



高辺台
原 悠真ちゃん（3歳5カ月）
一華ちゃん（1歳）
これからも沢山の笑顔を見せてね♡



山中田町
竹村 幸桜ちゃん（3歳11カ月）
奏良ちゃん（1歳8カ月）
沢山な笑顔♡元気いっぱいな2人が大好き♡



久野喜台
北村 龍馬ちゃん（4カ月）
元気で大きくなってね！

みんなの広場



星野 榮枝さん(10月13日生まれ)



越路 富子さん(10月16日生まれ)



武田 トシ子さん(10月16日生まれ)

◎ 100歳 ◎
おめでとうございませす！
誕生日を迎えられる皆さんを訪問しました。


宛先

584-8511

常盤町1番1号
富田林市役所
情報公開課広報係

住所・氏名(ふりがな)・電話番号

わが家のアイドル(対象年齢は4歳未満、兄弟・姉妹と一緒に写っている写真でも可)は、写真に、メッセージ(20字程度)を添え、住所、保護者とお子さんの名前(ふりがな)、撮影時の年齢(月齢)、電話番号を記入し、封書で上記の宛先まで応募してください。また、市ウェブサイトからも応募いただけます(右図のQRコードから応募ページにアクセスできます)。



なお、今応募された場合、掲載は約5カ月後になります。

短歌 地層 島村 さゆり選

秀歌 夏の日に戸を開け放しまるまって寝ていた祖母を思い出す盆に 寺池台 吉川 香代子
△選評△時期は昭和だろうか。戸を開け放して寝ていても安心な時代の背景が如実に伝わる。まるまって寝ていた祖母、その様子が、一首の要ではないか。ただ結句は「思い出す盆」と体言止めの方が引き締まるかと思う。

ゆう暮れて白き半月 髯太の群れと我が家へ向う 抜け道 錦織南 山中 哲夫
昭和初期山山山の故郷の子等は海見ず波音知らず 横山 幸左 智恵子
皓こうと中天の月わが影を床に映せり黒子のごとく 高辺台 山口 能子
墓参り曾孫五人の泣き笑い大合唱に暑さ吹っ飛ぶ 寿町 堀井 太造

この国に雨の呼び名が四百も有ると知るなり 時雨降るなり 津々山台 下村 英子
出揃いし稲穂の上をただ一羽ゆうゆう燕まいくる夜明け 南旭ヶ丘町 柳井 義信
見通しの甘さ素通りする夕べ誰のささやきか ひとひとと雨 選者 詠

※俳句のコーナーは、都合によりしばらくの間、休ませていただきます(12月号での掲載はありません)。

川柳・短歌は、それぞれ別のはがきで応募してください(1人各5点まで)。市内在住の人で未発表のものに限り、作品の漢字や氏名には必ずフリガナをつけてください。

令和2年1月号の「川柳」(宿題)散こは11月30日(土)、2月号の「短歌」は12月31日(火)までに応募(いづれも必着)してください。宛先は上記をご覧ください。

MEET★とんだばやし

～認知症になっても笑顔で暮らせる富田林～

認知症とは、何らかの原因で脳がダメージを受けて認知機能が低下し、日常生活に支障が出てくる状態のことです。高齢化の進展に伴い認知症の人も増加し、65歳以上の約4人に1人が認知症（予備軍を含む）に直面しています。

本市では、「MEET★とんだばやし」をキャッチフレーズに、「認知症になっても笑顔で暮らせる富田林」をめざして取り組みを進めています。

●認知症ケアは、個人で頑張る時代ではなく、地域で支える時代です！

認知症は、決して他人事ではなく、年を取れば誰にでも起こり得る身近な病気です。

とはいえ、誤解や偏見も多く、周囲の人に気軽に相談できないことも少なくありません。認知症について、誰もが正しく理解し、認知症の人と共にお互いが安心して暮らせる温かい地域であることがとても重要です。



●オレンジリングを知っていますか？

オレンジリングは、認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る応援者である「認知症サポーター」の証です。市民向けや、小・中学生向け、企業向けの認知症サポーター養成講座があります（市民向けの同講座の次回開催日は24ページ参照）。認知症サポーターは、認知症の人や家族のための活動であるだけでなく、自身の認知症予防にも役立ちます。講座開催のご希望は、高齢介護課にお問い合わせください。

●ご本人とコミュニケーションを取ろう！

認知症の人は、記憶力が低下したり、感情をうまく表現できなかつたりします。全て認知症の症状だと決め付けず、関わりが難しいときほど「小さな当たり前」に気づき、ご本人の求めていることを大切にしましょう。

食事やトイレ、掃除の仕方など昔からの習慣や特技などに目を向け、好みや価値観を大切にしながら、目を見て微笑みながらゆっくりと会話してみてください。

●相談先をご存じですか？

認知症に関することで困ったときは、ほんわかセンター（高齢介護課、かがりの郷、けあばる）にご相談ください。ほんわかセンターでは、本市の認知症サポート医や認知症疾患医療センターについてご案内することもできます。 高齢介護課（内線196）

●自動車利用の自粛を！
車で買い物に行くときは、一度の外出で済むように買い物メモをつくるなどして必要な寄り道はやめましょう。特に、旅行などで初めての土地を走るときは、迷うと時間とガソリンの無駄遣いです。事前にルートを図で確認しておきましょう。



●自動車の適正な使用を！
自動車を利用するときは、不必要なアイドリング、急発進、急加速はやめましょう。また、タイヤの空気圧の適正化をはじめめとする点検・整備の励行など、自動車の適正な使用を心掛けましょう。

●今月の省エネライフ目標！
今、地球温暖化が深刻な問題となっています。これを解決していくために、これまでの大量生産・消費・廃棄型の暮らしを根本的に見直し、限りある資源を節約し、「地球にやさしい省エネライフ」をしていくことが求められています。

地球にやさしい省エネライフ

●徒歩、自転車の利用を！
短距離の移動は、なるべく徒歩や自転車を利用しましょう。健康増進や肥満解消にも徒歩や自転車は有効です。一日30分以上は、車に乗らず徒歩での移動を心掛けましょう。

●11月は「エコドライブ」推進月間です
「エコドライブ」は急発進、急ブレーキを控えた運転、一定速度での運転、アイドリング・ストップなど、誰もが簡単に取り組むことができます。また、燃費が向上し、環境にも財布にも優しく、安全運転にもつながります。そんなエコドライブで、今年は一味違う行楽シーズンを楽しみましょう。

～自転車利用時の注意～

- 自転車に乗る前にはブレーキなどの確認をしましょう。
- 自転車は軽車両です。交通ルールを守りましょう。
- 府では、自転車利用者の自転車保険への加入を義務化しています。保険に加入しているか確認しましょう。

地球が大変です！！