

# Climbing Victory Mountain

最近、アメリカで若者を中心に広まりつつある5月のイベントがあります。それはNo Pants Day（ノーパンツデー）と呼ばれているものです。パンツといっても下着のパンツのことではなく、ズボンのことです。ノーパンツデーは毎年5月の第1金曜日に行われ、その日は男女を問わずズボンをはかずに1日を過ごすのです。

ほとんどの人はトランクスをはきますが、中にはとてもセクシーなブリーフをはく人もいます。でも、ズボンの代わりにスカートやドレスを着て変装するということがダメなようで、原則として1日中下着で過ごすことがノーパンツデーのルールなのです。

でもいったい何故こんなくだらないと思えるようなイベントがあるのでしょうか？ノーパンツデーは約20年前にアメリカで始まったと言われています。1年の内に1



Not Cool Biz

勝山市国際交流員

デビッド・ティアーニー

日だけ仕事や学校でのストレスとプレッシャーを和らげようという目的から始められました。下着姿で職場や学校での生活を1日過ごす、誰もが不思議と気分が陽気になるそうです。しかも、やっている人が増えれば増えるほど楽しさが倍増するようです。いつもは真剣にしか受け止められない仕事の内容を少し気楽に行うことによって、ストレス解消、リフレッシュ効果があるそうです。最近、アメリカでは若い人たちだけでなく、会社で働く先輩の人までがノーパンツデーを行っているそうです。

確かに日頃の生活のストレスやプレッシャーから開放されることは大切なことだと思いますが、倫理観の異なる日本では考えられないことだと思います。ノーマイカーデーやノーゼンギョウデーとは違いますか



## 高齢者の生活を支えます!!「地域包括支援センター」

高齢者の生活を総合的に支えていく拠点として、平成18年4月から勝山市福祉健康センター「すこやか」内に「地域包括支援センター」が設置されました。高齢者に関する相談の受け付けや、心身の状況にあわせた支援など、総合相談窓口として活動を行っていきます。

### お気軽にご相談ください

- これまで次に関する事で「どこに相談していいかわからない」という悩んだことはありませんか。
- 病気の不安や健康に関すること
  - 認知症などでお金の管理や契約に不安があるなど、生活に関すること
  - 介護の仕方が分からないなど、介護や福祉に関すること

高齢者に関することは、いつでもお気軽にご相談ください。保健師、主任介護支援専門員、社会福祉士の専門職員がチームを組んでさまざまな関係機関と連携をとりながら、支援を行っていきます。



和やかな雰囲気専門員らと語り合う高齢者

### 介護予防を推進します

特定高齢者（虚弱な高齢者）のかたに、介護予防教室や湯ったりサロン（デイサービス）などの参加を勧め、介護予防を推進します。また、介護認定で要支援1、2と判定されたかたを対象に、本人や家族と話し合いながら介護予防サービス計画を作成し、介護保険サービスなどの利用を図り、要介護状態が悪化するのを防ぎます。

このほかにも、よりよい介護をめざして介護支援専門員への支援を行うなど、高齢者がより暮らしやすい環境にするため、さまざまな活動を行っていきます。

☎ 勝山市福祉健康センター「すこやか」内  
地域包括支援センター（☎内線135、136）



梅垣 敏雄氏（岡横江）  
被表彰者

**水防功労者  
全国表彰受賞**

水防活動に著しい功績をあげたとして、4月26日の全国水防大会において勝山市消防団第3分団長が表彰を受けました。

## 勝山市地域子育て支援センター

# 子育て支援センターへようこそ!



### カンガルーのおへや (プレイルーム)

開設時間  
AM 9:30 ~ PM 3:30

子どもたちが楽しく遊び、親同士が交流を広げていくおへやです。子育てに関する情報を交換しながら、楽しく子育てしましょう。

勝山市地域子育て支援センターは、地域の子育て支援の拠点として子育て中の悩みや育児ストレスの解消・友達づくりの場にと、いろいろな事業をすすめています。たくさんのお出合いの中で、楽しいふれあいの場になりますように、皆様のご利用をお待ちしています。



### カンガルーた・い・む (親子あそび)

季節の行事をみんなで楽しみ、自然の移り変わりを見つめて、心身ともにリフレッシュしましょう。



### ラボールた・い・む (育児講座)

子育てや健康など、専門の先生のお話を聞いたり、お母さんたちが体験をもとに話し合い、情報を交換して子育ての輪を広げましょう。



### とびだせカンガルー (森のふしぎ体験)

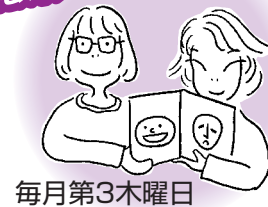
月1回程度、長尾山総合公園に出かけて、森の中で自然体験をします。いろいろな発見や感動を体験して、心を大きく広げましょう。

各地区の公民館や児童センターに向向き、身体測定や保健・育児相談、保育の提供や親子のふれあい遊びなどを行います。

### 子育てひろば (出前保育)



### 絵本の読み聞かせ



毎月第3木曜日

### リズムダンス



毎月第4月曜日  
お母さんのリフレッシュタイムです。楽しく身体を動かしましょう。

### カンガルーだより

支援センターの行事予定や、育児のワンポイントアドバイス、ふれあい遊びなどを掲載しています。おたよりは、当支援センター、福祉健康センター「すこやか」においてあります。

毎月発行

### お誕生会に参加

保育園のお誕生会に参加させていただきます。



### 電話・メール・育児相談

AM 9:30~PM 5:00  
子育てについて、気になることや心配に思っていることなど、何でもお気軽にご相談ください。

### 勝山市地域子育て支援センター

開設時間 月曜日~金曜日 AM9:30~PM3:30  
ところ 勝山市本町1丁目9-40  
TEL・FAX 87-3830  
E-mail siensenta@city.katsuyama.fukui.jp

