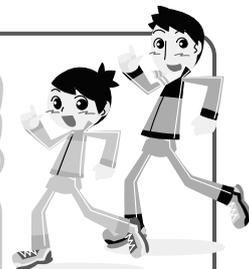




いずものスポーツ情報



スポーツの秋です。

教室や大会に参加していい汗を流してみませんか。

秋編

【スポーツ教室受講者募集】

教室名	内容	開催日・時間	場所	対象	参加費	申込み・おたすね	
バレーボール	出雲ジュニアバレーボール教室	練習 大会への参加	10月2日(土)~3月27日(日) 毎週 土・日曜日 16:00~18:30	高浜小学校 体育館	小学校 3年生~6年生 (小学校1、2年生も可)	4,000円/年 (保険料を含む) ※無料体験あり	出雲市バレーボール 連盟事務局 米山(よねやま)さん Tel 090-7132-7503 Mail: yukio-yo@icv.ne.jp ※10月2日(土)~随時受付
	出雲バレーボールスクール	練習 大会への参加	10月2日(土)~3月26日(土) 第1・第3土曜日 17:00~19:00 第1・第3木曜日 19:30~21:00	第三中学校 体育館	小学校5年生~ 中学校3年生	3,000円/年 (保険料を含む) ※無料体験あり	

おたすね / 文化スポーツ課 ☎ 21-6786

「接客で使える手話講座」を開催します

接客で使える手話講座を開催します。

接客時に使える手話や簡単なあいさつ等、窓口でのきこえない人とのコミュニケーション方法を学びます。初心者の方、大歓迎ですのでご参加ください。

◆日程・場所・申込期限

日 程	会 場	申込期限
10月20日(水) 19:00~20:00	市役所本庁(1階) くにびき大ホール(今市町70)	10月13日(水)

◆定 員：20人 (ただし、応募者が5人に満たない場合は開催しませんので、あらかじめご了承ください。)

◆参加費：無料 ◆対象者：市内で勤務している方

◆申込方法：電話、FAX、メール、窓口受付のいずれか

申込み・おたすね / 福祉推進課 ☎21-6959 FAX 21-6598 E-mail:fukushi@city.izumo.shimane.jp

手話をやってみよう!

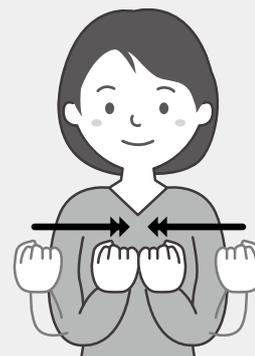
今月は、「エチケット」です。

ぜひやってみてください!

出雲市 YouTube 公式チャンネルで
動画も公開しています。

「出雲市 YouTube」で検索してください。

両手のこぶしの
小指側を2回合わせます



おたすね / 福祉推進課 ☎21-6959 FAX 21-6598

参加してみませんか？



認知症カフェ

認知症カフェは、本人・家族が集いリラックスしたなかで交流を楽しむ場所です。

本人と家族の“繋がり”

父は、2年前に認知症と診断されていたのですが、見守り程度で介護保険サービスは必要ありません。仕事をバリバリしていたこともあり、地域の人との繋がりはあまりありませんでした。いくつかデイサービスには行ってみたのですが、本人は「行きたくない」と言います。でも、認知症カフェにだけは来るのです。楽しそうに話す父親をみることができます。

リラックスした“語り”

母は、認知症と3年前に診断されました。共働きであり、ケアマネジャーさんには施設利用を勧められたのですが、どうしても決心が付きませんでした。認知症カフェに参加し、参加者同士でリラックスして話をする母を見ると、「施設でも大丈夫」と思えるようになり、決心が付きました。

認知症のことを“知る”

妻は、認知症と診断されてから自信を無くしています。でも、認知症カフェに来てみて、参加者の語りから認知症のことを本人が知ることで、少しずつ前向きになってきました。本人も家族も認知症について一緒に学び、知る機会があるということは本当に助かります。

“地域”と繋がりをつくる

夫は、初期の認知症と診断されたのですが、特に介護保険サービスも必要ありません。病院では、できるだけ地域との交流を図るようにといわれましたが、本人は乗り気ではありません。外出しても買い物程度で人と話す機会はあまりありませんでした。そこで認知症カフェに来てみると、そこに集う人は理解をしてくれる人ばかりで、とても楽しく過ごすことができています。

市内の認知症カフェ一覧

記載の地区以外からの参加も可能です

オレンジカフェいずも

会場：ラビタ本店 縁
開催日：毎月第2・4金曜日
13:30～15:30
主催者：認知症の人と家族の会
出雲地区会
参加費：100円

おひさまカフェ

今市

会場：出雲医療生協
在宅支援センター
開催日：保育園行事に合わせて開催
主催者：出雲医療生協
在宅支援センター
参加費：100円

みかんの木

薦崇

会場：島根県立大学
出雲キャンパス
開催日：毎月第4水曜日（原則）
主催者：島根県立大学
学生ボランティア
参加費：無料

ひかりカフェ

鱒淵

会場：NPO法人なないろネット
会議室
開催日：毎月第4金曜日
原則10:00～12:00
主催者：NPO法人なないろネット
参加費：100円

ほっこりカフェ

斐川地域

会場：斐川地域内の会場を巡回
開催日：偶数月開催
主催者：直江シャンシャンクラブ有志・
斐川医療生協
参加費：100円

久木ほっこりカフェ

久木

会場：久木コミュニティセンター
開催日：毎月第3木曜日
14:00～15:00
主催者：久木地区有志・
斐川医療生協
参加費：100円

だんだんcafe

今市

会場：出雲医療看護専門学校
開催日：学校行事等に合わせ開催
主催者：出雲医療看護専門学校
参加費：無料

すまいるカフェしあん

長浜

会場：ライフサポートモール時庵
(しあん)
開催日：毎月開催
主催者：ライフサポートモール時庵
参加費：100円



記載の開催情報は変更する場合があります。また、新型コロナウイルス感染症の影響により、実施を見合わせている場合もあります。詳しくは、下記連絡先へおたずねください。

申込み・おたずね／医療介護連携課 ☎21-6106