

## 神居中学校社会科特別授業を取材しました！

2月20日（木）に神居中学校にて3年生を対象に社会科特別授業が行われました。今回旭川市役所神居支所職員を「ゲストティーチャー」に招き、支所で行える手続きについての授業を行いました。住民票や戸籍の請求、印鑑登録や住所変更の手続きを若いうちから知っておいてもらおうと企画されたものです。

ゲストティーチャーより各種届出の仕方や書き方についての説明がありました。特に住民票の請求については、実際に請求用紙を用意し、生徒に記入してもらい、代表者6人の添削指導が行われました。添削の結果ゲストティーチャーから「100点です」との言葉がかけられた時には会場から拍手が起きました。

自分に関係のある事柄ということもあってか、生徒たちの関心は高かったように思いました。また、この特別授業を受けて、2月28日に2・3年生の生徒3名が、旭川市役所神居支所を訪問し、実際の支所の窓口を見学しました。

高校の入学時の住民票手続きや引っ越しに伴う住所異動の届け出などで、今後支所を利用することも増えてくると思います。授業の内容を聞いた生徒が、授業で得た知識を活用してもらい、なおかつ支所を身近に感じてもらえる機会になったのではないかと思います。



第6号

平成26年

3月20日発行

——主な内容——

- \* 頑張る地域の子どもの紹介
- \* 認知症高齢者の家族会インタビュー
- \* 忠和公園体育館の紹介
- \* 神居交番へのインタビュー
- \* 神居中学校社会科特別授業

カムイ新聞  
まち協

## \*\*\* お知らせ \*\*\*

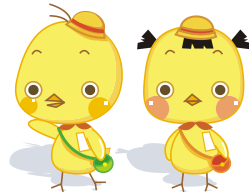
子育て応援します！

### 旭川いずみ保育園の「一時保育」

急な用事や通院などでお子さんの世話ができないときに、保育園で一時的に預かる「一時保育」。神居地区では旭川いずみ保育園（神居9の4）で行っています。

利用するためには、まず始めに親子で見学に行きましょう。お子さんの様子などを伝え市への登録を行います。日時は空き状況や希望の時間を調整し決まります。

「出産時に上の子の面倒が見られない、仕事を探しに行きたい、歯医者や美容院などに行きたいなど、一時保育を希望する理由は様々です。お母さんに気持ちの余裕ができればいいですね。広く様々な方に知っていただければ」と笹野園長。詳細は同園（電話62-8986）



対象 1歳～就学前の子  
利用料 4時間まで・・・600円  
8時間まで・・・1,200円  
給食希望の場合、別途300円  
時間 午前8時～午後6時の間（休園日を除く）

神居公民館 自主運営講座

### 神居女性大学・神居女性学級のお知らせ

神居公民館と一緒に学びませんか？  
多くの仲間づくりをしませんか？  
一般教養・運動・料理教室・音楽鑑賞などバラエティにとんだ講座を楽しく多くの仲間と学びます。



【神居女性大学】

とき：5月15日～翌年2月の木曜日 全14回  
午前10時～午後3時まで  
運営費：年3,000円（教材費等は別途）

【神居女性学級】

とき：5月13日～翌年2月の火曜日 全10回  
午前10時～午後3時まで  
運営費：年3,000円（教材費等は別途）

※募集は、女性各20名です。  
※大学と学級は講座内容が違います。

申込み：神居公民館  
電話61-2575  
3月24日(月)から受付  
平日の8:45～17:15



## 輝け！地域の星 ～挑戦する子供たちin神居

いつの時代も、目標に向かって努力する子ども達の目は前向きで、ときに大人たちを勇気づけてくれることがあります。今回は、今年度神居地区で著しい活躍をした子ども達（小学生）の素顔を紹介します。

### 「夢は箱根駅伝。そして東京オリンピック」～陸上競技

昨年12月8日、場所は大阪。全国小学生クロスカントリーリレー研修大会で、道北陸上競技協会に所属する小学生6人が、6区間各1.5キロを走りました。中でも第6走者を任された多田奏太君（神居東小6年）は、区間賞（4分58秒）を記録する力走を見せ、チームは50チーム中6位入賞という好成績を収めることができました。

8位でたすきを受け取った多田君は「たすきを受け取る前は緊張していた。でも走り出すとそれがなくなった」と話します。前を走る2人の選手をかわし順位を上げ、富山県の選手と、抜きつ抜かれつのデッドヒートを展開。結果は、5位と1秒差の6位でしたが、「全力で走り抜けたので満足」と達成感を口にします。



多田君が陸上競技と出会ったのは小学4年生の春。運動会のリレー選手に選ばれなかったのが悔しくて、陸上を始めました。その後、めきめきと力を付け、今では旭川でも指折りの選手に成長。週に3・4回の練習のほか、家でも時間を見つけては走るという練習の虫で、指導に当たる神居東小の阿部広嗣教諭は「根性があって後半スピードが落ちない。どこでペースアップしたらよいかの勝負勘も持っている」と彼の良さを評します。

今後の目標については「箱根駅伝と2020年の東京オリンピックに出ること」と話す多田君。最高の目標を掲げ、この春中学に進みます。

### 「辛い練習を乗り越えた先に勝利がある」～バドミントン

「自分たちは負けずらい。そうじゃないと勝てません」と話すのは、昨年12月22日～25日、バドミントンの全国大会に出場した漆畑ほのかさん（写真左）と加藤海月さん（いずれも忠和小6年生・忠和クラブ所属）です。

昨年8月から9月にかけて開かれた全道大会で、2人は優秀な成績を収め、全国大会に駒を進めることができました。残念ながら、全国大会では初戦敗退と思うような成績を残すことはできませんでしたが、練習は今もほぼ毎日続けています。

バドミントンを始めたのは、2人とも小学2年生の頃。最初は遊び感覚でしたが、次第に全国を目指す選手へと成長してきました。得意なプレーは「相手をコートの後方に追い込んでからネット際に放つカット」（加藤さん）、「粘り強いラリーからのスマッシュ」（漆畑さん）と自分たちの持ち味を分析する2人。「将来の目標は2020年に開催の東京オリンピック出場ですが、まずは忠和中学校に進学後の全国大会で勝ちたいです」と力強く話してくれました。



「練習は楽しいばかりじゃない。辛いこともあるけれど、それを乗り越えなければ勝つことはできない」と話す2人は、今後の活躍がますます期待されます。

## ..... あとがき .....

ソチオリンピックでの日本人選手の活躍素晴らしかったですね。

そして、6年後の東京オリンピックには、何人の地元選手が出場できるのでしょうか。

一生に一度有るか無いかの自国開催。選手の皆さんには、このまたとないチャンスをぜひつかんでほしいものです。私もあと30歳くらい若かったら、オリンピック目指して頑張ったかもお(^\_^)

\*\*\*次号予告\*\*\* 次号は7月に発行予定です。どうぞお楽しみに！！



記：K

## ◆◆ご意見・お問合せ◆◆

編集・発行：神居まちづくり推進協議会（まち協）

〒070-8012

旭川市神居2条9丁目1番19号 旭川市神居支所内 編集室

TEL 0166-61-2311 FAX 0166-61-8294

E-mail kamui\_br@city.asahikawa.hokkaido.jp

### まち協委員

石坂会長、佐々木副会長

荒木関委員、遠藤委員、大河委員、笠原委員、

梶原委員、金田委員、中島委員、林委員、

古田委員、古山委員、三宅委員

## 認知症高齢者の家族会（しゃべらん会）をご存じですか？

高齢化の進行とともに、認知症と診断される人が増えています。旭川市では昨年3月末現在で65歳以上の人は96,493人。この内、認知症と思われる人は約1万人と推計されています。

決して珍しい病気ではない認知症ですが、その介護に当たる人の苦労は並大抵のものではありません。今回は、神居・江丹別地域包括支援センター（神居2の10）の精神保健福祉士、赤間史章さんに、地域の認知症の現状や、介護の経験を持つ方々が経験を分かち合う場「家族会」について話を聞きました。

### 認知症に関する相談が増えています

認知症に関する相談は、近年多くなったと感じます。平成24年度は415件の相談が当センターに寄せられました。これは全相談件数の17.1パーセントに当たります。

認知症の相談が増えていることを受け、当センターでは平成24年度より、10名程度で認知症高齢者の家族会（愛称：しゃべらん会）を発足いたしました。その後、毎月第4金曜日の午後1時30分から午後3時までの間で、認知症高齢者の方を在宅介護した経験のある当事者で集まり、介護における精神的な苦労や想いについて分かち合いを行ってきました。



現在の活動状況として、今年1月に16回目の開催を迎え、現在介護している方や施設入居した方、既に亡くなった方などのご家族で集まり、毎回10名前後の方で介護経験を分かち合っています。参加者の方から、「当事者同士で介護経験を分かち合えることはとても貴重であり、自分と同じように大変な思いをされている方の存在を知り励まされた」というご意見を多数いただいております。今後も広く市民の方に周知させていただき、家族会の拡充と在宅介護の支援につなげていきたいと考えています。

### 家族会に参加した人々の声

以下は、しゃべらん会に参加した方々で分かち合っている介護経験の一部です。同じような経験をされている方は、一度しゃべらん会の会合に参加してみませんか。詳細は神居・江丹別地域包括支援センター（電話76-5511）へお問い合わせください。

- 本人をトイレに誘導している際、歩きながらズボンを脱いでしまう。さつまいもサイズの便が3つほど床に落ち、後ろからついて行った自分が踏んでしまった。
- 相談したくても相談できる人がいない。近所の人に相談しても愚痴としか思ってもらえない。
- 介護苦で殺害したというニュースを見て、いつか自分も手を掛けてしまうのではと思ったりする。
- 立った状態でうんこされ、拭いている時におしっこをされた。自分でも思うくらい本人にひどいことを言っている。
- 自分が一番辛かったときに誰にも理解してもらえず、本人を殺すか自分が出て行くか真剣に考えた。
- 毎日が重く、夜も眠れない。朝起きた時に、朝なんて来なければと思う。
- 本人は病気だから理解しようと思うが、正直辛い。なぜ、自分だけがこんなに辛い思いをしなければならないのかとずっと考えていた。今回、家族会に参加し、他の方のお話を聞いて本当に良かった。
- 家族会に参加し、たくさん話をして泣いて気持ちがすっきりしたことで、本人への見方が変わった。今では、本人に少しでも長く生きてほしいと思えるようになった。
- 夫が自分を目の前にして妻を捜すことがある。夫から「妻の声だけでも聞きたい」と言われ、分からないなりにうれしい気持ちになる。



## シリーズ～神居住民の健康について考える⑤

### こんにちは！地区担当保健師です！

～健康の計は健診後にあり！～

前回「年に一度の健診で健康チェックを！」とお伝えしましたが…みなさん受診されましたか？

せっかく健診を受けても、受けっぱなしでは受けた意味も半減というもの。今回は、健診結果を上手に活用するポイントについてお伝えします。

#### ●「異常なし」にも幅がある！

結果の分類～特定(通称メタボ)健診

「異常なし」～よりよい生活習慣を心がける

「要保健指導」～生活習慣の見直しによる改善が必要

「要医療」～医療機関で精密検査等を受ける事が必要 等

血圧や血糖等は連続している値なので、異常ありなしだけでなく、どの位置にいるか確認を。

#### ●経年の変化を見てみましょう！

毎年できるだけ同じ時期に受ける事で、どの項目がどう変化したか(例:少しずつ上がっているな…今は「異常なし」だけど、このペースだと5年後には「要保健指導」域に入るかも…等)といった体の変化や生活習慣との結びつきが把握しやすくなります。

#### ●プロを大いに活用しよう！

信頼できる主治医をもつ事、また私たち保健師・栄養士は、健診結果がもつ意味を正しく知って頂きお一人お一人に合った改善策を見出すお手伝いをしています。お気軽にお問い合わせ下さい。



旭川市保健所保健指導課 TEL26-2397

## シリーズ～神居の防災について考える⑥

### 災害対策基本法が改正されました

平成23年3月11日の東日本大震災を契機に去年の6月21日に新しく災害対策基本法（以下、「法」という。）が改正されました。

内容については、新たに法第7条に「住民等の責務」が具体的に記載され「住民は、食品、飲料水その他の生活必需物資の備蓄をして自ら災害に備えなさい。」というものです。

ここでいう「その他の生活必需物資」というのは、「衣類」や「灯油」「プロパンガス」等の燃料、「医薬品」などが想定されています。なぜ、このように法律に記載されたかということ、東日本大震災と同様な大規模災害時には、消防・警察等を含め行政機関が十分に機能しなくなる可能性があります。また、行政職員自体が被災する可能性があり、地域住民を助けられないといった状況に陥る可能性があるため、「自助」の観点から法整備されたものです。



最低、備蓄品等を3日分用意しましょう！！  
消防本部 防災課より

## 健康づくりに運動しよう！～忠和公園体育館～

春の足音が聞こえ雪解けも間近となってきました。そろそろ重い腰を上げて、体を動かすに出てみませんか。今回は「忠和公園体育館」（神居町忠和）をご紹介します。

「広々とした体育室では、曜日や時間帯ごとにバドミントン・卓球・ミニバレー・バスケットボールなどを一般開放しています。2階には一周142mのランニングコースがあり、トレーニングルームは今年2月、5年ぶりに全機種新しく入れ替えを行いました。トレーニング機器はお一人お一人の体力に応じてお使いいただけるので、健康相談コーナー(月～木)での健康チェックなどアドバイスを基に、毎日通いに来られる方も多いですよ。」と話すのは、忠和公園管理事務所の若島所長です。



アスレチックでは小学生が鬼ごっこ。親子連れにも大人気！

「同館では、ヨガ・太極拳・ボクササイズ・子供ヒップホップなどの健康運動教室を定期的で開催しており、募集するとすぐ定員になるほどの人気教室もあります。この春は屋外でのランニング教室を行う予定です。各教室の募集は市の広報誌あさひばしをチェックしてください。」と若島所長は話します。

「気軽に健康づくりができるように」というスタイルの同館。みなさんも足を運んでみませんか。運動靴と用具は忘れずに！

- 施設利用料 一般 150円・高校生 100円・中学生以下無料  
※お得な定期券・回数券あり
- 利用時間 9時～21時
- 休館日 毎月第4月曜日（月曜日祝日の場合は火曜日）、12月30日～1月4日
- 詳細 忠和公園体育館（電話69-2345）

## 新入学（園）児を交通事故から守りましょう。

4月には、新入学(園)児が通学・通園を始め、ひとりで道路を歩く機会が増えます。今回は、神居交番の松村幸二さんに保護者やドライバーが注意すべき事項について話を聞きました。

昨年、旭川市では小学生の交通事故が29件発生しました。その中の21件が、子どもがひとりで歩いていた時、自転車に乗っていた時の事故で、命を落としかねない事故もありました。学校から帰宅して、友達の家に遊びに行く時などの自宅近辺での事故が多く発生しています。特に、交差点では注意が必要です。

### 保護者の皆さんへ

⇒自ら模範行動を示し、実際に道路に出て安全指導をしましょう。

- 道路の安全な渡り方をしっかり教えましょう。
- 信号の色の意味や利用方法を教えましょう。
- 通学路の危険な場所を子供の目線でチェックしましょう。
- 車の陰から渡ることを危険性を理解させましょう。

### ドライバーの皆さんへ

⇒特に住宅街では、子どもの「とび出し」を警戒しましょう。

- 駐停車車両の陰にも注意しましょう。
- 右・左折時は側方の確認もしましょう。
- 子どもを発見したら、その反対側も注意しましょう（友達がいることがあります）。
- 横断歩道付近では、しっかり減速・確認しましょう。



家庭でも、食事の時やテレビを見る時など、家族が集まる場所で交通安全の話題を取り上げてください。そして、実際に通学路や自宅近辺などを一緒に歩いて確認することが、大事な子どもを事故から守ることにつながります。

