

### イクメン・カジダン・ケア メン写真コンテスト

男性が家事・育児・介護をする姿を題材にした写真コンテストです。「イクメン」「カジダン」に加え、今年から「ケアメン(介護をする男性)」の写真も募集します。

**テーマ** 男性(父や祖父など)が家事・育児・介護に参加している姿  
**応募方法** 10月1日(月)～10月31日(水)の間に、四つ切りまたはワイド四つ切りサイズの写真を事務局へ送付してください。

**審査・発表** 主催者が審査します。結果は受賞者に通知し、11月18日(日)に表彰式を行います。また、入賞作品を市役所、高梁市文化交流館、高梁中央病院、成羽郵便局で展示します。

**賞** 最優秀賞(1点・図書券5000円分)／優秀賞(1～2点・図書券3000円分)／入選(数点・図書券500円分)／参加賞(全員)  
**問** たかはしWithフォラム事務局 ☎(22)4872

### 高梁シェイプアップ教室

**日時** 10月4日、11日、18日、25日、11月1日、8日、15日、22日、29日、12月6日(全10回・全て木曜日)午後6時30分～8時  
**場所** 吉備国際大学フィットネスクラブ  
**対象** おおむね40～70歳で、特定保健指導対象者、体重や体型が気になる人、生活改善が必要な人など



**内容** 運動や講話など  
**定員** 30人(先着順)  
**申し込み** 9月28日(金)まで  
**問** 健康づくり課 ☎(21)0267

### お父さん・お母さん・子ども交流会

発達に遅れや不安のある子どもの保護者同士が情報交換し、関係づくりができる交流会です。障がいがある子どもを育ててきた先輩保護者を講師に迎え、発達を促す運動を親子で実践します。子どもと一緒に体を動かしたり、保護者同士で子育てに

ついて情報交換をしませんか。お気軽にご参加ください。

**日時** 10月20日(土)午前9時30分～11時30分

**場所** 高梁市民体育館

**対象** 発達に遅れや不安のある子どもとその保護者

**講師** 木本陽一さん(旭川荘顧問)

**申し込み** 10月17日(水)までに申込用紙を福祉課へ提出してください。  
**問** 福祉課 ☎(21)0284

### 川上景年優品選特別陳列

川上景年は備中町出身の書家で、大道書学院を開設するとともに、国家的に書道文化の紹介と発展に努めた人物です。

地元が生んだ書家の優れた作品をご覧いただける貴重な機会です。

**会期** 10月6日(土)～10月12日(金) 午前9時～午後5時

**休館日** 火曜日

**場所** 成羽美術館多目的展示室

**料金** 無料(1階喫茶店横から入場できます)

**問** 社会教育課 ☎(21)1516

### NHK「笑アニ様がやってくる」公開録画

NHK岡山放送局と高梁市は、平成30年7月豪雨からの復興を祈念し、「笑アニ様がやってくる」の公開録画を行います。

**本番日時** 10月27日(土)午後4時10分開演(午後3時30分開場)・午後6時終演予定

**場所** 高梁総合文化会館

**出演** TKO、アルコ&ピース、森田成一さん、戸松遥さん、Pyxis(伊藤美来さん・豊田萌絵さん)ほか  
**司会** サンドウィッチマン、森久保祥太郎さん

**放送予定** 未定(決定後、NHK岡山放送局のホームページなどでお知らせします)

**観覧申し込み** 10月4日(木)まで

に、NHKホームページの専用申し込みフォームから、①氏名②メールアドレス③郵便番号・住所④電話番号⑤観覧希望人数(2人まで/1歳以上の子どものから人数を含む)を入力しお申し込みください。入場は無料です。

**入場券の送付** 応募多数の場合、抽

### 認知症になっても安心して暮らせる社会へ ～9月は「世界アルツハイマー月間」です～

日本では、65歳以上の4人に1人が認知症、またはその恐れがあるといわれています。だれもがかかると可能性のある認知症ですが、早期に発見し治療を始めれば、症状を軽くしたり進行を遅らせたりすることができます。また、認知症についての理解が地域に広がることで、住みやすいまちになります。  
**問** 高梁市地域包括支援センター(介護保険課) ☎(21)0300

### このようなことはありませんか? ～認知症の気になる症状

- ① 年月日や時間、季節がわからなくなる
- ② 同じことを何度も言う
- ③ 新しいことを覚えられない
- ④ いつも探し物をしている
- ⑤ 慣れた道で迷う
- ⑥ 服の着方や道具の使い方がわからない
- ⑦ 人柄が変わる

「これは認知症の始まりでは?」と周囲の人が感じた時には、症状がかなり進んでいることが少なくありません。「以前とちょっと違う」など、様子が気になったときは、かかりつけ医に相談しましょう。

高梁市地域包括支援センターでは、認知症の早期発見、早期支援のために、また認知症になっても住み慣れた地域で生活し続けられるようにするために、次の事業に取り組んでいます。

- ・ **認知症サポーター養成事業** 認知症についての正しい知識と理解を持ち、地域での見守りなどを担う認知症サポーターの養成
- ・ **認知症カフェ(委託事業)** 認知症の人やその家族が地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いに理解しあうことを目的に設置した集いの場
- ・ **認知症初期集中支援チーム派遣事業** 認知症が疑われる人で認知症の診断を受けていない人やその家族に対して、医療・介護の専門職による認知症初期集中支援チームが訪問し、医療機関の受診や適切な支援につなげ、自立した生活をサポートする事業
- ・ **認知症高齢者見守り事業** 徘徊のおそれのある高齢者の見守りと行方不明時の早期発見、家族介護者の負担の軽減を目的とした事業
- ・ **家族介護者交流事業(家族介護者の会「つくし会」)** 心身のリフレッシュや介護技術の習得を目的に、会員同士が交流し、日頃感じている介護の負担や疑問、思いなどを話し合い、共有する活動

### 認知症のもの忘れ

脳細胞の減少など病気が原因で、日常生活に支障がある。

忘れたという自覚がない

出来事の記憶がまるごと消える

年月日や時間がわからなくなる

ヒントをもらってもピンとこない

### 日常生活に支障あり



高齢者の見守りサポーターのステッカー



認知症サポーター養成講座受講者に配布されるオレンジリング

選のうえ、当選した人には希望人数(2人まで)が入場可能な入場券を、10月16日(火)までに郵送する予定です。また、落選した人には10月17日(水)午後3時以降に落選通知メールを送付します。

### 注意事項

※申し込みは1人1件までに限りま

※18歳未満の人が応募する際には、保護者の承諾を得た上で、申し込みフォームに「保護者の承諾の有無」と「保護者のお名前・電話番号」欄に必ず入力してください。

※インターネット売買サイトなどの転売を目的とした申し込みは固くお断りします。

※応募の際にいただいた情報は、抽選結果の連絡のほか、NHKでは受信料の支払いに使用させていただきます。

**問** 秘書広報課 ☎(21)0208 / NHK岡山放送局 ☎086(214)4714(土日祝日を除く午前10時～午後6時)



ホームページ

