

3月1日～8日は「女性の健康週間」です

検印  
回覧  
琴平町

# 女性のビューティーアップセミナー

## 美しく歩くためのウォーキングを目指したコンディショニング

今年も女性の健康と美しさを保つことをテーマにセミナーを開催します。  
今年のテーマはウォーキングです。体の筋肉を整えて、より美しく歩きませんか。  
今まで参加したことがある方も、初めての方も、ぜひご参加ください。  
多くの方のご参加をお待ちしております。



日時： **令和2年3月3日(火)**  
**午前10時～11時30分**

場所： 琴平町総合センター大ホール

講師： **健康運動指導士 杉浦 ひろみ 先生**

内容： 美しく歩くために体の筋肉を整えるお話と体験

対象者： 琴平町在住の女性

持ち物： **水分補給用の飲み物、バスタオル、タオル**

**※動きやすい服装とウォーキングシューズでお越しください**

参加費 無料

定員 30名(先着順)

申込締切 2月28日(金)

### ☆講師プロフィール☆

ボディケアプランニング代表。

健康運動指導士、NCA日本コンディショニング協会認定コンディショニングトレーナー等の資格を取得されています。

運動指導・健康づくり・介護予防教室などの幅広い分野で、ご活躍されています。

### お申込・お問い合わせ

琴平町子ども・保健課

電話：75-6705

FAX：75-6724

メール [kodomohoken@town.kotohira.lg.jp](mailto:kodomohoken@town.kotohira.lg.jp)

※電話、FAX、メールのいずれかの方法でお申し込みをお願いします。  
FAXでお申込みの場合は、裏面に必要事項を記入して送信してください。

FAX 送信票

# 令和元年度 女性のビューティーアップセミナー 参加申込書

※申込先：琴平町子ども・保健課 FAX (0877)75-6724

参加者氏名	
住 所	琴平町
連絡先	(自宅) (携帯電話)

琴平町母子愛育会主催

# 愛育健康フェスタ

出入りは自由！子どもから大人まで、健康のことが気になる方はもちろん、“ちょっと体験だけ…”と思う方も、どなたでもお気軽にお越しください♪



日時

3月20日（金・祝）  
10:00 ~ 12:00

来場  
プレゼント  
あり!!

場所

琴平町総合センター 2階

測ってみよう!!

- ・血圧測定
- ・骨密度
- ・体内糖化度測定（AGEs）
- ・血管老化偏差値



無料!



キッズコーナー

- ・昔なつかしあそび
- ・紙しばい
- ・大きなお絵かき
- ・工作（紙コップおばけ、絵馬）



10:40 ~

ひといきカフェ

軽食、ドリンクなどを用意  
しています。



お薬相談

善通寺市仲多度郡薬剤師会

薬剤師



10:30 ~ (3回程度)

健口(歯みがき)ミニ講座

香川県歯科衛生士会  
歯科衛生士

青木 まゆみ 先生



講座の合間に個別相談もできます!

申し込み  
問い合わせ

琴平地区：75-2765（牧山）  
五条地区：75-4577（横関）  
子ども・保健課：75-6719

榎井地区：75-0930（今井）  
象郷地区：090-1001-6819（白川）

# ことひら まちじゅう 図書館



Since 2017

琴平のシンボルである象頭山と青空をバックに、  
本がまちじゅうに飛び出しましたよ！

with 415 のわ



①



③



⑥



④



②



⑤



⑦

## まちじゅうが図書館になるプロジェクト

2017年『ことひらまちじゅう図書館』は、子育て・次世代支援グループ『415のわ』から生まれました。町の方、琴平町に訪れた観光客や外国の方々など誰もが、本を仲立ちに知ることを楽しみ、人と人が交流し、文化や歴史の継承ができる居場所をつくろうと活動を始めました。

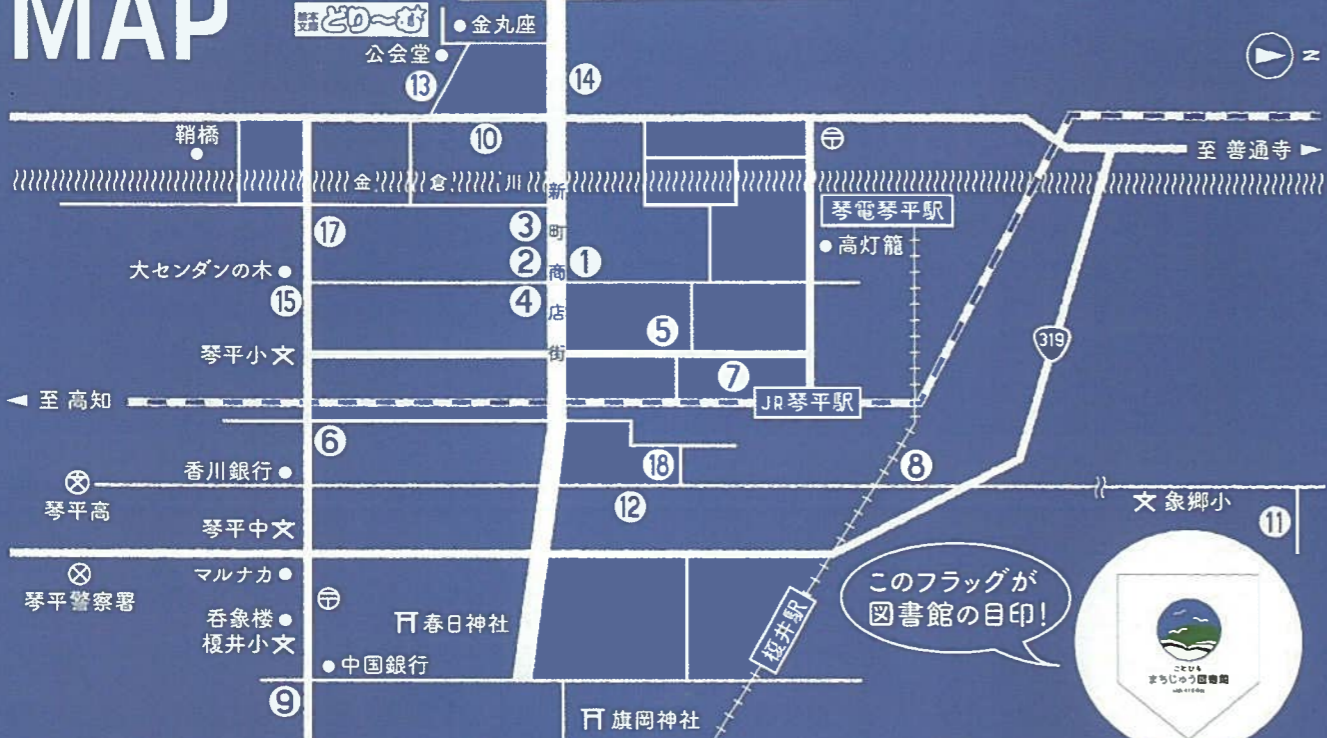
『ことひらまちじゅう図書館』の本棚には、各館長お気に入りの本や思い入れのある本がいっぱい置かれ、まるで琴平のまちじゅうが本に溢れているイメージです。

- ① 本のリサイクル市@ちよっとこ場
- ② おはなし紡ぎの会と『語りでとおい昔の旅へ』
- ③ 企画行事『語りでとおい昔の旅へ』
- ④ 琴平町教育委員会へ読書手帳の贈呈式
- ⑤ 企画行事『初笑い！語りとおなはし』
- ⑥ 琴平町役場 1 階玄関ロビーに本棚を開設
- ⑦ こんびら夏夜市 一箱古本市@ちよっとこ場

# MAP

こんぴらさん

2020年1月 現在



- ① ちよっとこ場 ② もぐもぐ ③ くにや商店 ④ Café Klala ⑤ 庭のほitori図書館 岩崎医院 ⑥ タカタ工業株式会社  
 ⑦ つながるカフェ&ゲストハウスZouZu ⑧ たこやきスキャンク&カフェKisayama ⑨ やえのわ みよが呉服店 ⑩ KOTOHIRA TRIP BASE Kotori ⑪ 楽集館  
 ⑫ 香川歯科医院 ⑬ 象頭山 松尾寺 ⑭ 木のおもちゃ Little Me ⑮ 百十四銀行 琴平支店 ⑯ 前田のはいしゃ ⑰ 琴平町役場

### 1 ちよっとこ場



私にとって読書は、静かな居心地のいい場所です。まちじゅう図書館の基地となっている本棚には琴平の郷土資料、共に生きるための本、人生を楽しむ本などを収集。思い出の本は「旅の絵本」安野光雅/作

住 琴平町 232  
 開 10:00~16:00  
 電 0877-75-2270  
 休 なし

### 2 もぐもぐ



毎月テーマを決めて絵本文庫『どり〜む』から絵本を選び並べています。ぜひお気に入りの一冊を探しに来てくださいね♪まちじゅう図書館公式Twitterに絵本の紹介もアップしています。☑してね!

住 琴平町 230  
 開 常時  
 休 なし

### 3 くにや商店



落語絵本に出会って子どもたちに落語を聴かせたり語ったり。落語から、自由にチャレンジ、おもしろく生きる、人生楽しんでと背中を押してくれている。はず(笑) 思い出の本は「ごくらくらご」桂文我/文

住 琴平町 222  
 開 9:00~18:00  
 電 0877-75-2538  
 休 元日

### 4 Café Klala



当店は、讃岐と琴平町の歴史本を中心に、話題になった本、絵本、料理、育児、手芸、その他取り揃えております。ドリンク、スイーツで至福の時をお楽しみ下さい。

住 琴平町 186  
 開 9:00~16:00  
 電 0877-75-3348  
 休 水・木

### 5 庭のほitori図書館 (岩崎医院)



「宝島」「ドリトル先生～」シリーズなど昔から読み継がれてきた海外児童文学の中の主人公のそばにはいつも魅力的な大人がいます。子どもの頃とまた違う視点で読んでみませんか?

住 琴平町 283  
 開 常時  
 休 なし

### 6 タカタ工業株式会社



小説、図鑑、絵本、サブカルなど多彩なジャンルを収集し小さなお子様から大人まで楽しめる本棚。外に設置しているので24時間利用可能です。

住 琴平町 榎井 758-4  
 開 8:00~17:00 (12:00~13:00休)  
 電 0877-73-3351  
 休 日曜

### 7 つながるカフェ&ゲストハウス

ZouZu



本はいつもそばにいて助言や新しい世界を与えてくれる存在。思い出の本は「山に木を植えました」スギヤマカナヨ/作 外国の方の利用も多いゲストハウスです。

住 琴平町 榎井 791-20  
 開 常時  
 電 0877-89-5514  
 休 なし

### 8 たこやきスキャンク&カフェ

Kisayama



看板姉弟の私たちの好きな本は、「はじめてのおつかい」「じゃあじゃあびりびり」が好き。私にとっては元気をくれるもの。僕にとってはおもしろいもの。

住 琴平町 榎井 553-1  
 開 10:00~17:30  
 電 0877-73-5504  
 休 火曜

### 9 やえのわ みよが呉服店



本は驚き、感動、知識、そして前向きな生き方を教えてくれる。常に私にとっては大切な友人でもある。本との出会いを楽しみましょう。

住 琴平町 榎井 26-3  
 開 10:00~17:00  
 電 0877-73-3400  
 休 なし

### 10 KOTOHIRA TRIP BASE

Kotori



観光案内所「Kotori」ではWifiや観光マップ、パンフレットなどあり、琴平に訪れる皆さまにご利用頂けるフリースペースです。カフェもあり、本を読んだり、ゆっくり過ごせます。

住 琴平町 725  
 開 9:00~18:00  
 電 0877-75-2657  
 休 なし

### 11 楽集館



象郷地区の拠点施設「楽集館」の軒先に設置した小さな図書館。毎日24時間いつでも本を借りることが出来ます。絵本や子育てに関する本があります。

住 琴平町 上柳製 23  
 8-2  
 開 常時  
 休 なし

### 12 香川歯科医院



本は雑学の源。思い出の本は「孤高の人」新田次郎/著。また睡眠薬代わりにもなる。

住 琴平町 榎井 614  
 開 院時間  
 電 0377-75-2311  
 休 日祝、水木土の午後

### 13 象頭山 松尾寺



本とは勉強と楽しみ。思い出の本は「しんかんせん」でゴー」視覚デザイン研究所 金毘羅大権現の法灯を祀り、こんぴらさんの今昔を知ることができるお寺です。

住 琴平町 973  
 開 8:00~18:00  
 電 0877-75-3612  
 休 なし

### 14 木のおもちゃ Little Me



作者の思いや考え方に触れることで、今の自分自身の糧になっている気がします。思い出の本は「100万回生きたねこ」。こんぴらさん参道にある木のおもちゃや郷土の雑貨などを置いているお店です。

住 琴平町 806-1  
 開 9:00~17:00  
 電 0877-73-4773  
 休 不定

### 15 株式会社百十四銀行 琴平支店



琴平町の方々、町外からのご利用の方も多い当銀行で手続きの待ち時間などにご利用いただいています。絵本やエッセイなどを揃えています。貸出しはしていません。

住 琴平町 宇川東 133-1  
 開 9:00~15:00  
 電 0877-73-4114  
 休 土日・祝日

### 参加館・サポーター募集中



あなたの思いのこもった本で、まちじゅうが図書館になるプロジェクトに参加しませんか。詳しくは、ホームページ・ことひらまちじゅう図書館事務局まで。

### 17 前田のはいしゃ (前田歯科医院)



子育て中に集めた絵本を時々入れ替えて生活雑誌などと一緒に待合室の本棚に並べています。気軽に覗いてみてください。

住 琴平町 195  
 開 院時間  
 電 0877-75-3873  
 休 木・日・祝日

### 18 琴平町役場



誰でもいつでも気軽に立ち寄れる町の憩いのスペースにと開設。琴平町史や絵本など、町長はじめ職員のイチオシ本を配架しています。

住 琴平町 榎井 817-10  
 開 3:30~17:15  
 電 0877-75-6700  
 休 土日・祝日・年末年始

『ことひらまちじゅう図書館』利用の仕方  
 各図書館には目印のフラッグが掲げられていて、自由に訪ねることができます。貸出などのルールは各館長が決めています。利用者は他のお客様の迷惑にならないように読書や会話を楽しんでください。



11月24日「こんぴら朝市 一箱古本市@一之橋公園」において、金刀比羅宮参拝のため神戸市からお越しの観光客の方がご来場され、ことひらまちじゅう図書館のことをお話しました。後日、その方から活動に役立てると44冊もの本をご寄付いただきました。ありがとうございました。





**「町も応援、期待しています！」**  
**琴平町長 片岡 英樹氏**

図書館がない琴平町。非常にづらいフレーズですが、現実でもあります。最近になって「町長！図書館欲しい！」という声を町民から多くいただくようになりました。現状やこれからの琴平町を考えてのご意見と真摯に受け止めております。現在課題の小学校の統合と役場庁舎、保育所・幼稚園のあり方をまとめて、もうすぐお示しできると思います。その中でも、図書館なり地域の集う拠点も検討しています。もうしばらくのお時間をお願いします。

だからこそ、まちじゅう図書館の取り組みには、大いに期待しております。町としても何か応援したいと思い、町役場1階に本棚を設置いたしました。役場に訪れる方が、本棚をのぞきこんだり、本を手にする光景を良く見かけます。誰かが一度読んだ本をまた誰かが読む。見えない方とのつながりで、心を豊かにしていく。皆様の活動に感謝。



**榎井小学校校長 南幼稚園園長**  
**橋塚 智教氏**

「すごい」「やばい」「きもい」「うざい」など、3文字でさまざまな感情を表現する人が多くなってきた気がします。もっともっと豊かな表現をするためには、語彙を増やす必要があります。その方法の1つは本をたくさん読むことです。本が読みたくなったとき、ちょっと時間があるとき、すぐそばにあり、多くの人と触れ合える「ことひらまちじゅう図書館」の活動を私も応援しています。



**香川県議会 議員 氏家 孝志氏**

本会の関係の皆様方におかれましては、読書を通じての心豊かな故郷の創生に大変にご尽力を頂いており、心よりの敬意を表します。2018年に実施されたOECDの15歳を対象として実施した国際学習到達度調査の結果によりますと、日本の読解力は前回の8位から15位と大きく後退している等、読書離れの加速化が懸念されております。このような現状から脱却するためにも、一日も早い町立図書館の整備が必要です。夢の実現に向けて共に頑張りましょう！



**「ことひらまちじゅう図書館と私」**  
**香川大学 名誉教授 渡邊 安男氏**

香川県図書館学会での嶋田貴子さんの研究報告に関心を持ち、早速「ことひらまちじゅう図書館」を見学させていただきました。その成果を高知大学での日本社会教育学会の中国四国地区研究会において「ことひらまちじゅう図書館の現状と課題」というテーマで発表することができました。琴平町の図書館活動がさらに発展し、文化・教育面もますます向上されますようお願いいたしております。



**男木島図書館館長 額賀 順子氏**

私は男木島図書館を島の人のために継続させたい。そして、そこは私の仕事をする場でもあり居場所でもある。ことひらまちじゅう図書館も町の良さを生かして。本を胸に志を共にする仲間として応援しています。



**北海道恵庭まちじゅう図書館**  
**Coffee Carrot 浅野 小百合氏**

「まず自分が楽しむこと、そして無理をしないこと。」このようなつながりでご紹介いただけ嬉しいです。



**絵本作家 真珠 まりこ氏**

本は心を育むもの。たくさんの本が身近にあって、読書の楽しさを知ることができたら素敵です。子どもたちの心を耕すことが、結局は、町を豊かにすることにつながると思います。

**本と過ごしたあなただけの思い出に**

ことひらまちじゅう図書館では、読んだ本やその時の思い出を記録するための読書手帳を発行しました。まちじゅう図書館、本屋さんなど、読んだ本との出会いの記録をつけましょう。また、その時に感じた想いや心に残ったセリフなどを本の感想と一緒に書いておきます。本と一緒に過ごした時間がよみがえるあなただけの読書手帳としてご活用ください。



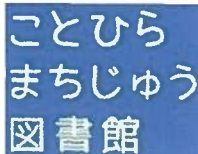
ことひらまちじゅう図書館読書手帳は、ちょっとこ場や各図書館で配布しています。

**編集後記**

この一年は多くの人とご縁ができ、大きく第一歩を踏み出した年です。日本図書館協会等での報告、青森県五所川原市立図書館主催「太宰治生誕110年企画」の参加、また全国各地から次々と見学もあり、大きな反響と温かい応援を頂きました。小さな活動が大きな広がりとなり、まちじゅうがもっと心豊かな暮らしへと繋がっていくよう進んでまいります。

ことひらまちじゅう図書館代表 嶋田 貴子

**お問い合わせ**



ことひらまちじゅう図書館事務局  
 〒766-0004 琴平町榎井891-1  
 琴平町地域福祉ステーション内  
 TEL 0877-75-1371

<https://kotohira-machitosho.com/>

ことひらまちじゅう図書館

検索



地域福祉懇談会始まりました。



1月27日(月)の苗田地区を皮切りに順次地域福祉懇談会を行っていきます。(P3参照) 1月に苗田、上櫛梨地区を行いました。

ステーション行事予定表 (2/16~3/14)

日	月	火	水	木	金	土
2/16	17	18	19	20	21	22
	千葉市社協視察	千葉市社協視察 ・生きがいデイ (手芸)	高知県津野町社協視察来所 地域福祉懇談会 榎井西・旭町	生きがいデイ (高瀬天然温泉)	こんびらアイネット 15:00~ 朝市実行委員会 16:00	
23	24	25	26	27	28	29
		地域福祉懇談会 (北野町) ・生きがいデイ (手芸)	ひだまりクラブ リーダー研修会	吉賀町社協視察 来所 生きがいデイ (体操)	地域福祉懇談会 (金沢町・新町) 井戸端会議 14:00~15:30	
3/1	2	3	4	5	6	7
		榎井ハッピーネット ・生きがいデイ (手芸)	地域福祉懇談会 (阿波町)	地域福祉懇談会 (神明町高蔵)		
8	9	10	11	12	13	14
		・生きがいデイ (手芸)	地域福祉懇談会(坂町・ 谷川・札の前・豊宿町小 松町・通町・西山)	生きがいデイ (体操) 弁護士相談		

☆2月の弁護士相談(要予約)は3月12日(木)です。



# 415のわ クリスマス会 K<sup>3</sup> K<sup>3</sup>と遊ぼう!



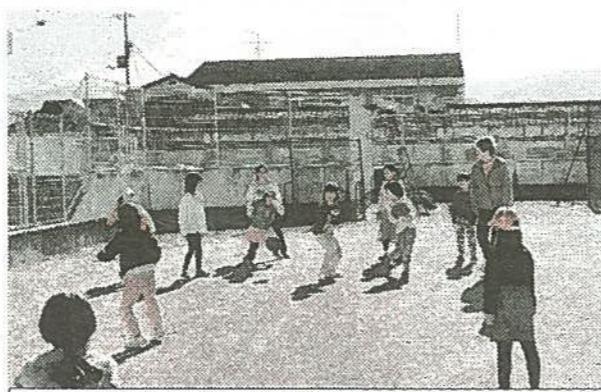
琴平高校吹奏楽部の皆さんによるゲーム大会で大盛り上がり!



転がしドッジボールでハイテンション



サンタさん登場で目がキラキラ



みんなと色々な遊びをしました

## 1月はこんなことしました。

### 権利擁護人材育成研修

#### 人の権利を学び支援へつなげる

善通寺市、多度津町、まんのう町、琴平町の1市3町の共同開催で、1月15日、29日の2日間香川県社協が中心となり、成年後見制度等に対応する人材育成研修会を開催しました。琴平からは2名の参加があり、2日間しっかり学びを深めたと思います。成年後見制度などに、興味を持っていただければ社協に連絡ください。



### ひだまりクラブ

#### 苗田東サロンこんぴらさんへ初詣に行く!

「歳をとってからも何年も本宮まで行ったことない人が多いと思うんや」この言葉から、どうしたらいいかと相談があり、社協の10人乗りの車を使って、11人の苗田東サロンの方たちがこんぴらさんへお参りに行きました。「階段上らんとひょいって来たなあ」と笑いながら歩く姿がとても印象的でした。



### 地域福祉懇談会

## 地域の再確認と情報共有

1月27日(月)の苗田地区を皮切りに地域福祉懇談会が始まりました。3月中旬までに民生委員担当地区ごとに順次開催していきます。

自治会ごとの地図に昨年度マッピングしたものを民生委員、自治会長、福祉委員の皆さんで情報を共有しながら見直しをしていきます。それぞれのテーブルの中に社協の地区担当の職員が入り、新たな情報や知っておいてほしい情報を共有し、地域の中で支え合える関係づくりを促進していくことを目的に毎年開催しています。

象郷地区を終えて、気になる方等の情報もあり、さっそく民生委員さんと職員と一緒に訪問することができました。早期に関係性を作ることによって、深刻な状態になるのを回避できるようになります。そして必要なサー

ビスに繋げたり、相談にのることができ、その人らしい生活ができるようになります。また、災害時のこともお伝えし、「災害時要援護者」の台帳登録にもご協力いただきたいと思っています。今後順次開催していきますのでよろしくお願いします。



### ささえ愛こんぴら

## 課題抽出から活動に向けて



「ささえ愛こんぴら」が組織化されてからちょうど3年がきました。琴平町の地域課題から、実践活動として、

- ①買い物マップの作成(平成30年度)
  - ②こんぴら朝市の開催(平成31年1月~)
  - ③買い物号の運行(令和元年10月~)
- 等が3年間で少しずつできています。役員会を必ず会議が始まる数日前に行い、どんな協議をするか話し合い、2か月に1回委員の皆さんが集まり、テーマに基づいて協議を続けてきました。

今までもささえ愛こんぴらを開催してきて、「この会をして意味はあるのか?」等、参加委員から意見が出たこともありました。けれども「なかなか成果が出ないのは苦しいけど、ずっとやめずに続けていることに意味がある」という意見があり、続けてきた意味はあったと事務局として安堵したこともあります。

「地域づくりには10年かかる」という言葉があります。琴平町は、平成8年から5年間

「ふれあいのまちづくり事業」に着手し、本格的に地域づくりに励んできました。こんぴら地域福祉セミナーを通し、地域は地域住民で作っていくんだということを学び、身近な地域でささえあうひだまりクラブがどんどんできました。こんな小さい町に45か所もできました。けれども現在では、高齢化の波に押され、活動ができなくなってしまうところも出てきています。新しいささえあう仕組みを住民目線で協議し、まちの課題に対し、住民として何ができるのかをささえ愛こんぴらで協議してきました。

一つの活動を起こすには大変な力がいらいます。けれども、まだまだ新しいことに挑戦しようとしています。これからもささえ愛こんぴらの動きに注目してほしいと思います。そして、参加してください!



# お知らせ

## 買い物号 運転ボランティア 募集!

小さい商店がなくなってきたことによつて、この小さい琴平町でも「買い物難民」という言葉が出てきました。そこで、ささえ愛こんぴらでは「買い物号」と称して車を走らせ、住民の皆さんの買い物の足として活躍していきたくと思っています！運転していただけの方を募集します！ぜひ力になってください！琴平社協まで連絡ください！

運行日時 月曜日・木曜日 10時～12時  
連絡先 琴平町社会福祉協議会  
TEL 75-1371  
E-mail : info@k-wel.or.jp

ことひらまちじゅう図書館からのお知らせ

## ちょっとこぼうれしくなる 勉強会②

ことひらまちじゅう図書館では、定期的に勉強会をしています。ぜひ皆さん遊びに来てください。

テーマ

「面白くて眠れなくなる植物学」

開催日：2月29日（土）  
時間：10：30～11：30  
場所：ちょっとこ場（琴平町232）  
対象：どなたでも参加できます。  
定員：15名

## まちのキッチン もぐもぐ通信

第10回ガリック娘料理コンテストの最優秀作品をもぐもぐで販売します！予約受付していますので、もぐもぐにお問い合わせください。

一般の部 香川富子さん「きのこちまきと野菜肉巻きのサルサソースかけ」  
販売期間：2月24日（月）～28日（金）

## ちょっとこ場行事予定表 (2/16～3/14)

日	月	火	水	木	金	土
2/16	17	18	19	20	21	22
	NikoNiko (写経)	稲穂会 (写経) 10時～	サンサンサロン			
23	24	25	26	27	28	29
		稲穂会 (写経) 10時～	豊作会 (写経) 10時～	あさひ会		
3/1	2	3	4	5	6	7
	NikoNiko (写経)	稲穂会 (写経) 10時～	豊作会 (写経) 10時～			
8	9	10	11	12	13	14
	なでしこ会	稲穂会 (写経) 10時～	豊作会 (写経) 10時～	ふれあいコンサート 13時～	布で遊ぶ会	

## 楽集館利用予定表 (2/16～3/14)

日	月	火	水	木	金	土
2/16	17	18	19	20	21	22
	はなの会					
23	24	25	26	27	28	29
	はなの会					
3/1	2	3	4	5	6	7
	はなの会			個人使用 19:00～		単位自治会総会 19:00～20:00
8	9	10	11	12	13	14
	はなの会					スポ少 10:00～17:00

※ちょっとこ場では、留守番をしてくれるボランティアさんを常時募集しています。

※町内を主に走る運転ボランティアさん募集しています。

# 井戸端通信

暖冬で過ごしやすいとはいえ、新型ウィルスが猛威をふるっています。日頃の基本的な『手洗い・うがい・マスク』をこころがけましょう。

琴平社協では毎月、認知症の介護に携わるご家族等が集まって、気軽なお茶会を行なっております。認知症がある人、ない人、介護している人、されている人、話したい人、聴きたい人、どなたでも参加歓迎です。介護職等を交えて日頃の思いを話し、一息つきませんか。

2月のテーマ「認知症とアロマセラピーの関係」(←予定なので変更になることもあります)+フリートーク

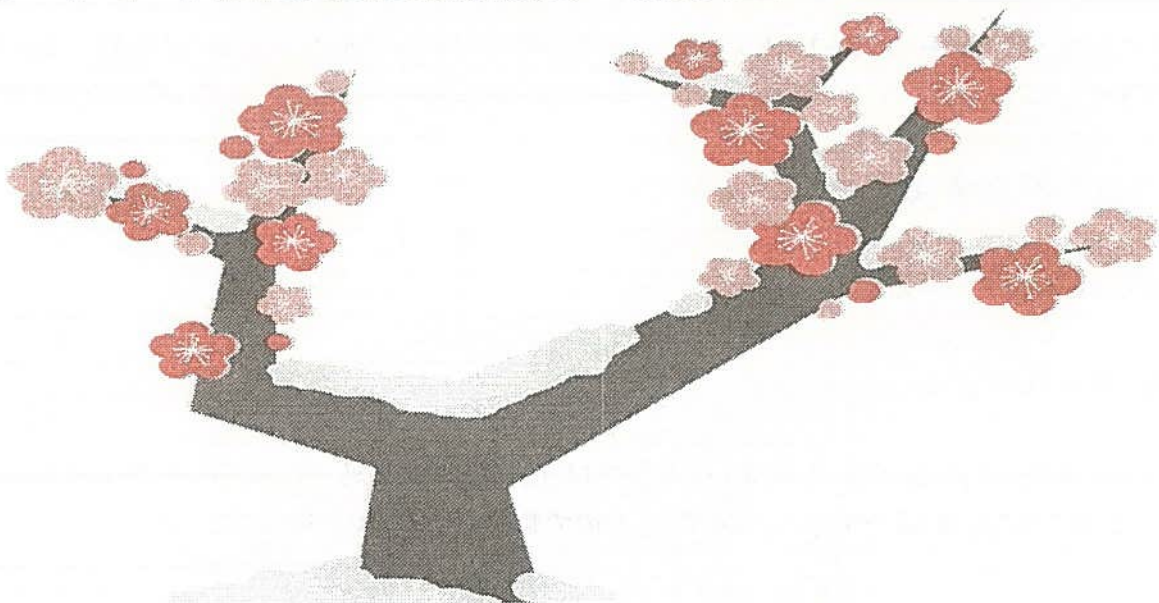
**井戸端会議 (第26回)**

**日時: 令和2年2月28日(金)**

**午後2時~3時30分**

(出入り自由ですので ちよつとだけの参加もできます)

**ところ: 琴平町社会福祉協議会 研修室**



**社会福祉法人 琴平町社会福祉協議会(0877)75-1371**

## 1月の井戸端会議 報告です

### ★フリートークより抜粋（たくさんのお話の中から一部です。）

D: 昨日の夜、テレビで認知症の番組をしていた。もの忘れの度合いを血液検査でみていた。数値が高くなるほどいけない。

A: 私も見た。

D: 認知症になると まず最初に匂わなくなる。

I: 脳内の認知症で影響を受ける部分と匂いを感じる部分が隣接した位置にある。それを逆手にとって、アロマで認知症予防を研究している鳥取大学の先生がいる。

E: 血液検査や匂いで(認知症が)わかるなんてすごいなあ。そういえば昔、大変優秀な先輩がいて頭が良かったが認知症になり匂わなくなった。耳は(認知症との関係)どうなんだろう。

D: 脳トレとして、知らない人と話すのがいい。知らない相手だと考えながら話すのでいい。

C: 子供と話すのも、新しい事が入ってくる。

I: 外国まで行かなくても年齢の差で異文化交流ができる、ということですね。知らない人と話すこともそうですが、緊張感が脳の刺激になるということだと思います。

### ★テーマトークより一部抜粋

B: 本当にそのとおり(書いてあるとおり)だと思う。

E: ホームで並んで寝ている人、どの人も認知症で何もわからないように見えるが、一人の人に 長く接していると他の人がじっとこちらを見ている。まるで「いつ、私に話しかけてくれるのだろうか」と言っているかのよう。

A: 人間ってちょっと環境が変わったら元気になる。

F: 私も負けない気持ちで頑張っている。

B: 私は娘に頼ってしまう。

D: 私は入浴法を変えて元気になった。こんぴらさんにはもう上がれないと思っていたが、4時間かけて本宮まで上がった。仕事してたら9000歩歩く。一人暮らしなので救急を呼ぶ時の用意もしている。

B: 草抜きばかりしていると、字が書き難い。小学生みたいな字になる。