

しごと かてい かね かいご どうだん よ
仕事、家庭、お金、介護など…どこに相談したら良いか
いちどはな
わからぬにとも一度話してみませんか？

ちょうみん かた
町民の方どなたでも

ふくしそうだんかい 福祉相談会

どうだんむりょう
相談無料

ひみつげんしゅ
秘密厳守

ふくしせんもんしょく たいおう
福祉専門職が対応します！

なや そうだん
ひとりで悩まずご相談ください

10月

よやくさき
予約先
ほのぼの館 TEL.0947-22-6290

かいさいひ 開催日	かいさいばしょ 開催場所	じかん 時間
10月3日（金）	あかいりんぽかん 赤池隣保館	13:00~15:30
10月10日（金）	かなだりんぽかん 金田隣保館	13:00~15:30
10月17日（金）	かん ほのぼの館	13:00~15:30

みな はなし うかが じせんよやくせい
◆皆さんのお話をしっかりと伺うことができるように事前予約制です。

かい そうだん じかんていど よてい
◆1回の相談は1時間程度を予定しています。

まいつき ひ こうほう こくにん
◆毎月の日にちは広報にてお知らせしています。ぜひ、ご確認ください。

どうだん かん ないよう だいさんしゃ こうかい
※相談に関する内容については第三者に公開することはありません

りんぽかん

ふくちまち

福智町

第34号

令和7年9月 発行

隣保館だより

おとな やくわり
大人の役割とは

なん おも
何だと思いますか…？



がつ にち もく ふくおかけんりつにしたがわこうとうがっこう しえんかちょう きた いさむ まね
7月17日(木)に福岡県立西田川高等学校キャリア支援課長 北 敢さんをお招
きして「高校生が不登校支援をし始めた理由～自己決定する社会を作る仕組み～」
こうこうせい ふとうこうしえん はじ りゆう じこけってい しゃかい つく しく
をテーマに今年度第1回人権のまちづくり講座を開催しました。
こうえんかい じっさい ふとうこう こ こうこう かよいふとうこうしえん
講演会では、実際に不登校だった子が高校に通い不登校支援をやりたいと思え
るようになった心境の変化を視聴しながら、「自分の人生を自己決定できるよう
に」そのためにおこなっている環境や仕組みづくりなどを学びました。

こ か おとな か
「子どもを変えたいならまず大人が変わらなければならない」「子どもたちが
しゅたいてき ものごと かんが かんきょう ひつようせい き いま にほん
主体的に物事を考えられる環境づくりの必要性」などをお聞きし、今の日本の
きょういく た なに あらた かんが じかん
教育に足りないものは何かを改めて考えさせられた時間となりました。
こうざ りんぽかんじぎょう じんけんけいはつ とく ねん かい かい
この講座は隣保館事業における人権啓発の取り組みとして、年に2回の開催を
よてい りんぽかんじぎょう かんけいしゃ いっぽん かた じんけんもんたい まな きかい
予定しており、隣保館事業の関係者や一般の方が人権問題を学ぶ機会となっていました
ますので、ぜひお気軽にご参加ください。

どうわもんだいけいはつきようちょうげっかん 同和問題啓発強調月間



人権啓発パネル展示の様子

福岡県では、同和問題の早期解決を目指して、昭和56年度から毎年7月を「同和問題啓発強調月間」と定めています。同和問題は、日本の歴史的過程で形づくられた身分制度に由来するもので、今なお日常生活の上でいろいろな差別を受けるなど、わが国固有の人権問題です。「人権」とは、「すべての人が幸せに生きる権利」のことです。福智町においても、同和問題をはじめとするあらゆる人権問題の解決に向けて、様々な啓発活動を実施しています。

～人権のまちづくり館 閉館のご報告と感謝～



令和7年3月31日をもって人権のまちづくり館は閉館し、現在は解体工事が進められています。

昭和52年の開館以来、人権のまちづくり館は人権啓発、生活相談、地域の交流、繋がりづくりの場として活動を続けてきましたが、その間にたくさんの町民の方に利用いただきましたことを、心より感謝申し上げます。

長年のご愛顧、本当にありがとうございました。

隣保館閉館に伴い、これまで館内で活動しておりました田川地区人権センターは、下記の住所へ移転いたしました。

今後人権センターへのお問い合わせ・ご来館の際は、新住所・電話番号をご確認くださいますようお願い申し上げます。

田川地区人権センター

[新住所]

[電話番号]

〒825-0002 田川市伊田1939-1

0947-28-5230 ※番号は変わっていません



←赤池隣保館
のぼり旗
←やすらぎ館 横断幕



人権豆知識

9月

認知症は誰にとっても身近なもの

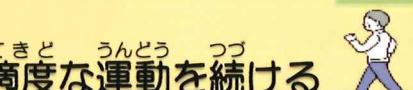
認知症は高齢化が進む日本社会において、年々身近な問題となっています。75歳以上の高齢者5人に1人が認知症になっているとも言われています。つまり、家族やご近所、地域の中で認知症の方がいるのは、決して珍しいことではありません。

大切なのは「理解」と「思いやり」

認知症になってしまっても、その人がこれまでどおり、地域の一員として尊重され、安心して暮らせる環境をつくることが大切です。そのためには、ひとり一人が認知症への正しい知識と、思いやりの心を持つことが第一歩です。

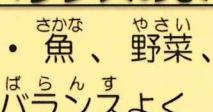
認知症予防にできること

1. 適度な運動を続ける



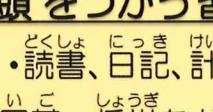
- ・ウォーキング、体操、ストレッチなど、軽い運動を毎日
- ・有酸素運動（例：散歩・自転車等）は脳の血流をよくします
- ・転倒予防にもつながります

2. バランスのよい食事を心がける



- ・魚、野菜、大豆製品、海藻などをバランスよく
- ・塩分、糖分、脂質のとりすぎに注意
- ・認知症予防に効果があるとされる地中海食（オリーブ油・ナツツ・青魚）も注目されています

3. 頭をつかう習慣をもつ



- ・読書、日記、計算、クロスワード、ゲーム、囲碁、将棋など
- ・新しいことを覚える（スマート操作・手芸・楽器など）

4. 人と関わり、会話を楽しむ



- ・家族、友人、地域の人と話すことは、脳への刺激になります
- ・趣味のサークルやボランティアなどもおすすめです

5. よく眠り、ストレスを減らす



- ・質の良い睡眠が脳の健康に重要（7時間前後が目安）
- ・寝不足や不眠が続くと、脳の老廃物がたまりやすくなる
- ・自分なりのリラックス方法を見つけましょう（お風呂・散歩・音楽など）

6. 病気の予防・治療をしっかり



- ・高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は認知症のリスクを高めます

むりなく、楽しく、少しずつ

世界アルツハイマー月間

9月は「世界アルツハイマー月間」で

これは、アルツハイマー型認知症を

はじめとする認知症に対する理解と

支援を深めることを目的とした国際的

な啓発活動です。特に9月21日は

「世界アルツハイマーデー」とされ、

世界各地でさまざまな取り組みがおこ

なわれています。