

7 JULY

大成区行事予定表

せたな町

日	月	火	水	木	金	土
	1 赤口 育児相談 9:30~12:00 子育て支援センター	2 先勝 一般診療・婦人科診療 せたな町立国保病院 にこにこルーム 9:30~11:00 子育て支援センター	3 友引	4 先負	5 仏滅 くつろぎ図書館 10:00~ 大成図書館	6 赤口 健康づくりの集い 9:30~12:00 せたな町民ふれあいプラザ
7 先勝 【日曜当番医】 10:00~15:00 せたな町立国保病院	8 友引 育児相談 9:30~12:00 子育て支援センター	9 先負	10 仏滅	11 大安 一般診療 せたな町立国保病院 なかよし広場 10:00~11:00 子育て支援センター	12 赤口	13 先勝
14 友引 【日曜当番医】 10:00~15:00 今金町国保病院	15 先負（海の日） 【急患当番医】 せたな町立国保病院	16 仏滅 一般診療・婦人科診療 せたな町立国保病院 にこにこルーム 9:30~11:00 子育て支援センター	17 大安	18 赤口	19 先勝	20 友引
21 先負 【日曜当番医】 10:00~15:00 道南ロイヤル病院	22 仏滅 育児相談 9:30~12:00 子育て支援センター	23 大安 一般診療 せたな町立国保病院 BCG・水痘予防接種 受付10:50~11:00 大成診療所	24 赤口 乳幼児健康相談 受付13:00~15:30 せたな町健康センター	25 先勝 皮膚科巡回診療 受付13:30~ 大成町民センター	26 友引 大成保育園夕涼み会 18:00~18:30 保育園駐車場	27 先負 がっぱり海の幸フェスタ inわたためがして大成 11:00~（久遠漁港）
28 仏滅 【日曜当番医】 10:00~15:00 今金町国保病院	29 大安 育児相談 9:30~12:00 子育て支援センター	30 赤口 一般診療 せたな町立国保病院 日本脳炎・小児肺炎球菌 予防接種 受付10:50~11:00 大成診療所	31 先勝			

せたな町次世代型店舗づくり事業補助金の実施について

令和6年6月27日

せたな町長 高橋 貞光

せたな町では、商工業者等が行うキャッシュレス決済導入や店舗等の省エネ及びランニングコスト低減を目的に店舗等を整備する経費の一部を助成し、顧客の利便性の向上と商業等の活性化を図るため「せたな町次世代型店舗づくり事業補助金」制度を実施いたします。

※事業期間：令和6～8年度

せたな町次世代型店舗づくり事業補助金の概要

せたな町内の商工業者などを対象とし、キャッシュレス決済の導入や店舗等環境整備事業、低コスト対策支援事業の経費に対し補助するものです。

① キャッシュレス決済導入

対象者：せたな町内の事業者等

対象事業：決済システム導入に係る機材等の購入経費（手数料等は対象外）

② 店舗等環境整備

対象者：せたな町内の事業者等

対象事業：店舗等環境整備として、屋根、天井、壁、床、窓、玄関のリフォームに係る経費及びトイレの水洗化に要する経費（新築時の経費、撤去費用のみの経費、シャッター改修経費は対象外）

③ 低コスト対策支援

対象者：せたな町内の事業者等

対象事業：ランニングコスト低減を目的とした省エネ効果が認められる機材・設備等の購入経費及び新紙幣や新硬貨対応に要する経費（車輛、パソコンは対象外）

※補助メニュー（①～③）の経費に対して補助し、複数実施の場合は合算した経費に対して補助となります。（補助率等：1／3以内、補助上限100万円、対象経費の下限30万円）

詳しい内容につきましては、下記担当課へお問い合わせください。

問い合わせ先

せたな町まちづくり推進課（商工労働観光係）

TEL 0137-84-5111 FAX 0137-84-4657

せたな町立国保病院大成診療所 7月分診療担当医師一覧表

診療日	火曜日、 <u>木曜日</u> 、金曜日	
受付時間	午前	8:30～11:30
	午後	休診（発熱外来診療）

※第3金曜日の午前の診療は、定期休診となっておりますので、ご注意願います。

※診療所行きの患者バスはありませんので、予約制のデマンドバスのご利用をお願いします。

【デマンドバス予約先】

東ハイヤー大成営業所 ☎ 4-5062

《せたな町立国保病院行き患者バス運行日》

2日(火)、11日(木)、16日(火)、23日(火)、30日(火)

	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金
午 前	休診	高宮	休診	高宮	垣野(出張医)
午 後		高宮		高宮	垣野(出張医)
	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金
午 前	休診	高宮	休診	高宮	川内(出張医)
午 後		高宮		休診	川内(出張医)
	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金
午 前	海の日	高宮	休診	高宮	休診
午 後		高宮		高宮	古山(出張医)
	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金
午 前	休診	高宮	休診	高宮	佐々木(出張医)
午 後		高宮		休診	佐々木(出張医)
	29 月	30 火	31 水		
午 前	休診	高宮	休診		
午 後		高宮			

●発熱やのどの痛み、せき、鼻水等の症状のある方は、受診する前に必ず電話で相談してください。（大成診療所：☎01398-4-5175）

●診療時間以外の救急搬送は原則、せたな町立国保病院への搬送となります。（せたな町立国保病院：☎0137-84-5321）

せたな町立国保病院（7月）一般外来担当医

※都合により変更となる場合があります。予めご了承ください。

外来受付時間 ■午前8時30分～午前11時 ■午後1時～午後3時30分

夜間診療受付時間 ■第2、第4木曜日 ■午後4時30分～午後6時30分

			1月	2火	3水	4木	5金
午前	予約外		高宮	井内	大島	渡部	中島
	予約外			大島	棒田（予約）	佐藤	高宮
午後	予約外		中島	井内	中島	渡部	休診
	予約外			佐藤	棒田（予約）		
夜間診療							

		7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金
午前	予約外	日曜当番医	佐藤	大島	大島	渡部	中島
	予約外	せたな国保病院	森（予約）	森（予約）	小林（予約）	佐藤	高宮
午後	予約外	10:00～12:00	佐藤	佐藤	中島	渡部	休診
	予約外	13:00～15:00			小林		
夜間診療		☎84-5321				大島	

		14 日	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金
午前	予約外	日曜当番医	(海の日)	井内	高宮	渡部	中島/高宮
	予約外	今金国保病院		中島	竹之内 (予約)	佐藤	古山 (予約)
午後	予約外	10:00～12:00		井内	中島	渡部	休診
	予約外	13:00～15:00		佐藤	竹之内 (予約)		
夜間診療		☎82-0221					

		21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金
午前	予約外	日曜当番医	高宮	大島	大島	渡部	中島
	予約外	道南ロイヤル病院	森（予約）	森（予約）	小林（予約）	佐藤	高宮
午後	予約外	10:00～12:00	佐藤	佐藤	中島	渡部	休診
	予約外	13:00～15:00			小林		
夜間診療		☎84-5011				中島	

		28 日	29 月	30 火	31 水		
午前	予約外	日曜当番医	中島	井内	大島		
	予約外	今金国保病院	高宮	大島	棒田（予約）		
午後	予約外	10:00～12:00	佐藤	井内	中島		
	予約外	13:00～15:00		佐藤	棒田（予約）		
夜間診療		☎82-0221					

◆ 専門外来

循環器内科【予約制】（札幌心臓血管クリニック：榎本医師） 診察時間は午前10時から

11日（木） 25日（木）

神経内科【予約制】（札幌西門山病院：中山医師）

10日（水）

眼科【予約制】（吉田眼科病院：函館）

今月の診療はありません ※ 次回は8月23日（金） 瀬棚診療所2階

婦人科【予約制】（八雲総合病院：千葉医師） 診察時間は午後2時から

2日（火） 16日（火） ※受付時間は午後2時から午後3時

森医師（整形外科）の診察日【予約制】 ※7月の整形外科は午前からのみの診療となります。

8日（月） 9日（火） 22日（月） 23日（火） ※隔週の月・火

※森医師の整形外科の診察は予約の患者様に限りさせていただきます。

※ 電話による外来予約受付は、平日の午後3時から午後5時までにお願いします。

※ かぜ症状のある患者様の診察は、「発熱外来」で行っております。

受付時間は、平日の午後2時から午後3時までとなっております。

ご来院前に必ず電話でご相談ください。 ☎（0137）84-5321

せたな町立国保病院 ☎（0137）84-5321

令和 6 年度平浜海水浴場監視員の募集について

次のとおり監視員を募集しますので、希望される方は 7 月 5 日（金）までに電話連絡の上、履歴書 1 通を提出して下さい。

記

1 勤務場所、勤務期間、勤務時間、賃金

平浜海水浴場 ・ 7 月 1 8 日（木）～8 月 1 5 日（木）まで
（せたな町大成区） ・ 午前 9 時 0 0 分～午後 4 時 4 5 分（昼休憩 4 5 分）
 ・ 日額 8,8 5 7 円（通勤距離に応じて通勤手当を支給）

2 採用人数 若干名

3 職 種 監視員

4 業務内容 1) 海水浴場利用者の監視・指導
 2) テント利用料金の徴収
 3) 海水浴場及び管理施設の清掃
 4) その他海水浴場の管理運営に必要な事項

5 勤務条件 労災保険に加入（社会保険・雇用保険の加入はありません。）

6 応募資格 せたな町在住で通勤可能な方

7 申込み 7月5日（金）までに電話連絡の上、履歴書 1 通を提出して下さい。

8 その他 採用決定は面接等による。
 採用決定後、安全講習等の講習を受けていただく必要があります。

せたな観光協会 担当：小澤
TEL：0137-84-6205
FAX：0137-83-8020

令和6年6月27日

各位

北部桧山衛生センター組合
せたな町

住民説明会開催のお知らせ —家庭ごみの分け方・出し方について—

日頃より、北部桧山衛生センター組合の運営につきまして、ご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、当組合では先にチラシでお知らせしたとおり、資源回収率の向上を図ることを目的に、本年10月から資源ごみ処理手数料を無料とするため準備を進めております。

このことにより、資源ごみの出し方を変更することから、これを契機に、改めて家庭ごみの分け方・出し方などについての説明会を次のとおり実施することとしましたので、ご参加くださいますようお願いいたします。

記

開催日時	会場
7月16日（火）午後2時00分～	若松基幹集落センター
7月17日（水）午後2時00分～	丹羽活性化センター
7月23日（火）午後2時00分～	瀬棚町民センター
〃 午後7時00分～	〃
7月25日（木）午後2時00分～	せたな町民ふれあいプラザ
〃 午後6時30分～	〃
7月29日（月）午後2時00分～	太櫓はまなす荘
7月30日（火）午後3時00分～	大成町民センター
〃 午後6時30分～	〃



問合せ先

北部桧山衛生センター組合事務局総務係（電話：0137-86-0070）
せたな町役場町民児童課環境衛生係（電話：0137-84-5113）

子どもの「育ち」に優しいまなざしを

「言葉が遅い、目と目を合わせない、集団の中に入れない、こだわりが強い・・・。」

回りの同年代の子ども達と比べて、我が子の「育ち」が気になることが多々出てくるのが2歳を過ぎた頃からでしょうか。

発達障害の特性を持つ子ども・保護者と長らくかかわっている児童精神科医の田中康雄さんは、子どもの育ちや発達を心配して来院する方々に、医師として次のような「診立て」をしています。

この「診立て」は、多くの教育関係者はもとより、子育て真っ最中のお父さんやお母さんがわが子の「発達・育ち」をどう見るかという視点を整理してくれます。

■ 「診立て」：治療方針を決めるために、患者さん本人や家族など周囲の方のお話を伺ったり、必要な場合には検査をしたりして、その方がどんな状態にあるかを見極めること。

発達の診立ての3つの軸

1. 子どもの発達の診立て

○その子がどのような状態で、どのような思いでその言動に至ったのか。

（子どもの育ちの歩みを重視し、その子の気持ちに思いを馳せる）

○その子の脳はどのようなタイプなのか。

（何に困っているのか。「発達障害というものさし」も参考に）

○その子の個性・持ち味、「発達障害というものさし」に重ね合わせて見たときの特性など、複数の視点でその子への「理解」を深める。

2. 家族の診立て

○「わが子の何を確認したいのか・したくないのか」という家族の思いを聞き取り、親が抱くであろう複雑な思いも想像し続ける。

○両親自身がどういう育ちをしてきたか。

*「私が子どもにしてきたことは、私がされてきたことに似ているんですね」と気づくお母さんも。まずはお母さんを支えることに。

○両親がわが子とどういった思いで向きあっているか。わが子の発達をどう理解し、医師に何を期待しているのか。

3. これまでの整理とこれからの見通し

○1と2の「診立て」の上で自分の「仮の理解」に基づいた説明をする。

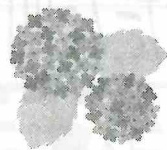
（間違っていることも多々あることを承知の上で）

○これから医師とできることと半歩先の見通しを伝える。

○合意に達したところから実行し、一緒に悩み、考え続ける。



「診断名」を超えてその子に近づく



田中医師は、「発達障害とは発達が障害されているのではなく、生活に支障をきたして『生活障害』になるときに診断されるものである」と指摘しています。

そういう意味で、子どもを「発達障害のものさし」に照らし合わせながらも、どういう力を持っていて、何につまづいているかを診立て、「友達関係はどうか?」「行動面での課題は?」「学習についていけるか?」など、生活場面での要素に着目し、その子の日常につながる手立てを考えていると。

「その子にどのような診断が付くか」と急ぐよりも、一人ひとりの思いや周囲との関係性について思いを馳せ、今できる生活の応援を考えることの方を大切にしています。



「診断名」がもたらすプラス面・心配な面

◎「診断名」があることで、子どもの言動を理解するための1つの手がかり、いわば「共通認識」が持てる。

* 診断名が付くことで、その子の生きづらさやつまづきが、本人の努力不足のせいでも、親の育て方のせいでもなく、「その子の脳のタイプによるものだから」という理解につながる。

▲「診断名」が付くことによって子どもの言動のとらえ方が狭まってしまう。画一的なものになってしまう心配がある。

■あるお母さんのエピソード■

「うちの子は自閉症スペクトラム症と診断されました。確かにミニカーを一行に並べたり、床屋のクルクル回るサインボールを飽きずに眺めていたり、電車や駅名をよく覚えていたりします。ほんとに教科書通りだなんて。でも、最近になって、小学校の教室から飛び出しちゃうことがあって……。もしかしたら自閉症スペクトラム症ではなくて、ADHD（多動症）になったってということでしょうか?」

その子に「なぜ教室を飛び出したの?」と聞

いたところ、その子は「勉強がつまらないんだ」と教えてくれました。

その診断名について熱心に勉強するほど、「〇〇な言動はこの障害特性」など、「その子に近づく」というよりも、「その名称のことを学ぶ」というふうになってしまうこともあります。

親御さんの一生懸命な思いの表れでもありますが、その子と育ち合う日々の楽しみが奪われてしまうのではないだろうか……。という心配もしてしまうのです。

参考文献：『発達障害』だけで子どもを見ないで その子の「不可解」を理解する（田中康雄）

子育ての悩みや心配なことがあれば まずは相談を

お子様のことで心配なことがあれば、担任の先生や各学校・認定こども園・保育所、教育委員会、保健福祉課の保健師、または、きらきらクラブ、今金高等養護学校にお気軽にご相談ください。

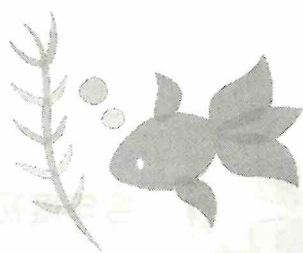
◆教育委員会 0137-84-6260

◆保健福祉課 0137-84-5984

◆きらきらクラブ 0137-82-2583

◆今金高等養護学校 0137-82-3121

せたな町特別支援教育連携協議会事務局



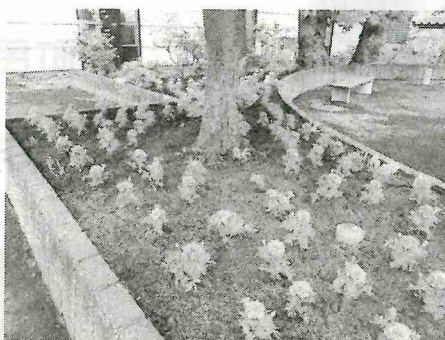
7月



発行：大成図書館

田植えも終わり、水面に太陽の光がまぶしく反射し、周りの景色が美しく映える景色にうっとりします。図書館前の花壇には、くおん大学の皆さんが植えたマリーゴールドが、綺麗に咲いています。図書館では、地域の方の作品展示、おすすめ本の紹介などしています。ぜひ図書館で素敵な本と出会ってください。

ありがとう
ございます



5月31日(金)くおん大学の皆さんが
図書館前の花壇にマリーゴールドを
植えてくれましたよ！とても華やかにな
りました。ありがとうございます。
お水をあげて、大切に育てます。

お知らせ

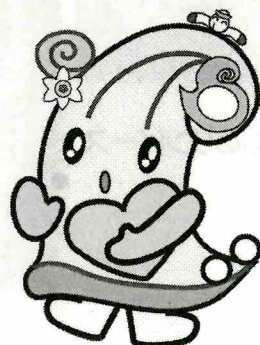
7月5日(金) くつろぎ図書館
ふれんど パンの販売 11:30~

    大成図書館くつろぎ図書館   

大成図書館では、毎月・第一金曜日に図書館を開放しています。この日は、お昼も開館しています。11時30分から「NPO 法人せたな共同作業所ふれんど」パンの販売も行われています。販売員さんも、とてもなれてきて会話がとても楽しく和やかな雰囲気ですよ！サークル活動をしている人、本を読む人。この日だけ指定された場所での飲食を許可しています。買ったパンで図書館でランチしながら楽しい時間を過ごしてください。

8月恒例の「図書館まつり」は、残念ですが中止します。

冬のクリスマス会は、行う予定ですので、どうぞご期待ください



久遠小学校読み聞かせの様子



今年度初の読み聞かせ

新一年生を迎え今年度初めての読み聞かせをしました。場所が図書室に変更になり児童の距離が近く少し緊張しました。児童たちは、運動会の練習の後だったので、疲れた様子でしたが、真剣に聞いてくれましたよ～たのしい読み聞かせでした。

町民ギャラリー

作品展示

青空の会

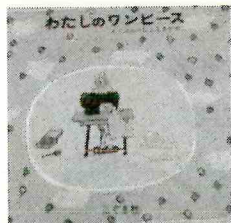
絵てがみのモチーフになったシャクナゲの花まで頂き作品と一緒に飾りました。



めだかのがっこう作品！
なべつかみ いろいろ
どりのハギレをつかい
センスが光る！



たいせい保育園 作品展示



わたしのワンピース



図書館の本を参考にして、うさぎさんのワンピースを作成してくれました。保育園では、図書館を来館し本とふれ合う時間をよく作ってくれています。先生方が、本の戻し方本の大切さを指導してくれていて、大変うれしく思っています。園児の色鮮やかな作品を見にきてください。とても素敵なワンピースばかりです。

今月のおすすめ本

7月

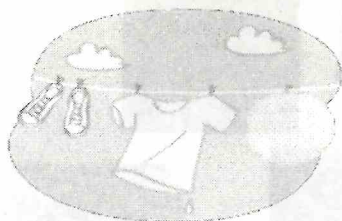
発行：大成図書館

大成図書館

大成区386番地 Tel: (013984-6161)

開館時間：10時～17時（12時～13時まで閉館）

休館日：7月1日（月）8日（月）16日（火）22日（月）29日（月）



教祖の作りかた

著・真梨 幸子

校外に暮らす普通の主婦、夫と息子の3人暮らし。引きこもりで大人気ゲーム実況 YouTuberの息子に1千万の税金の督促が届き不倫相手の弁護士に相談しまさかこんなことになるなんて！



たった2℃で・・・

著・キム・ファン

地球の気温が2℃あがるとどうなるの？パンダのたべものがなくなる？幼虫がチョウになれない？ミガメに会えなくなる？地球は「温暖化」という病気にかかっているんだ

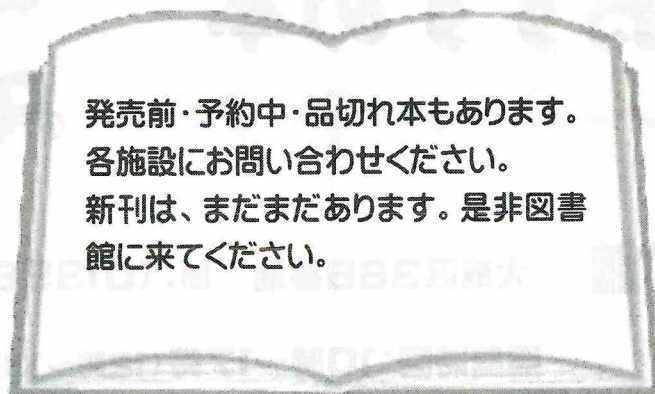


一般書

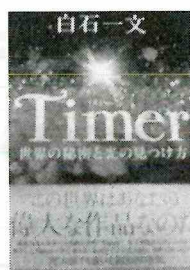


児童書

魂婚心中	著・芦沢 央	海のなかの観覧車	著・菅野 雪虫
ドクターテスの再臨	著・中山 七里	じごくバス	著・有田 奈央
私の身体を生きる	著・西 加奈子	ロバのおはなし	著・よしだ るみ
谷から来た女	著・桜木 紫乃	テントーむし	著・鈴木 のりたけ
体にやさしいひんやりおやつ卵・乳製品・白砂糖を使わないナチュラルレシピ	著・今井 ようこ	意味がわかるとおもしろい！世界のスゴイ絵画	著・佐藤 晃子
4月1日のマイホーム	著・真梨 幸子	ちよっぴりながもちするそうです	著・ヨシタケシンスケ
首木の民	著・菅田 哲也	ゆうびんです	著・松屋 真由子



発売前・予約中・品切れ本もあります。
各施設にお問い合わせください。
新刊は、まだまだあります。是非図書館
に来てください。



せたな町情報センター

北檜山区北檜山266番地

Tel: (0137) 84-5342

開館時間: 10時~17時 (12時から13時まで閉館)
休館日: 7月1日(月) 8日(月) 16日(火) 22日(月) 29日(月)



一般書

児童書

アトム的心脏	清武 英利	トイレでできた	北川 真理子
成瀬は信じた道をいく	宮島 末奈	きらきらぴかぴか	瀧 靖之
流言 武商線乱記3	上田 秀人	からだのしくみを学べる! はたらく細胞人体のふしぎ図鑑	

生涯学習センター図書室

瀬棚区本町651

Tel: (0137) 87-3901

開館時間: 10時~17時 (12時から13時まで閉館)
休館日: 7月1日(月) 8日(月) 16日(火) 22日(月) 29日(月)



一般書

児童書

万両役者の扇	蟬谷 めぐみ	野球しようぜ	とりごえ こうじ
笑い森	荻原 浩	妖怪オトマトペ	石津 ちひろ
人斬り以蔵の道理	吉川 永青	まほうのマーメイド	茂市 久美子



今月はリハビリテーション科が担当いたします！

認知症の気づき チェックリスト

さっそく簡単なチェックをしていきましょう！

	全くない	時々ある	頻繁に	いつも
1 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなる	1	2	3	4
2 5分前に聞いた話を思い出せないことがある	1	2	3	4
3 「いつも同じ事を聞く」等物忘れがあるとと言われる	1	2	3	4
4 今日が何月何日かわからないことがある	1	2	3	4
5 言おうとしている言葉がすぐに出てこない	1	2	3	4
6 貯金の出し入れや公共料金の支払いができない	1	2	3	4
7 1人で買い物に行けない	1	2	3	4
8 バスや自家用車などを使って1人で外出できない	1	2	3	4
9 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができない	1	2	3	4
10 電話番号を調べて、電話をかけることができない	1	2	3	4
合計				点

現在の医学で認知症の完治は難しいとされています。
そのため、早めの予防が重要です。
今日からできる予防方法は…

裏面へ⇒

道南ロイヤル病院
公開医療講座

かわら版

vol. 49/ 6月号
発行/地域医療連携室
後援/せたな町



ホームページ



LINE / ライン



Instagram



Tik Tok

病院公式SNSも
ご登録ください😊

今月のひとさら

初夏にぴったり！

【たたききゅうりの梅かつお和え】

管理栄養士：大槻 瑠夏



今回はたたききゅうりの梅かつお和えをご紹介します！

梅干しには、クエン酸が含まれています。

クエン酸には、疲労回復効果があり、夏が近づいてきて疲れが蓄積しやすくなってくる今の季節にぴったりです。

材料（2人前）

きゅうり 1本
梅干し 1個
ごま油 小さじ1/2
白いりごま 小さじ1/2
かつお節 2g

①きゅうりをジップロックに入れて、麺棒でたたく。

②梅干しは種を取り除き、①にちぎり入れる。ごま油、白いりごま、かつお節を加えて混ぜ合わせ、全体に味がなじんだら器に盛り付けて完成。

【皮膚科外来診療案内】

皮膚科外来診療のお知らせ

R6年6月とR6年7月の皮膚科外来診療は下記の通りとなります。

< 令和6年6月 >

日にち	午前診療	午後診療
1日(土)	8:30~11:30	
14日(金)		14:00~16:00 ※病棟回診後
15日(土)	8:30~11:30	
28日(金)		14:00~16:00 ※病棟回診後
29日(土)	8:30~11:30	

< 令和6年7月 >

日にち	午前診療	午後診療
5日(金)		14:00~16:00 ※病棟回診後
6日(土)	8:30~11:30	
19日(金)		14:00~16:00 ※病棟回診後
20日(土)	8:30~11:30	

※令和6年5月より金曜日の受付終了時間が16:00となります。
※金曜午後の診療は病棟回診後の14:30頃開始となります。
※病棟回診の状況によっては時間が前後することもあります。

地域医療連携室 令和6年5月27日

結果は？

20点以上の場合は認知機能や生活機能に支障が出ている可能性があります！



認知症の予防には… **有酸素運動が効果的！**

普段あまり運動をしない中高年が、20～40分の有酸素運動を週4日、半年間続けると一部の認知機能の改善がみられることが、介入研究で発表されております。

- 【有酸素運動による効果】
- ①アルツハイマー型認知症発症予防、糖尿病、高血圧予防
 - ②発症を遅らせる血流UP
 - ③食生活、禁煙などと併せて生活習慣を整える

【有酸素運動のご紹介】※今回は**座ってできる**運動を紹介します

①足蹴り



イスに座って足を曲げ伸ばしします。イスに座ってまっすぐ前や、ななめ方向に足を出し、空気を蹴るイメージで行います。

左右20回×2セット

②もも上げ



イスに深く腰掛け、手で座面の側面を持って支えます。息を吐きながら足を上げ、膝を胸に近づけ、息を吸いながら足を下ろします。

左右20回×2セット

③平泳ぎの様に手回し



椅子に深く腰掛け、平泳ぎの要領で手を動かします。手で空気を外に書き出すように大きく動かします。

5分間×2セット



豆知識

ケアマネジャーとは、介護保険サービスを利用する際に必要な介護のケアプラン(介護プラン)の作成や、利用者とサービス事業者の間の調整などを行う専門職です。一般的には『ケアマネ』と呼ばれています。

高齢者やその家族との介護相談を受け、適切な介護サービスを提案します。

計画書の作成：利用者の要望を考慮し、具体的な介護プランを立てます。

計画書の見直し：介護サービスの提供状況を定期的に確認し、必要に応じて調整します。

要介護認定の書類作成代行：要介護認定の手続きをサポートし、必要な書類を作成します。

在宅で介護にお困りの時、介護保険の必要が出てきた時、気軽に相談できる強い味方です。

6月のかわら版の発行が当院の都合により第2木曜日から第4木曜日に遅れました事をお詫びします。





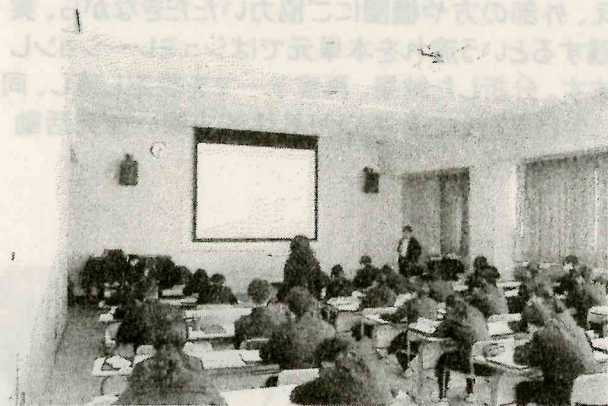
檜山北高
総合学科通信

鍊心大望

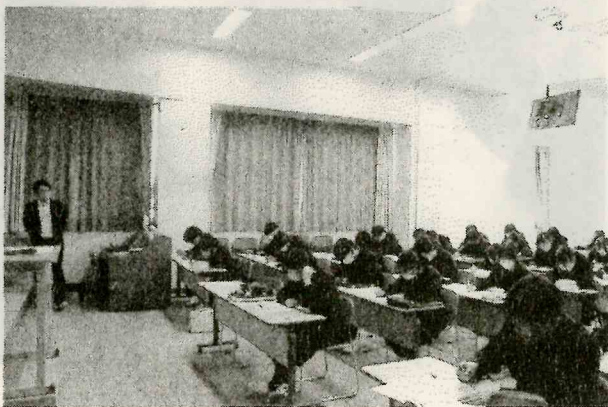
第28号 (令和6年6月発行)

1年次【キャリアⅠ】進路探究①オリエンテーション

4月12日(金)、キャリアⅠ進路探究①オリエンテーションが行われました。総合学科である檜山北高校の強みとして、多様な分野の学習ができ、多様な進路希望に対応できることが挙げられます。

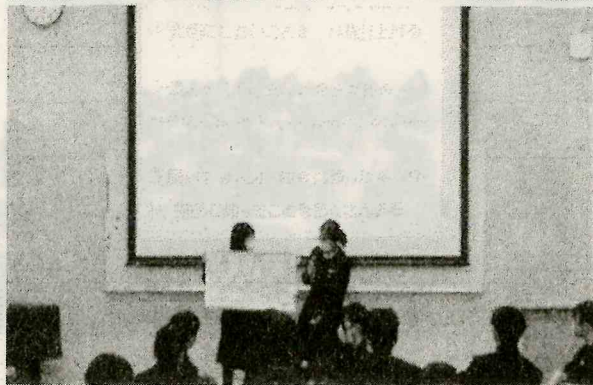


1回目のキャリアの授業では「君たちは学校を卒業すれば即社会人、そう考えると高校というのは自分が何をやりたいのかを一生懸命に考えて、やりたいことを決めて、そのための準備をするところ。その中で、本校のキャリア教育のテーマである『社会で生きていくために必要な5つの資質・能力』を常に意識して生活してほしい」という話がありました。



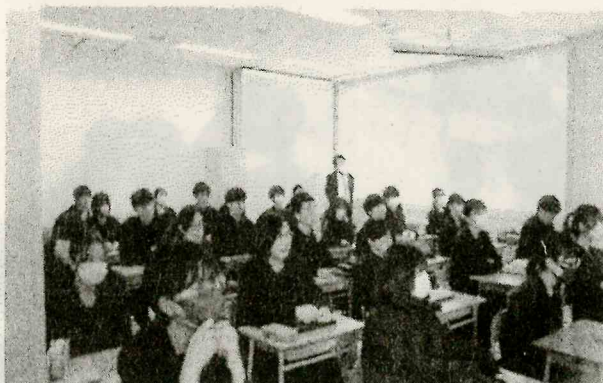
1年次【キャリアⅠ】進路探究②

5月2日(木)、キャリアⅠ進路探究②が行われました。学生(小学校・中学校)時代にどんなことを学び、それが社会に出たときにどんな場面で役に立つか、KJ法という手法を用いながら、グループ内で意見を出し合い、ディスカッションをしてまとめた上で、発表まで行いました。



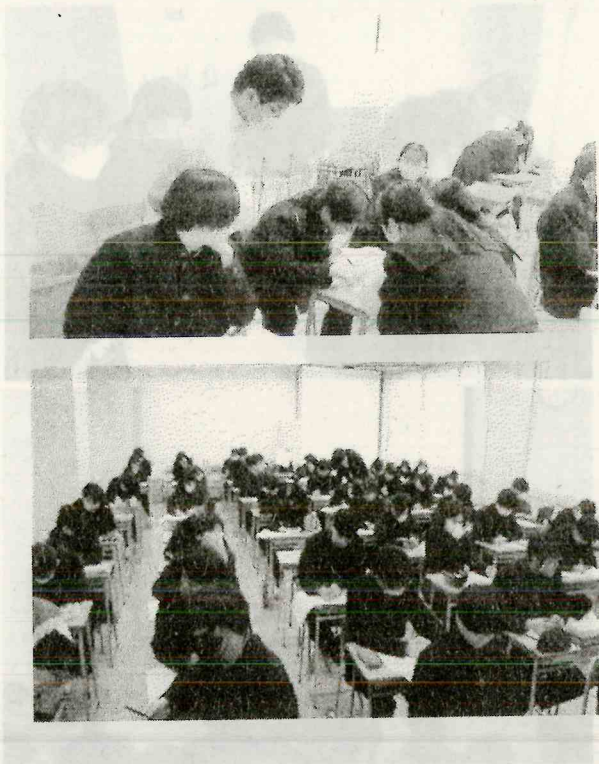
2年次【キャリアⅡ】オリエンテーション

4月12日(金)、昨年度のキャリアⅠで行った「職業探究」「進路探究」「ライフプラン」を元にして、今年度は本格的な探究活動がスタートします。本時は、オリエンテーションを実施し、この1年間どんなことを学ぶのか、活動していくのか、最終的な到達点はどこなのかを学習しました。キャリアⅡでは、「課題研究準備」「地域探究」の2つの単元を実施していく予定です。



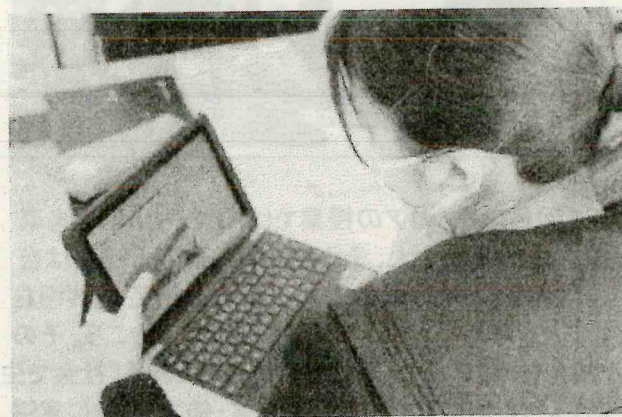
2年次【キャリアⅡ】地域探究準備①

4月25日(木)より「地域探究準備」がスタートしました。「探究」って何?どんなことをするの?探究のプロセスを説明しながら、実際にコンセプトマップを使い、課題の発見の仕方を学習しながらテーマを考えました。



2年次【キャリアⅡ】地域探究準備④

5月17日(金)の地域探究準備④は、設定したテーマで探究活動をしていく中で、必要になる情報を収集し、分析する作業を行いました。分析した結果から、自分たちの手でできることは何かを考え、外部の方や機関にご協力いただきながら、実践するという流れを本単位ではシュミレーションします。分析した結果、再度テーマを設定し直し、同じ手順を踏むことで、より具体的で深い探究活動ができます。



2年次【キャリアⅡ】地域探究準備②

5月2日(木)は、前回設定したテーマを元にグループ分けをし、グループで探究するテーマを再度考えました。グループを作ることで様々な視点から課題が浮かび上がり、より深くテーマを考えることができました。今回設定したテーマを元に、次回は情報を収集し、整理し、分析していく作業に入っていく予定です。

