

かみごう ファミリー づくり

発行

上郷町地域づくり
連絡協議会

令和元年12月19日
【第353号】

メディアとの上手な関わり方を学ぶ 令和元年度家庭教育ゼミナール開催

11月22日（金）、上郷小学校を会場に家庭教育ゼミナールが開催され、児童や保護者など約110名が参加しました。

この日は、近年社会問題となっているゲームやスマートフォンに依存することで起こる弊害やメディアとの関わり方を学ぶきっかけとして、前上郷小学校校長の坂下明洋さん（現盛岡市立仁王児童センター館長兼仁王老人福祉センター所長）を講師に迎え、「メディアを上手に使いこなして学力アップと社会性を育もう」と題した講演会が行われました。

講演では、東北大学の川島教授をはじめとする研究チームが、宮城県仙台市の中学生を対象として調査を行った「スマートフォンの使用時間と学習時間、数学のテストの平均点との関係」の分析結果から、学習時間が長くてもスマートフォンの使用時間が長くなるにつれてテスト

の平均点が下がる傾向にあるという驚くべき事実を交えながら、長時間にわたるメディアの使用に警鐘を鳴らしていました。

坂下さんは、「メディアを適切に使用することで脳の活性化や学力の向上に結び付くことから、平日はメディアの使用を1時間以内にとするとともに、読書や外遊びの時間を大切にしてほしい。」と想い入れのある子どもたちにエールを送っていました。



【講師を務めた坂下明洋さん】

ネックウオーマー作り教室

上郷地区公民館生涯学習講座「ネックウオーマー作り教室」が11月22日（金）に上郷地区センターを会場に開催され、町民10名が参加しました。

当日は、旧上郷中学校を拠点に活動している合同会社東北クロッシェ村の佐々木さんと真山さんを講師に迎え、かぎ針編みによるネックウオーマーの製作を行いました。

参加した方々は、講師の丁寧な指導を受けながら、集中して作品作りに取り組んでいました。

12月14日（土）、上郷児童館と上郷地区公民館合同のバルーン教室が上郷児童館を会場に開催され、児童館を利用する児童や保護者など33名が参加しました。

教室では、有限会社バルーン・スケッチの大崎さんを講師に迎え、バルーンを使ったクリスマスツリー作りに挑戦。大小様々な大きさのバルーンを作るため、型枠に合わせながら慎重にバルーンを膨らませ、思い思いのツリー作りを楽しんでいました。



上郷町の予定（12～1月）

12月20日（金）	健康出前講座（3区） 10：00
21日（土）	赤羽根スキー場安全祈願祭 10：00
23日（月）	官公署連絡会議 13：30
28日（土）	地区センター閉館（～1月5日まで）
1月6日（月）	民児協定例会 13：30
8日（水）	体協定例会 19：00
9日（木）	区長定例会 13：30 文書配布日
10日（金）	上郷もちっこフェスティバル 9：00 万年青クラブ定例会 14：00
21日（火）	健康出前講座（2区） 10：00
23日（木）	文書配布日 健康出前講座（1区） 10：00

上郷町ごみ収集日（12～1月）

毎週火曜日	もえるごみ
12月26日（木）	びん類・プラ製容器包装
12月30日（月）	臨時収集日（もえるごみのみ）
1月3日（金）	臨時収集日（もえるごみのみ）
1月9日（木）	紙類・プラ製容器包装
1月16日（木）	ペットボトル・缶類
1月23日（木）	びん類・プラ製容器包装

年末年始のごみ収集について

年末年始のごみ収集について、12月29日（日）～来年1月3日（金）まで間、通常のごみ収集はお休みとなりますが、もえるごみの臨時収集を下記のとおり行います。

臨時収集日：令和元年12月30日（月）
令和2年1月3日（金）

収集するごみ：もえるごみのみ

～遠野中継センターへの持ち込みについて～
遠野中継センターへの持ち込みは、下記のとおり受け付けます。

期 日：令和元年12月30日（月）
令和2年1月3日（金）

受付するごみ：もえるごみのみ（※有料）
（受付時間：午前8時45分～午後4時30分まで）

※上郷町は、1月の「もえないごみ・粗大ごみ」の収集はありませんので、ご注意ください。

防犯協会からのお知らせ

岩手県では、12月13日～来年1月3日まで、「年末年始地域安全運動」が展開されています。年末年始は、空き巣や特殊詐欺等の様々な犯罪が発生しやすい傾向にあります。

各家庭や事業所では、鍵かけの励行や不審な電話があった際の対応を確認するなど、安全確保の取り組みをお願いいたします。

もの忘れの違和感、そのままにしていませんか？

「昨日の夕飯の内容が思い出せない」
「明日何時に約束したか忘れた」
こんなことがあると
「認知症では？」
と心配になりそうですが、
「昨日はすりみ汁を食べた」
「明日は9時の約束だよ」
と言われ、ああそうだった
と思いだせるのは、加齢によるもの忘れです。

認知症の場合は、夕飯を食べたこと・約束をしたことと自分を忘れてしまいます。目安となる例は下記を参考にしてみてください。

早めに気づき、医療機関への相談や必要な支援、正しい知識やまわりの理解を得ることで、日常生活での困りごとを少なくして、これまで通り過ごす時間を長くすることが期待できます。次のことを意識しながら生活することが大切です。

・自尊心を保つこと

・生きがいや楽しみのある生活を送ること

・家庭や社会のなかで役割をもつこと

・物事への興味・関心・意欲をもつこと

在宅介護支援センター上郷・青笹

相談員 昆野淑美

加齢による物忘れ

体験の「一部」を忘れる

「何を食べたか」思い出せない

「約束をうっかり」忘れてしまった

目の前の「人の名前」が思い出せない

物を置いた場所を「しばしば」思い出せない

「ヒントがある」と思い出せる

認知症による物忘れ

体験の「全部」を忘れる

「食べたこと自体」を忘れる

「約束したこと自体」を忘れる

目の前の人が「誰なのか」分かんない

置き忘れ、紛失が「頻繁」になる

「ヒントがあっても」思い出せない

