

# 久代自治振興区だより



KUSIROJITI.5122

久代自治振興区：〒729-5122 庄原市東城町久代 2105-1

電話番号 08477-2-0148(FAX 兼用)/E-mail:kusiro@vesta.ocn.ne.jp

10月末久代の人口：男 174人・女 160人・合計 334人 176世帯



FacebookQRコード

## ■センター門松の製作について■

次の日程でセンターの門松製作を行います。

ご協力いただける方や興味のある方はご協力をお願いします。

- ・日 時：12月23日(月) 9:00～
- ・場 所：久代自治振興センター



## ◆大掃除にご協力をお願いします◆

久代自治振興センターの大掃除を次の日程で行います。

時節柄、お忙しいこととは思いますが、ご協力をお願いします。

- ・日 時：12月25日(水) 9:00～
- ・場 所：久代自治振興センター



※「ほろかポイント」対象事業です。ほろか(なみか)カードをお持ちの方はご持参ください。

## ●センター周辺草刈作業のお願い●

立冬を過ぎたとは言え、比較的暖かい日が続いています。

お忙しいこととは思いますが、夕方2時間程度ご協力をお願いします。

- ・日 時：11月27日(水) 15:00頃から
- ・場 所：久代自治振興センター
- ・準備物：草刈機・熊手・フォーク・鎌など

(草刈機の燃料は満タンでおいでください)

※「ほろかポイント」対象事業です。ほろか(なみか)カードをお持ちの方はご持参ください。



## ▲新年交流会のお知らせ▲

昨年、急きょ中止となった久代自治振興区新年交流会を今年も計画しました。

- ・日 時：令和7年1月26日(日) 正午開宴
- ・場 所：養浩荘(東城町三坂)

※詳しくは、次回の行政文書でお知らせします。

## 久代自治振興区地域内の行事予定(12月)

月 日	開始時間	行 事 名	開催場所	対 象 等	対象事業
12月4日(水)	13:30～	3B体操	センター	一 般	●
12月6日(金)	13:30～	あじさいの会サロン	16区集会所	一 般	●
12月10日(火)	10:00～	久代でげんきシリーズ (お正月料理教室)	センター	一 般	●
12月13日(金)	10:00～	久代東ふれあいサロン	久代東振興会館	一 般	●
12月17日(火)	13:30～	久代中サロン	センター	一 般	●
12月20日(金)	13:30～	久代でげんきシリーズ (フラワーアレンジメント教室)	センター	一 般	●
12月21日(土)	9:30～	子育てサロン”久代であそぼ！”	久代東振興会館	一 般	●
12月23日(月)	9:00～	センター門松製作	センター	都 合 の 方 つ く	
12月25日(水)	9:00～	センター大掃除	センター	一 般	●

※ 表頭の「対象事業」は、「ほろかポイント」対象事業です。

※ 日程は、諸事情により変更又は中止となる場合があります。

## ●「認知症について学ぼう！」を開催しました。●

11月7日(木) 13時30分から「認知症について学ぼう！」を開催しました。

講師には、庄原の聖仁会から戸谷修二医師と、東京都内で介護施設等を運営する大起エンゼルヘルプ取締役の和田行男先生にお越しいただき、座談会形式で、皆さんの質問に答える形で行いました。

認知症と物忘れの違いは、今まで通りの生活ができるかどうかだそうです。いつもと違う行動があれば、家族がその行動についてメモを取ると良い。それが増えてきたら市の包括支援センター等に相談し、適切な医療機関を受診する。診てもらうことで、患者の今後の症状を予測

できることがある。それによって、認知症であっても、なくても、周囲の人がその人の状態を理解することができ、本人も周囲も生活しやすくなることもあるそうです。

認知症はなりたくてもなれません。75歳以上の4人に1人がなるとされますが、残りの3人はならない。「認知症にならないようにしよう。」と考えるのではなく、認知症になったときに向けて、本人・家族・地域での備えが大切。地域のつながりが地域での備えになるとのことでした。

年を重ねると、認知症だけではなく、体の衰えなどからも、他人の手を借りなければならぬようになります。“お互い様。だけど親しき中にも礼儀あり。”という心で、地域で支え合っていけるといいなと感じます。

