

## 8 August

- 3 ㊦ ◆人権悩みごと相談・行政相談[9:30~12:00]総合分庁舎  
◆消費生活相談[10:00~15:00]市役所
- 4 ㊦ **インターハイ相撲競技大会**  
北斗市総合体育館 [8/4(金)~8/6(日)]
- 5 ㊦ 七重浜商店会納涼夏まつり[15:00~20:30]
- 6 ㊦
- 7 ㊦ ◆消費生活相談[10:00~15:00]総合分庁舎
- 8 ㊦ ◇3歳児健診[12:20~13:30]保健センター  
☆おはなし会[10:30~11:00]市立図書館(本館)  
マイナンバーカード夜間窓口(予約制)[17:00~19:30]
- 9 ㊦ ◇10か月児健診[12:50~14:00]保健センター  
◇移動ちいばっば[12:50~14:00]保健センター
- 10 ㊦ ◆人権悩みごと相談・行政相談[9:30~12:00]れいんぼー  
◆消費生活相談[10:00~15:00]市役所  
学校閉庁日
- 11 ㊦ 山の日
- 12 ㊦
- 13 ㊦
- 14 ㊦ ◆消費生活相談[10:00~15:00]総合分庁舎  
学校閉庁日
- 15 ㊦ ◆法律相談[13:00~15:00]かなで〜る  
農地相談[9:00~16:00]総合分庁舎  
学校閉庁日
- 16 ㊦ ◇離乳食教室(もぐもぐ教室)[10:00~12:00]保健センター  
☆おはなし会[13:30~14:00]市立図書館(分館)
- 17 ㊦ ◇1歳8か月児健診[12:20~13:30]保健センター  
◆消費生活相談[10:00~15:00]市役所
- 18 ㊦ ◇お母さん教室(安産教室)[13:00~15:00]保健センター
- 19 ㊦
- 20 ㊦ ☆おはなし会[10:30~11:00]市立図書館(本館)  
児童書の無料譲渡会[10:00~]かなで〜る  
ファミリー・コンサート[11:00~11:30]かなで〜る
- 21 ㊦ ◆消費生活相談[10:00~15:00]総合分庁舎
- 22 ㊦ マイナンバーカード夜間窓口(予約制)[17:00~19:30]
- 23 ㊦
- 24 ㊦ ◆人権悩みごと相談・行政相談[9:30~12:00]かなで〜る  
◆消費生活相談[10:00~15:00]市役所
- 25 ㊦
- 26 ㊦ ☆おはなしひろば[10:30~11:30]谷川小学校
- 27 ㊦ マイナンバーカード休日窓口(予約制)[8:30~12:00]
- 28 ㊦ ◆消費生活相談[10:00~15:00]総合分庁舎
- 29 ㊦ ◇乳幼児健診[12:50~14:00]せせらぎ保健センター
- 30 ㊦ ◇4か月児健診[12:50~14:00]保健センター  
◇移動ちいばっば[12:50~14:00]保健センター
- 31 ㊦ ◇赤ちゃん相談[10:00~11:00]保健センター  
◆消費生活相談[10:00~15:00]市役所

## 9 September

- 1 ㊦
- 2 ㊦ ☆おはなしひろば[10:30~11:30]市渡会館
- 3 ㊦ 図書館講演会[14:00~]かなで〜る
- 4 ㊦ ◆消費生活相談[10:00~15:00]総合分庁舎
- 5 ㊦ ◆法律相談[13:00~15:00]かなで〜る  
☆おはなし会[10:30~11:00]市立図書館(本館)
- 6 ㊦



社会福祉士・介護福祉士 波並 孝さん

今回、道南在宅ケア研究会幹事である波並孝さんに、在宅介護についてお話を伺った。

——私は、在宅介護とは、「現状を分析し、障壁となっている課題を取り除くこと」だと考えています。

本人の思いを大切に、尊厳を守りながら、「持っている力=できる力」となるよう見極め、本当に必要なケアを提供することが重要です。できることを奪われず自ら行うことで、自己の存在意義や価値を感じることができ、その結果、介護をする側の負担の軽減にもつながります。

例えば、認知症により炊飯器のスイッチを押すことができなくなった高齢者に対して、全ての作業を家族が行っている場合、専門職が作業を分解し、本人の能力を見極め、「米を研いで水を入れる」といった本人ができる行為は本人に任せ、「本人ができないスイッチを押す行為」は家族が行う方法もあることを提案します。こういったアプローチも含め、安全と自己の尊厳のバランスを保つことができれば、自宅に住み続けられる期間を大きく延ばすことができます。その過程では、「本人の想い」と「家族の想い」が相違する場合があり、調整が必要となることもあります。特に本人が認知症などで判断力が低下し現状を理解できない場合には、本人の思いに寄り添い、それを代弁して「双方の想いをリンクさせる」ことが大切です。

多くの人々が「住み慣れた地域で、自宅暮らし続けたい」と願っています。1日でも長く、その人らしい暮らしが続けられるよう支援し、「在宅介護の限界点」を高めていけるよう、専門職と地域の連携を高めていきたいと思っています。

### ◆教育相談

教育委員会学校教育課 ☎74-2000	月~金	8:30~17:00
------------------------	-----	------------

### ◆子ども家庭相談

子ども家庭総合支援班 ☎73-3111(内線182-183)	月~金	8:30~17:00
-----------------------------------	-----	------------

### ◆子育て相談(電話)

ピュアランド(七重浜子ども園) ☎49-2590	月~金	9:30~17:00
ちいばっばクラブ(東前子育て支援拠点施設) ☎77-7151	月~土	10:00~17:00
なかよし広場(第二東光保育園) ☎73-8154	月~金 土	9:00~17:00 10:00~13:00
ゆめのポケット(大野保育園) ☎77-1904	月~金 土	10:00~17:00 10:00~13:00
おひさまクラブ(久根別子育て支援拠点施設) ☎73-5567	月~金 土	10:00~17:00 9:00~14:00

### ◆心配ごと相談(電話)

北斗市社会福祉協議会 ☎74-2500	月~金	9:00~17:00
------------------------	-----	------------

### ◆防災行政無線放送内容案内

自動音声ダイヤル ☎0800-800-9918(無料) <a href="https://www.city.hokuto.hokkaido.jp/docs/bosaihokuto.html">https://www.city.hokuto.hokkaido.jp/docs/bosaihokuto.html</a>	24時間
--	------

【ご注意】◆法律相談は正午に受付を開始し、番号札をお渡しします(先着10名)。詳細は、市民課市民係(内線112、113、115)までお問い合わせ願います。

【市の木】



くろまつ

【市の花】



マリゴールド