

◆自由投稿コーナー◆

# みんなの広場

ひとりで悩まないで

笑顔で元気な介護を

介護者家族会「ひかりネットワーク」

代表 出村文子

こんにちは！「ひかりネットワーク」は、介護者のための会です。

月に1度、メンバーが集まり、お互いの悩みや困り事など介護の問題を話し合ったり、情報交換しながら支え合い交流しています。時には、介護者もいろいろなストレスから「うつ」になったり、先が見えなくなったり落ち込むことが必ずあります。そんな時、自分の辛い気持ちを素直に話せ、耳を傾けて聞いてくれる仲間がいてくれたらそれだけでも気持ちが楽になります。介護者が明るく前向きな気持ちで介護を続ける事ができるように、お花見、カラオケ、クリスマス会などの楽しい企画もみんなと相談しながら行っています。



テレビや雑誌などで取り上げられている白十字訪問介護ステーション所長の看護師秋山正子さんを迎え、八潮中学校の多大な協力をいただき、同校体育館で、「どんなときでも命は輝く」をテーマに講演会を行いました。八潮中学校の3年生220人、一般および医療、福祉、介護事業者230人、総勢450人の方々に参加をいただきました。

「ひかりネットワーク」は、身体障害者福祉センター「やすらぎ」で毎月第3金曜日午後1時～3時に自由参加で集まっています。介護をされている方、一度いらしてみませんか？

連絡先 出村 ☎949・1112

## 遊びに来てね!ゆまにて子育てひろばがオープン



10月29日、ゆまにて内に「ゆまにて子育てひろば」がオープンしました。子育て親子が気軽に集える場として、だいら児童館(子育てサロン)、やわた子育てひろば(さくらんぼひろば)、はちじょう子育てひろば、楽習館子育てひろばに次いで市内で5番目の開設となり、74人の親子が参加しました。

オープニングイベントでは、紙芝居や絵本の読み聞かせ、ハッピーこまちゃんと一緒に親子体操が行われた後、和室の子育てひろば内ではたくさんの子育て親子が交流する姿が見られました。参加者の皆さんからは、「身近に子どもを遊ばせたり、親子で集まることができる場所ができた」と喜びの声が聞かれました。

## 初めてでもプロ並みのそばが打てました



10月30日、八幡公民館で「そば打ち教室」が行われました。

20人の参加者のうち約半数が男性で、1鉢500グラムの二八そばを1人ずつ「こね」から行い生そばの状態まで仕上げました。参加者は、細かいコツまで講師の方からアドバイスをもらいながら丁寧に作業を進めていき、また、積極的にたくさんの質問をして、活気あふれる教室となりました。

## 安全で安心なまちづくり!地域安全活動



10月12日、フレスポ八潮駐車場で、防犯パトロールを行う地域の皆さんなど、約180人が参加して「地域安全活動出陣式」が行われました。地域安全活動は、地域の皆さんが警察、市と連携し、犯罪や事故などによる被害を未然に防止して、安全で安心に生活できる地域社会を実現するために実施されている活動です。

出陣式では、バイクで自転車に近づき、前かごからかばんを奪うひったくり被害の様子がスタントマンにより再現され、被害防止指導が行われたほか、地域安全活動を推進し、地域コミュニティを確立していくため、小倉孝友町会・自治会連合会長が「安全で安心なまちづくり宣言」を行いました。

## 身近な大切な人の命を救う上級救命講習会



10月30日、八潮市消防署で「上級救命講習会」が開催され、15の方が参加しました。上級救命講習会は普通救命講習を終了した方を対象に年1回、より高度な内容で開催されています。

参加者はAEDの操作法を始め、小児・乳幼児の心肺蘇生法や三角巾・毛布のいろいろな使い方などを学び、『まさかの時』に活用できる業を習得しました。

# いきいきやしお写真館

この広報紙は、再生紙と大豆油インクを使用しています。

◆広報やしおは、毎月1回、10日(新聞休刊日を除く)に新聞折り込みで配布しています。届いてない世帯の方は、最寄りの公共施設、金融機関、市内10カ所のコンビニエンスストア、八潮駅などでお受け取りになれます。なお、次回の新聞折り込みは、12月10日(金)です。