に響きました。

認知症を 考えよう

認知症について、詳しく知りたい方はご相談ください。

若狭町認知症ケアからはじめるまちづくり会議

●健康課 TEL(0770)62-2503

●三方保健センター TEL45-1503

●福祉課 TEL02-2502

●三方庁舎サービス室 TEL45-9103

認知症を地域で支えていくために

昨年12月9日に開催された「認知症ケアからはじめるまちづくりフォーラムわかさ」。会場のバレー若狭には多くの人が訪れ、認知症を考えるひとときを過ごしました。

同フォーラムを主催した若狭町認知症ケアからはじめるまちづくり会議。城谷義則座長にフォーラムの成果などについて聞きました。



自分 家族 地域

のため、決して他人事ではない

関心が高い認知症

「認知症ケアからはじめるまちづくりフォーラムわかさ」には、約500人にご参加いただきました。認知症は、自分のため、家族や親せきのため、地域のため、それから今大丈夫でも将来のためなど、みんなが何らかの形で関わらなきゃいけないことなんですね。決して他人事ではない。だから関心があり、あれだけたくさんの方が参加されたんだと思います。参加された方は、それなりに認知症に対する知識を持って、介護に対しても大変だろうけど見通しを持って、急にすべてがうまくいくわけではないけど、何か温かいもの、将来的なものを持って帰られたという気がします。

地域のお年寄りを思い浮かべて

フォーラムに先立ち、「認知症一行詩」を募集し、町内の中学生も応募しました。中学生は、認知症リポーター養成講座(認知症講座)で学習した上で一行詩を書きました。また、自分のおじいさんおばあさん、近所でお世話になっているお年寄りを思う優しい気持ちを持っていますから、その気持ちを一行詩に表すというときには、いろいろ思いがあって、考えて、工夫して書いていたと思います。

褒められることが自信や自立に

もともと中学生は、家族や地域の役に立ちたいという気持ちを持っています。しかし、何事も豊かになった現代、なかなか役に立てることが少なくなりました。昔だと、農作業をするときには人手がいりました。例えば、昔は田植え機がなく、手で田植えを手伝いました。稲を降ろしたり、一輪車で納屋へ運ぶのも手伝



パネルディスカッションには、城谷座長ほか、介護経験者や専門員が参加。介護家族で社団法人認知症の人と家族の会副代表理事の勝田登志子さんは、「認知症は誰でもなる病気。周りの人たちの正しい知識や理解があれば、介護家族はつらくない」などと話しました。

2. 現在



若狭町認知症ケアからはじめるまちづくり会議議長
城谷 義則 若狭町立三方中学校教頭

いました。そういうことをすると、「ようやってくれた」と褒められました。子どもたちはちょっとした満足感が得られて、自分の存在感が子どもなりに持て、こういうことが大事なんだと自然に勉強できました。さらに役に立ったということから自信が生まれ、自立していくものです。

子どもの成長と、つながる支援の輪

その点、認知症とのかかわりでは、ちょっと心配りをするとか、優しく対応するとか、お年寄りに声をかけるとか、お年寄りの様子を近所や家の人に知らせるなど地域で役立つことができる要素を持っています。認知症講座で知識を得て、少しでも支えになってあげることができれば、認知症を理解するということだけでなく、子どもたちが大きく成長していくことにもつなが



元高槻市長で、昨年まで認知症の妻の介護をされていた渡村利雄さんの講演

子どもは褒められると、自分の存在感が持てる

家庭、地域で役に立ちたい子どもたち

ると思います。

認知症講座を聞いた後に感想文を書き、道徳の時間に話し合いもしています。友達同士でも「うちのじいちゃんや…」など通学の中で話したりしています。そして、家族やおじいちゃんおばあちゃんと認知症について話すということにもつながっていきます。そういうところから、おじいちゃんおばあちゃんへの対応も変わってくるだろうと思います。

職場、地域で実践

認知症は病気であるということ、それは自然に受け入れていかなきゃいけないということ、一人だけでは大変だから、地域でも、仕事先でもみんなで支えていかなければならないということ、認知症フォーラムに参加された方には理解していただけたと思います。そのことをそれぞれの職場で、地域で、少しずつでも実践して広めていただけるといいと思います。また認知症フォーラムへ来られなかった周りの人へも広めてもらえれば、開催した効果がより上がることにつながると思います。今回のようなフォーラムは一度限りではなく、また開催できるといいと思います。

●「認知症ケアからはじめるまちづくりフォーラムわかさ」を5月号の「広報わかさ」1月号までご覧になりたい方は、企画推進課（TEL 0770-55-9133）までご連絡ください。ましあげます。

●問い合わせ

企画情報課 (TEL:0770-45-9110)

音声告知・有線電話が より便利になります！

→現在お使いの有線電話（三方地域※、上中地域※）。上中地域の有線電話には音声告知機能が付加されています。



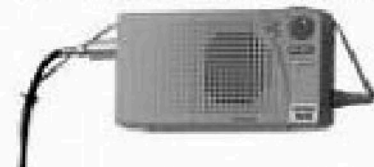
■音声告知 上中地域の有線放送端末機を更新します。

▼現在、上中地域に設置している有線放送端末機
付加サービス

- ①音声告知
- ②有線電話の接続



③三方地域の有線放送端末機
（音声告知端末機）は変更しません。



▼今後、上中地域に設置する有線放送端末機
（機器の仕様は未定です）

付加サービス

- ①音声告知
- ②有線電話の接続（利用料金が必要です）
- ③インターネット接続（プロバイダ契約が必要です）

▼今後、三方地域に設置する有線放送端末機
（機器の仕様は未定です）

付加サービス

- ①有線電話の接続（利用料金が必要です）
- ※音声告知は現在のものを使用
- ※インターネット接続は現在のものを使用



※イメージ図

②有線電話の利用は、この機器に電話機を接続することになります。

■有線電話 インターネットを利用した電話となります。

若狭町（三方地域と上中地域）を結ぶ有線電話網を整備します。

有線電話の通話料金は無料ですが、利用料金として500円/月が必要です。三方地域は今までどおりの利用料金ですが、上中地域は新たに利用料金が必要です。

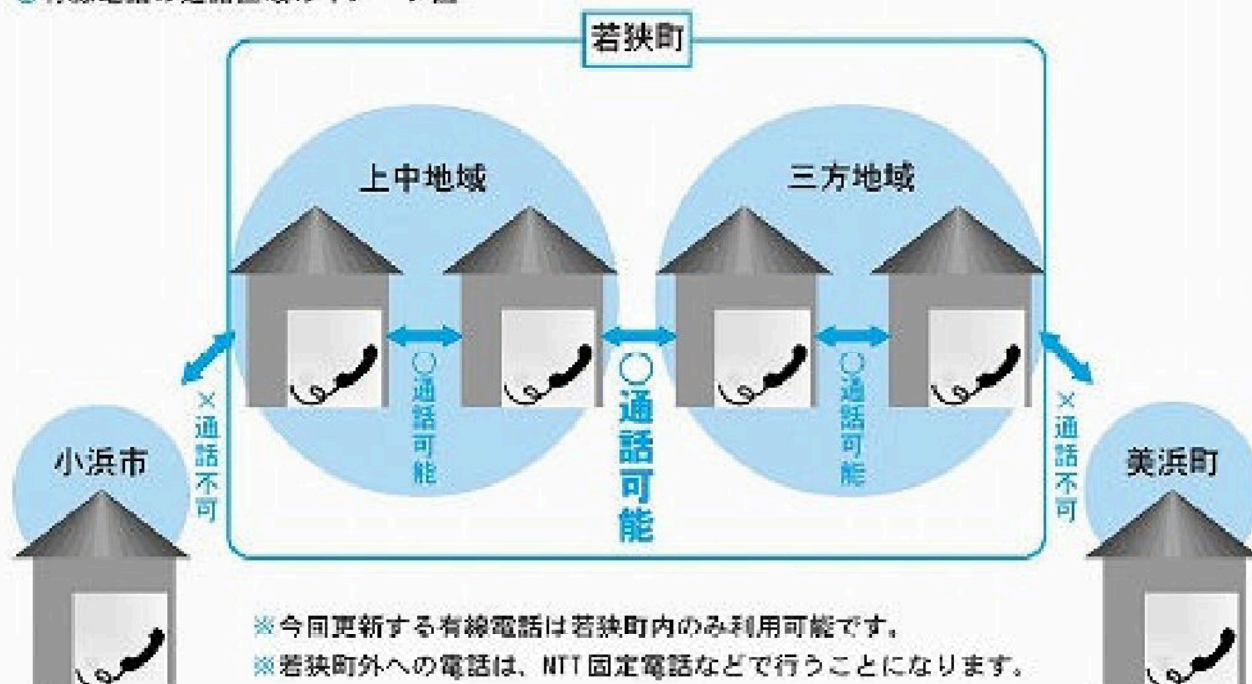
通話料金が無料 市外局番が不要に

新しい有線電話	NTT 固定電話	
若狭町内	通話区域	どこでも可能
500 円 / 月	利用料金	1,450 円 / 月 (住宅用ダイヤル回線)
無料 <small>注) NTT 固定電話で三方地域から上中地域へ通話する場合、20 円 / 3 分の通話料金が必要です。上中地域から三方地域へ通話する場合も同じです。</small>	通話料金	区域内の通話・・・8.5 円 / 3 分 教習区域内(教習～三方) 小浜区域内(上中～高浜) 隣区域の通話・・・20 円 / 3 分 <small>※この通話料金は、住宅用(一般)・昼間(9時～18時)の時間帯の場合です。</small>
市販の電話機でも、現在ご使用の有線電話機でも接続できます。 <small>※モジュラ端子付の電話機が必要です。</small>	電話機	通常どおり
NTT 固定電話と同じになるよう調整中です。 <small>※市外局番が不要になります。</small>	電話番号	NTT 電話番号

有線電話の加入(新規加入や継続利用)の意思確認は3月下旬から4月ごろにかけて行う予定です。

※有線電話の通話区域は若狭町内ですが、通話は有線電話の加入者同士の利用となるため、有線電話に加入されていない方との通話はできません。有線電話を効率よく利用するために、一人でも多くの加入、継続をお願いします。

◎有線電話の通話区域のイメージ図



暮らしの 情報BOX 3月

三方—上中間は
「0770」をつけてください

●三方庁舎 45-1111(代)

総務課	45-9109
企画情報課	45-9110
税務課	45-9101
生活環境課	45-9104
住民課	45-9106
観光水産課	45-9111
三方庁舎サービス室	45-9103
出納室	45-9100
保健センター	45-1563
三方診療所	45-0714
教育委員会事務局三方事務所 (三方公民館)	45-9114
三方図書館	45-9115
縄文博物館	45-2270

●上中庁舎 62-1111(代)

福祉課	62-2502
健康課	62-2503
バリア若狭管理課	62-2508
バリア若狭図書館	62-2505
産業課	62-2705
建設課	62-2706
上下水道課	62-2707
工事検査室	62-2701
上中庁舎サービス室	62-2700
議会事務局	62-2709
上中病院	62-1188
教育委員会事務局上中事務所 (若狭町公民館)	62-2711

宝くじ助成で購入

企画情報課

宝くじの売り上げ金を財源とした「コミュニティ助成事業」で、安賀里区が祭りの衣装一式・大太鼓張り替え・屋根型テントを、神谷区がみこしの補修・法被60着・太鼓1鼓・テント1張・仮設トイレ1台を整備・購入しました。このように宝くじの売り上げ金は、公共施設や備品購入などコミュニティ活動にいかされています。

●問い合わせ 企画情報課



安賀里区が補修した太鼓



神谷区が補修したみこし

交通災害共済

生活環境課

交通災害共済制度は、交通災害にあった場合に、災害見舞金を給付する制度です。自動車での事故はもちろんのこと、自転車に乗っていて道路で転倒した場合でも見舞金の給付を受けることができます。家族の安心のために交通災害共済に家族そろって加入し、万が一に備えましょう。

■加入方法

◎共済掛け金(途中加入も同額)
1人年間500円

◎共済期間

4月1日から翌年の3月31日

◎加入方法

2月中に各家庭に配布された加入申込書(ハガキ)の加入欄に丸印をつけ、区長さんを通じてお申し込みいただくか、生活環境課または上中庁舎サービス室までお申し込みください。

●問い合わせ 生活環境課

農作業中の事故に備え、任意の方もぜひご加入を!

農業者労働災害共済は、若狭町内の田畑などで、農業労働による災害を受けた方を救済するための共済制度です。福井県農業共済組合との間に農作物共済などの共済関係がある場合、農業者労働災害共済への加入が町の条例で定められています。

しかし、福井県農業共済組合への加入が任意の方については、加入申し込み手続きが必要で、任意の方も、もしもの時に備えぜひご加入ください。

●問い合わせ 産業課

■給付対象

掛け金を納めた人、その家族、納めた人を雇い主とする雇用労働者に対して共済金が支給されます。

■共済掛金(年間)

◇水稲・畑・果樹面積割(10aあたり)100円

◇家畜の頭数割(1頭あたり)50円

◇均等割(1農家あたり)300円

■共済金の種類

医療共済金・休業共済金・障害共済金・遺族共済金・葬祭料

電子申請サービスを 開始します

企画情報課

県と県内全市町は共同で、3月1日から電子申請サービスの運用を開始します。インターネットを通じて各種申請・届出などができる電子申請サービスをご利用ください。

■利用は次のサイトから

- ◇名称「ふくe-ねっと」
- ◇アドレス「<http://www.shinsei.e-fukui.lg.jp/>」

●問い合わせ

- サービスデスク(3月1日から)
(TEL0776-20-2022)
- (FAX0776-23-1036)
- (e-mail:help@fukui-e.net)

耳の健康相談・ 補聴器相談

福祉課

相談を希望される方は、事前に福祉課までご連絡ください。

■日時 3月7日(水)

(受付)13:00～14:30

■会場

パレア若狭 研修室

■相談内容

◎耳の健康診断

- ・耳の診断(診察・医患相談・補聴器使用の適否診断)
- ・身体障害者手帳交付診断および等級変更診断
- ・聴力検査

◎各種相談

- ・補聴器の交付相談や装着相談
- ・補聴器の点検、整備、修理などの相談

●問い合わせ 福祉課

下水道使用料 人員変動届について

上下水道課

この春、大学や専門学校進学または転勤などで、若狭町に住所を置いたまま町外で生活されることになった方には、下水道使用人数の変動を受けることができ、使用料の減額対象となります。

「人員割変動届」に必要事項を記入のうえ、集落の下水道委員に署名・捺印をしていただき、上下水道課または三方庁舎サービス室へ提出してください。

なお、人員が変動するのは、原則として申請書を提出された翌月からとなります。

●問い合わせ 上下水道課

小浜線ダイヤ改正

JR小浜駅

■ダイヤ改正日

3月18日(日)

◎現行上中6時30分発、十村6時42分発、三方6時49分発敦賀行(平日運転)の発車時刻は、各駅とも1分早くなり、敦賀から普通列車芦原温泉行に接続します。

◎敦賀22時32分発の最終小浜行を快速列車とします。停車駅は、粟野・美浜・三方・十村・上中・小浜です。

◎そのほか、発車時刻が現行と変わる列車があります。時刻表を確認の上、ご乗車ください。

●問い合わせ

小浜駅 (TEL 0770-52-0002)

柔道金メダリスト 野村忠宏氏講演会

三方五湖青年会議所

三方五湖青年会議所創立30周年記念事業として、男子柔道金メダリスト野村忠宏氏講演会、「つかめ！人生の金メダル～夢へのあくなき挑戦～」が開催されます。入場は無料ですが、申し込みが必要です。

■日時

3月4日(日)14:00～15:30

■会場 県立三方青年の家

■定員 500人(定員になり次第締め切ります)

■応募方法

住所・氏名・申し込み人数をご記入いただき、E-mail、FAX、官製はがきのいずれかでお申し込みください。

※当選者への通知は、入場整理券の発送をもってかえさせていただきます。

●申し込み・問い合わせ

三方五湖青年会議所
〒919-1122 美浜町松原
美浜町商工会館3階 TEL・FAX
(0770-32-0700) E-mail:
goko-jc@kl.mmnet-ai.ne.jp



野村忠宏さん

グリーンジャンボ 宝くじ発売中

福井県総務部市町村課

宝くじの収益金は、乳幼児医療無料化などの少子化対策に役立てられています。ぜひ、お近くの宝くじ売り場でご購入ください。

■発売期間 3月9日(金)まで

■価格 1枚300円

■抽せん日 3月14日(水)

■当せん金額

◇1等 1億5,000万円

◇1等の前後賞 2,500万円

◇2等 1,000万円

◇春トキメキ賞 3万円

●問い合わせ 福井県市町村課
(TEL 0776-20-0262)

エコクル美方 バイオマスで表彰

美浜・三方環境衛生組合

エコクル美方堆肥化施設が、北陸農政局バイオマス・ニッポン優良表彰を受けました。この表彰は、家畜糞尿や生ごみなどで堆肥を製造して農地に還元し、地域資源循環型社会への取り組みが評価されたものです。2月9日に福井県国際交流会館で開催された北陸バイオマスセミナーの席上で表彰式が行われました。



北陸農政局長から表彰状を受け取る美浜・三方環境衛生組合の藤本佳司所長

若狭で就職しませんか 合同就職面接会

小浜公共職業安定所

合同就職面接会「フクわくワーク in WAKASA」が開催されます。若狭地域の企業30社が参加予定です。

■日時

3月10日(土)13:00～15:00

■会場

JAわかさ会館 3階大ホール

■参加対象者

①平成20年3月大学、短大、高专、専修学校卒業予定者およびその保護者

②平成19年3月新規学校卒業予定未内定者

③U・Iターン求職者

④若狭地域に就職を希望している方

●問い合わせ

小浜公共職業安定所

(TEL 0770-52-1260)

コロッコ・コロボックル 記念演奏会

若狭町文化協会

コロッコ少年少女合唱団結成10周年、女声コーラスコロボックル結成30周年を記念して、演奏会を開催します。入場は無料です。「わらべ歌メドレー」や「春を待つ二つの歌」「アベ・マリア」などを歌いますので、ぜひお越しください。

■日時 3月21日(木・祝)

14:00～16:00

■会場 三万公民館 ホール

●問い合わせ

若狭町文化協会事務局

(パレオ若狭管理課)

若狭町低公害車 導入促進事業補助金の廃止

生活環境課

平成17年度から実施してきました「若狭町低公害車導入促進事業補助金」は、平成19年3月30日の申請受け付け分をもって廃止します。ハイブリットカーなどの購入を検討されている方は、早めにご相談ください。申請時には車検証の写しなどが必要です。

●問い合わせ 生活環境課

募集

観光ボランティアガイド 語り部会員募集

観光水産課

若狭町にお越しくださいとお客さまに、若狭町の魅力を一緒に伝えましょう。

■募集対象

若狭町内に在住または勤務などしている方で、若狭町の歴史や文化などに興味を持ち、来訪者への観光地案内にご協力いただける方。

■若狭町みかたの語り部

◎ガイド内容

主に、三方五湖やレインボーフイン、三方石観世音など、三方地域の観光ガイド

■若狭町かみなかの語り部

◎ガイド内容

主に、重要伝統的建造物群保存地区・兼川宿など、上中地域の観光ガイド

●申し込み・問い合わせ 若狭町の語り部事務局(観光水産課)