



9月は世界アルツハイマー月間です もっと知ろう もっと語ろう 認知症 (2023年度標語)

【問い合わせ】
新館長寿福祉課(☎41-3576)

国際アルツハイマー病協会(ADI)が、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に世界中で認知症の普及啓発を実施しています。この機会に、認知症への理解を深めましょう。



出典:公益社団法人認知症の人と家族の会

認知症ケアパスを配布しています

認知症ケアパスとは、認知症の人とその家族の道しるべとして、認知症のことや市内の認知症対応医療機関、相談先、各種サービスなどの情報をまとめた冊子です。新館長寿福祉課および各総合支所などで配布しています。



アルツハイマー月間中は、市内各図書館、イトーヨーカドー花巻店、マイヤアルテ桜台店にも、認知症ケアパスなどのパンフレットを配架しています。

す。お買い物などの際にご自由にお持ち帰りください。

認知症サポーター養成講座を開催しています

認知症に関する正しい知識と理解を持ち、地域や職場で認知症の人や家族を温かく見守る認知症サポーター。その養成講座を開催します。

- 対象 市内在住または在勤、在学の人
- 日時 9月27日(水)、午後2時～3時30分
- 会場 石鳥谷総合福祉センター
- 内容 認知症の基礎知識、具体的な対応方法
- 定員 15人(先着順)
- 受講料 無料
- 申込期間 9月4日(月)～26日(火)
- 問い合わせ 花巻中央地域包括支援センター(担当:認知症地域支援推進員☎24-7246)

出前講座も実施しています。地域の集まりや職場など、団体でぜひご利用ください。



9月9日は「救急の日」、9月3日～9日は「救急医療週間」 救急車の適正利用にご協力を



救急出動件数が年々増加しています

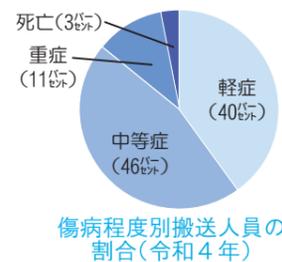
近年、全国的に軽い症状でも救急車を利用する人が増え社会問題になっています。市でも救急出動件数が年々増加傾向にあります。



通常、119番通報を受けると現場から1番近い救急車が出動しますが、その救急車が出動している場合は遠方の救急車が出動するため、現場到着まで時間を要することになります。

軽い症状で救急車を利用する人が増えると、脳卒中や心筋梗塞、事故による大けがなど、緊急に病院へ搬送する必要がある人への救急車の到着が遅れる可能性があります。

1人でも多くの市民の生命を救うため、救急車の適正利用にご理解とご協力をお願いします。



「救急車を呼んだ方がいいのかな?」「診察してくれる病院がわからない」などお悩みの際は、下記までお問い合わせください。また、消防庁から配信されている「全国版救急受診アプリ『Q助(きゅーすけ)』」では、急な病気やけがをしたとき、緊急度に応じた対応を支援してくれますので、ぜひご利用ください。



【問い合わせ】消防本部警防課(☎22-6124)



市民参画の実施結果を公表します

まちづくりに関する重要な計画などの策定や変更を行う場合、市民の皆さんの声を反映させるため、市民アンケートやパブリックコメント(*)、意見交換会などを実施しています。新たに追加された市民参画の実施結果は下表のとおりです。

※市民参画の実施結果、予定などは市ホームページでも公開しています。



*パブリックコメントとは

計画案などを公表して市民に意見を求め、そこで出された意見などを考慮して計画などを決定するとともに、意見などに対する市の考え方を公表する方法です。

【問い合わせ】
本館地域づくり課(☎41-3514)

市民参画の実施結果

計画などの名称	計画などの内容	方法	実施時期	実施結果	担当部署
花巻市森林整備計画	市の森林整備の基本的な考え方など長期的視点に立った森林づくりの基準を定める	パブリックコメント	令和5年1月25日～令和5年2月24日	意見34件 閲覧177件	農村林務課
		花巻市森林整備計画検討委員会からの意見聴取	令和5年2月17日	意見なし	



9月は食生活改善普及運動月間です

【問い合わせ】
健康づくり課(☎41-3607)

国では、国民一人一人が食生活改善を図るきっかけとなることを狙いとして、毎年9月を「食生活改善普及運動月間」としています。

食生活改善普及運動では、「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに、以下の四つの項目を推進しています。



食事をおいしく、バランスよく

多様な食品から体に必要な栄養素をバランスよく取る秘訣は、毎日の食事で主食・主菜・副菜を組み合わせることで食べることです。



毎日野菜をプラス1皿

健康維持のために必要なビタミン、ミネラル、食物繊維を満ちた野菜の量は成人1人につき1日当たり350g以上。このうち、120g程度はニンジンやホウレンソウなどの緑黄色野菜から、残りはキャベ

ツやタマネギなどの淡色野菜から摂取することが望ましいとされています。



おいしく減塩1日マイナス2g

日本人の食塩摂取量の目標値は1日当たり、成人男性7.5g未満、成人女性6.5g未満です。だし汁やかんきつ類、香辛料を上手に使っておいしく減塩、栄養表示を見て賢く減塩しましょう。



毎日の暮らしにwithミルク

牛乳や乳製品には、たんぱく質とカルシウムがバランスよく含まれており、栄養価が高い食品です。しかし、20～30代では3人に1人が乳製品を摂取していません。将来の骨粗しょう症の予防のためにも、牛乳・乳製品は積極的に取りたいもの。そのまま飲むのが苦手な場合は、料理に活用し取り入れましょう。