

りんぽかん 隣保館だより

ふくちまち
福智町

第34号

令和7年9月 発行

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 えんかちよう 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～」
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 おも
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 こ
「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
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
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。

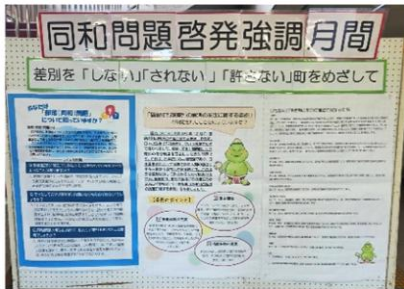
こうざ りんぽかんじぎょう じんけんけいはつ と く ねん かい かいさい
この講座は隣保館事業における人権啓発の取り組みとして、年に2回の開催を
予定しており、隣保館事業の関係者や一般の方が人権問題を学ぶ機会となってい
ますので、ぜひお気軽にご参加ください。

どうもんだいけいはつきょうちょうげっかん 同和問題啓発強調月間



← 赤池隣保館
のぼり旗

やすらぎ館 横断幕



↑ 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、今も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、繋がりの場として活動を続けてきましたが、その間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ようお願い申し上げます。

田川地区人権センター

〔新住所〕

〒825-0002 田川市伊田1939-1

〔電話番号〕

0947-28-5230 ※番号は変わっていません

おしらせ

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のが大切です。

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・ナッツ・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（スマホ操作・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・治療をしっかりと

- ・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 無理なく、たの 楽しく、すこ 少しずつ

しごと かてい かね かいご そうだん 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
わからないこ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

そうだんむりょう
相談無料

ひみつげんしゅ
秘密厳守

ふ く し せんもんしよく 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

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

みな はなし うかが
◇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 し かくにん
◇毎月の日には広報にてお知らせしています。ぜひ、ご確認ください。

そうだん 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