



筑波地域包括支援センター

発行日：令和6年10月1日

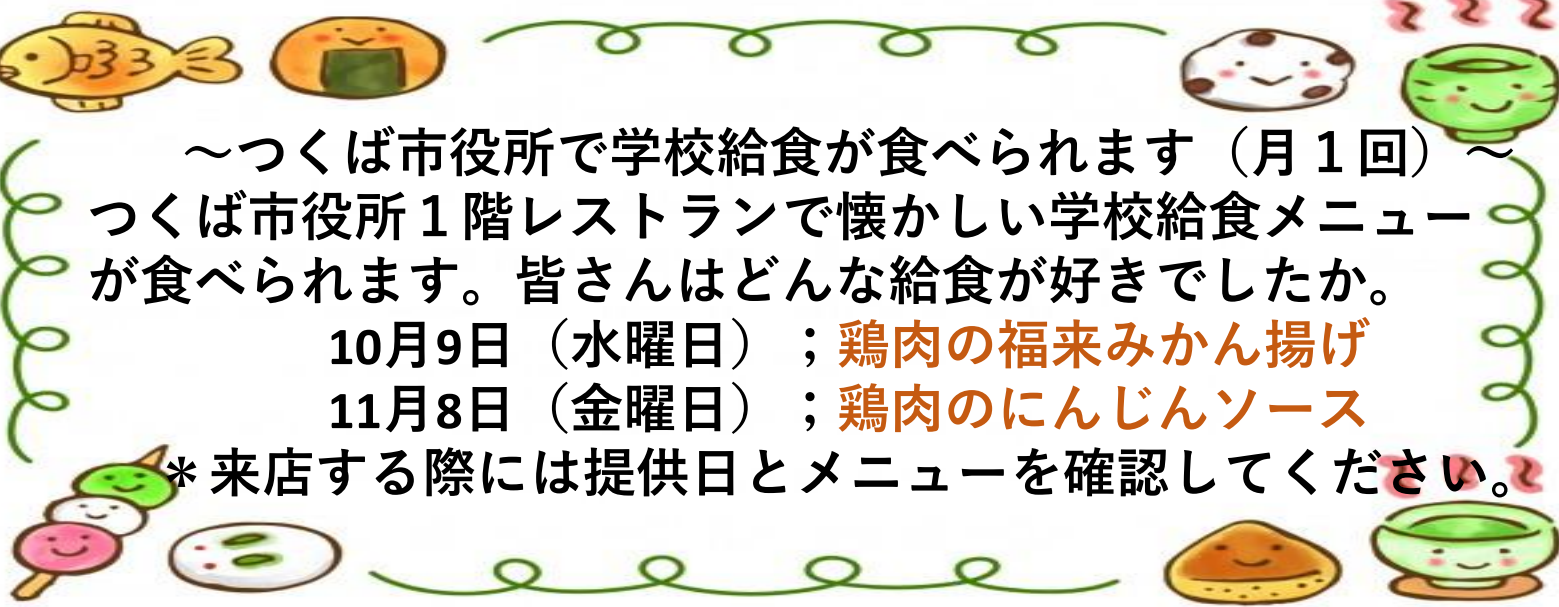
かわら版

☎828-5806

第78号



10月は神無月の和名があります。八百万の神様が出雲大社（島根県出雲市）へ会議に出かけてしまう為、全国には神様がいなくなってしまうというものです。出雲大社では、神様が集まり人の縁や運命の会議を行います。なので出雲大社は縁結びの総大社として有名です。島根県は10月は神有月になりますね。



～つくば市役所で学校給食が食べられます（月1回）～
つくば市役所1階レストランで懐かしい学校給食メニューが食べられます。皆さんはどんな給食が好きでしたか。

10月9日（水曜日）；鶏肉の福来みかん揚げ

11月8日（金曜日）；鶏肉のにんじんソース

* 来店する際には提供日とメニューを確認してください。

つくば市長選挙及びつくば市議会議員一般選挙の日程

選挙期日：令和6年10月27日（日曜日）

期日前投票は、10月21日（月曜日）から10月26日（土曜日）まで

期日前投票用タクシー助成券；ご自宅から最寄りの期日前投票所までの移動が困難な方の投票の機会を確保するため、期日前投票用タクシー助成券を郵送します。自宅から最寄りの期日前投票所までの往復タクシー運賃のみです。詳細はつくば市迄029-883-1111(代表)



秋にまつわる雑学クイズ

- ① 13夜には15夜と同じ月見団子の他に何を飾るでしょう？
- ② 翌年の豊作を願って「木守り（きまもり）」という風習があります。どんな風習でしょう？
- ③ 「ありのみ」と呼ばれる秋の果物は何でしょう？
- ④ 大根の甘い部分はどこでしょう？
- ⑤ 日本で一番収穫されている果物は何でしょう？

認知症サポーター養成講座を開催しています

認知症の知識を広めませんか？認知症の認知度は上がってきましたが、「理解と手助け」はまだまだ広まったとは言えません。つくば市では認知症の知識や対応方法などを一緒に考えていく認知症サポーター養成講座を開催しています。身近な認知症の方や家族の方等周りの方の理解が地域で生きる力になります。認知症の対応方法を一緒に学び、困っている方がいたら声をかけられる地域でありたいと思います。

「地域で学びたい」「区で学びたい」「勤務先で学びたい」どのような集まりでも結構です。声をかけていただければどこでも講座を開催いたします。

認知症サポーターとは；認知症を正しく理解し、地域に暮らす認知症の人やその家族に対して、できる範囲で手助けする人のことをいいます。



クイズの答

- ① **栗**。別名「栗の名月」とも言います。
- ② 柿の実を1〜2個取らずに置いておきます。
- ③ **梨**。梨は無しに通じ縁起が悪いことから「有りの実」と呼ばれます。
- ④ **葉の近く**が一番甘みを感じます。サラダなどに適しています。
- ⑤ **ミカン**です。ちなみに2位はリンゴです。