

# ゼンリン館だより8月の予定

認知症になっても、今までどおり安心して住み続けられる街・野町  
みんなで認知症を知り理解しましょう

| 日  | 曜日 | 施設名        | 予定                                                                           | 日  | 曜日 | 施設名        | 予定                                                                   |
|----|----|------------|------------------------------------------------------------------------------|----|----|------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1  | 土  | いこいの広場     | あじさい会(会員制ストレッチの会) 13:30～15:00<br>自彊術 15:30～17:30                             | 18 | 火  | ZenrinCafe | オレンジカフェ(13:30～) 認知症を学ぶ集い<br>出入自由 参加費200円 飲物・お菓子付き                    |
| 2  | 日  | ZenrinCafe | 定休日                                                                          | 19 | 水  | 野町公民館      | サロン・のまち(主催:野町社協)                                                     |
| 3  | 月  |            |                                                                              | 20 | 木  | 保育所        | 夢ステーション(ベビーマッサージ・予約制)                                                |
| 4  | 火  | ZenrinCafe | 懐かしく大正琴を楽しむ会 10:00～12:00<br>自由参加、出入自由、無料(飲食代は個人負担)                           | 21 | 金  | ZenrinCafe | のまちおしゃべりカフェ(主催:野町民児協)<br>(13:30～15:30)参加費100円                        |
| 5  | 水  | 野町公民館      | サロン・のまち(主催:野町社協)                                                             | 22 | 土  | ZenrinCafe | ☆お茶の間セミナー:10:30～<br>参加費100円 福祉に関するお話を聞きます<br>☆福祉なんでも相談:無料<br>個別相談も対応 |
| 6  | 木  | ZenrinCafe | 懐かしく大正琴を楽しむ会 10:00～16:00<br>自由参加、出入自由、無料(飲食代は個人負担)                           |    |    |            | オレンジカフェ(13:30～) 認知症を学ぶ集い<br>出入自由 参加費200円 飲物・お菓子付き                    |
| 7  | 金  | 保育所        | 夏まつりおたのしみデー                                                                  |    |    |            | あじさい会(会員制ストレッチの会) 13:30～15:00<br>自彊術 15:30～17:30                     |
| 8  | 土  | いこいの広場     | 自彊術 15:30～17:30                                                              | 23 | 日  | ZenrinCafe | 定休日                                                                  |
| 9  | 日  | ZenrinCafe | 定休日                                                                          | 24 | 月  |            |                                                                      |
| 10 | 月  | 保育所        | 紙芝居と読み聞かせの日                                                                  | 25 | 火  | 保育所        | 避難訓練                                                                 |
|    |    | ZenrinCafe | 己書陽楽道場ZenrinCafe幸座<br>予約制 飲物付き 2,500円<br>10:00～11:30 13:00～14:30 14:30～16:00 |    |    | ZenrinCafe | 福祉街角無料相談室(10:30～12:00)<br>年金等相談 完全予約制(241-4030 宇野まで)                 |
| 11 | 火  | ZenrinCafe | 定休日                                                                          | 26 | 水  | 野町公民館      | サロン・のまち(主催:野町社協)                                                     |
| 12 | 水  | ZenrinCafe | 寺町台町づくり協議会 (13:30～)                                                          |    |    | ZenrinCafe | ワイワイ落語会(14:00～16:00)                                                 |
|    |    | 野町公民館      | サロン・のまち(主催:野町社協)                                                             | 27 | 木  | 保育所        | 夢ステーション(マジックショー)                                                     |
| 13 | 木  | 保育所        | 夢ステーション(ミニ縁日ごっこ)                                                             |    |    | ZenrinCafe | クラフト教室(会員制) 10:00～12:00                                              |
|    |    | ZenrinCafe | クラフト教室(会員制) 10:00～12:00                                                      | 28 | 金  |            |                                                                      |
| 14 | 金  |            |                                                                              | 29 | 土  | いこいの広場     | あじさい会(会員制ストレッチの会) 13:30～15:00<br>自彊術 15:30～17:30                     |
| 15 | 土  |            |                                                                              | 30 | 日  | ZenrinCafe | 定休日                                                                  |
| 16 | 日  | ZenrinCafe | 定休日                                                                          | 31 | 月  |            |                                                                      |
| 17 | 月  | 保育所        | 交通安全教室                                                                       |    |    |            |                                                                      |

催事は予告なく変更することがあります

金沢に居て「暑い」などというのは贅沢？関東・東海・西日本の暑さは異常ですね。40度なんてどんな感覚になるのでしょうか。高齢者が、熱中症や脱水症で、重篤になったり死亡したりしています。自分は暑さに強いから大丈夫と自負しているのですが、他人事では無く、明日の我が身です。炎天下、何キロも山歩していた頃とは違うとは思いますが、つつい歳を忘れてしまいます。

かなり若かった頃、五色ヶ原から黒部湖へと下山したとき、体がだるくなり、足下不安定。水を飲んでも汗が出ず、胃袋が水袋になった感覚。漸く、山小屋に着き、ポカリスエットを飲んだ途端に、どっと汗が出て体が楽になり、これが脱水症？と思ったことがあります。それからは、スポーツドリンクの粉末を持って行くようにしていました。

さて、連日のように「熱中症警戒アラート」が出される中、保育にも影響が出ています。大気温と水温が基準を超えてしまい、既にプール遊びは終了しています。今は、子どもたちは「どろんこ遊び」に興じています。とはいっても、もちろん「暑さ指数」を常に気に掛けています。幸い、午前中の園庭は、建物の陰になり活動に支障はありませんが、黒球式熱中症指数計で計測しながらの活動になります。陽があたる迄の暫時の活動ですが、皆、大喜びです。

また、館内、特に玄関は常時、クーラーを急冷にし、帰ってこられた保護者が涼を感じるようにしています。ZenrinCafeも、金沢市の「クーリングシェルター」の指定を受け、市民や観光客に涼を提供することにしました。

