

# 町公民館だより

編集 日野町公民館 〒689-5131 日野町黒坂1243番地1  
電話：74-0212 FAX：74-0105  
E-mail：kouminkan@town.hino.tottori.jp

## 認知症予防に向けて知識を習得

### ▼第9回おしどり学園



▲認知症テストの回答に思わず笑みがこぼれる

は、「3つの言葉(単語)を覚え答えられるかどうか」「計算や物を見せ、それが何か答えられるか」「図形の模写」などの問題も。合計30点満点のテストに、学園生は真剣な表情で取り組んでいました。

認知症の検査には、画像検査や採血がありますが、その目的は、ほかの病気が隠れていないかどうか。実際、認知症だと思っていたら、別の病気だったということもあるそうです。

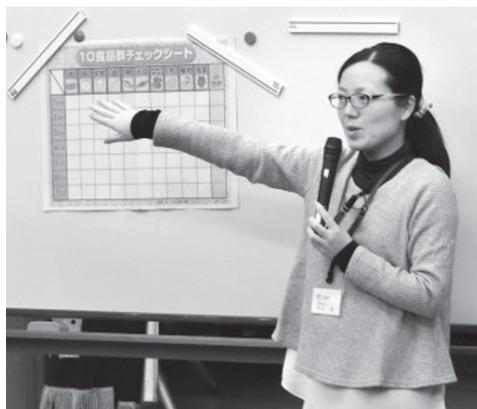
最後に、「病気を治すことが皆さんの人生の目的ではありません」と朴さん。続けて、「皆さんがいい人生を送るためには、医者や病院を使わなければいけません。僕たち(医療関係者)は、皆さんの生き方を支えるために、より良い医療を行っていききたい」と締めくくりました。

学園生は、朴さんの言葉に、認知症への理解だけでなく、健康維持や認知症予防に向けた日ごろの心がけが必要だと感じた様子でした。

1月18日、第9回おしどり学園を開きました。  
講演では、「認知症との付き合い方」と題し、鳥取大学地域医療学講座医師の朴大晃さんを招きました。  
はじめに、認知症患者の数は増加傾向にあると朴さん。続けて、その症状や認知機能障害の進行具合を例を挙げて説明していききました。  
そして、学園生同士で認知症テストを実施。それぞれ医師と患者役となり、「今日は何日ですか」「ここはどこですか」などをたずねていきました。中に

## 栄養バランスを考えた食生活を

### ▼第10回おしどり学園



▲栄養バランスをチェックする仲田さん

仲田さんは、「70歳以上の3人から4人に1人が低栄養。50歳からは、元気でも毎年1%ずつ筋肉量が減っていきます」と説明。

歳をとつても十分な栄養を取るために「10の食品」(肉、卵、牛乳、油、魚、大豆、緑黄色野菜、イモ、果物、海藻)をあげ、毎日7個を目標にバランスよい食生活を送ることが大切だと話しました。

2月15日、第10回おしどり学園を開きました。  
今回は、「大人の食育講座」と題し、町主任管理栄養士の仲田遥さんを招きました。

学園生は、毎日の食事をチェックしながら、不足しがちな栄養のバランスを捉えなおす良い機会となったようです。

## 生涯学習でふれあいと交流の輪を広げませんか

### 平成31年度おしどり学園生募集

町内の誰でも気軽に参加できる生涯学習の場です。年齢制限などはありません。あなたも気軽に参加しませんか。

期間 / 4月から毎月1回(毎週金曜日。ただし、4月と3月は別日)

場所 / 町公民館(当日は、町営バスを臨時運行します)

内容 / ▼一般教養講座…自然・歴史・健康など、さまざまなテーマで講師を招き、学習を深めます。▼グループ専門講座…手芸、生け花、写真、健康、音読のグループに分かれて活動します。▼町外研修…年1回、町外で研修を行います。

### <おしどり学園 開講式のご案内>

日時 / 4月26日(金) 午前9時30分～

場所 / 町公民館 講演 / 中村栄治さん(弁護士)

問合せ / 町公民館(電話 74-0212)

# 地域の歴史をひも解く



▶福田家の墓所「お墓さん」の前で▼古文書解説に取り組む受講者の皆さん



平成30年度の公民館学習講座「古文書に親しむ会」では、11回にわたって、古文書に慣れ親しむとともに日野町の歴史の一端をひも解いてきました。

今年度は、講師に鳥取県立公文書館の伊藤康さん、池本美緒さんを招き、「福田久道家家譜」を解説しました。これは、福田家が、藩主である鳥取藩池田家に仕えてきた経緯を書き記した文書です。

〈福田家とは〉  
鏡山城址の北方山麓に、通称「お墓さん」と、地元で言い伝えられる福田家の墓所がある。福田家は寛永9（1632）年、鳥取藩主池田光仲家臣、福田家2代内膳正久重より代々黒坂陣屋を治めた。福田家当主は平素鳥取に居て、何か事があると出向してきた。人々は、福田家を地頭様と呼んでいた。この墓所には、4代福田筑後久武と8代福田丹後久寧の墓2基のほかに、一段下に家老山上半太夫の墓がある。  
く黒坂歴史めぐり 黒坂鏡山城を知ろう会「池田光仲と家臣福田家」よりく

## 歴史の探訪者モトム!

古文書に親しむ会では、来年度も未読の古文書の解説を続けていく予定です。日野町の歴史をさらにひも解いていきたいと思っております。新たな受講者も募集していますので、興味のある人はぜひ、お申し込みください。

日時 毎月第4日曜日、午前10時30分〜正午 / 場所 町公民館  
問合せ・申込先 町公民館（電話74・0212）

### 《研修参加報告》

## 平成30年度「鳥取県公民館研修会」に参加して

日野町公民館長 神庭賢一

2月13日、米子市のコンベンションセンターにおいて、鳥取県公民館連合会による「鳥取県公民館研究集会」が開催されました。同研究集会には、県下市町村公民館や教育委員会事務局職員、社会教育関係者など約300人が参加しました。

本研修会は、少子高齢化をはじめ、多種多様な課題を抱える現代社会において、これからの公民館が果たすべき役割やあるべき姿について学び、加えて職員の資質の向上を図ろうとするものです。

研修会では、全国の中でも優秀な公民館に輝いた3つの事例発表がありました。事例発表①広島市文化財団古田公民館「このまちにくだしたいプロジェクト」：中学生が公園の在り方やその必要性を地域に問いかけ、施設の改変や各種イベントを主催するなどの実践を通して地域を活性化していく発表、事例発表②倉吉市上北条公民館「オラが村のリーダーさん～上北条ゲームリーダー養成講座～」：小・中・高校生が、ゲーム推進を主体に地域のイベント等に参加し自らのリーダー力を高める



と共に、地域貢献をしていく実践発表、事例発表③鳥取市立久松公民館「子どもと大人のふれあい事業」：夏休みを中心に年間を通した子どもと大人のふれあい事業の推進や公民館のよりよい姿についての実践発表。

いずれも、公民館（社会教育）と学校（学校教育）の連携を図りながら、若い世代の力を公民館活動に結集し地域を活性化していくには、具体的にどのようなしたらよいのかという実践発表で、とても考えさせられる研修会でした。