

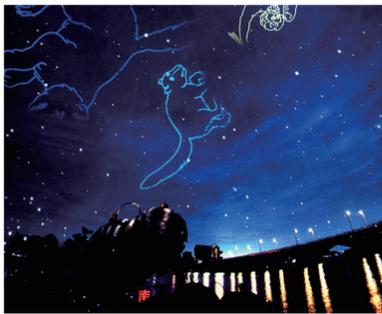
## 水の館プラネタリウム

◎新番組スタート!

期間 1月22日(出)～4月10日(日)の土・日曜日、祝日

時間・内容 上映時間約15分

開始時間	内容
10時、13時、15時	テーマ番組「メランポスの涙」
11時、14時、16時	星空解説「今夜、なにがみえるかな」(冬)



定員 各回先着28人

費用 100円(中学生以下無料)

◎星空たんけん観望会

「オリオン大星雲とすばるをハイアマチュア望遠鏡で見よう!」

日時 2月5日(出)午後5時30分～7時30分(受付5時15分～水の館3階手賀沼課)

内容 星空の見方を学ぶ講座、星空観望会※雨天・曇天の場合は観望会を中止しプラネタリウムで番組鑑賞

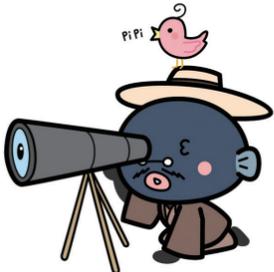
定員 先着28人※小学生以下は保護者同伴

費用 100円(中学生以下無料)

持ち物 防寒具

☎ 1月17日(月)～2月4日(金)に電話

〈共通〉場所・☎ 水の館 ☎7184-0555



## すこやかちゃん



後藤 啓太ちゃん  
(柴崎台・1歳4カ月)

これからもたくましく自分の道を進んで行ってね! 啓太はママとパパの宝物だよ♡



野口 莉穂ちゃん  
(根戸・1歳3カ月)

我が家に沢山の幸せを運んでくれる莉穂♡お兄ちゃんお姉ちゃん達と笑顔で過ごしてね♡

## 子育てQ&A 154 目に異物が入った

**Q** 3歳の子どもの目に何かが入ったようで痛がっています。どうしたらよいでしょうか。

**A** 何が目に入ったかにより対応方法が異なります。ほこりや虫などが目に入った場合は、痛みで涙が出てまばたきを繰り返すことで流れ出ることが多いため、落ち着くまで様子を見ましょう。痛みが続く場合は、子どもを仰向けにして目の中を観察し、異物を見つけたら水で洗い流しましょう。異物が取れば痛みも引き涙も止まります。異物が見つからない、見つけたが取れない、取れたと思っても腫れや痛みが続く場合は眼科を受診しましょう。また、消毒液やトイレ洗浄液などの化学薬品が目に入った可能性がある場合は、目を開けたまま流水で10分以上洗眼し、すぐに眼科を受診しましょう。洗眼が困難な場合は、無理に処置せずすぐに眼科を受診しましょう。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

## 読む得! 在宅医療と介護の連携

～身近な事例から～ 第18回

### 多職種連携で支える在宅生活

～障害福祉サービス・訪問看護に支えられ、在宅生活がなかったケース～

Aさんは一人暮らしの50代男性で、20代の頃に事故で両手足に重度のまひを患いました。両親や兄弟とは疎遠で、これまで何とか友人を頼りながら生活してきました。徐々にまひ症状が重くなり、日常の基本的な動作は全て介助が必要な状態になりました。褥瘡や排せつの医療ケアに加え、自律神経の不調による体調の変化や感染症・肺炎のリスクがあり、毎日のケアが欠かせません。



そこで担当の相談支援専門員と訪問看護師が連携し、複数の障害福祉サービスや訪問看護ステーションの利用を始めました。しかしサービスや支援方法が本人のイメージと合わず、ストレスから介護者に対して強く当たることもありました。その度に根気強く多職種チームで話し合いを重ね、関わり方を工夫することで、Aさんも少しずつ精神的に安定し、長年住み慣れた自宅で生活できています。

☆ポイント☆ 障害や頼れる親族の有無に関わらず、望ましい在宅生活に向けて多職種による支援を受けられる可能性があります。障害福祉サービスの利用は、病院の相談員や市の障害福祉支援課・障害者まちかど相談室に、訪問看護の利用はかかりつけ医にご相談ください。

我孫子市在宅医療介護連携推進協議会 広報部会

☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112

## 松戸保健所(松戸健康福祉センター) 各種無料相談・検査 2月

相談名	用は要申込	日時	申・☎
思春期相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-2138
	来所申		
精神保健福祉相談申		3日(木)、21日(月)14時～16時	047-361-6651
酒害相談申		17日(木)14時～16時30分	
DV相談	電話(申込不要)	月～金曜日 9時～17時(祝日を除く)	047-361-6651
	来所申		
		原則金曜日 9時～17時	

※我孫子連絡所の業務は当面の間休止しています。  
※エイズ検査は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止します。

## 令和4年度市民文化講座 4月開講講座 事前体験会

場所 アビスタ

対象 市内在住・在学・在勤の方

定員 各先着10人(複数申込可)

申込方法 1月31日(月)(必着)までにはがきに郵便番号、住所、氏名、電話番号、講座名を明記し郵送。〒270-1144東我孫子1の39の48小川邦江

※詳しくは市民文化講座ホームページ(QRコード参照)をご覧ください。



日にち	講座名	時間	費用	持ち物	講師・☎
2月5日(出)	大人のモダンバレエ	9時30分～11時30分	無料	飲み物、タオル	泉 芳子 ☎7187-3292
	日本舞踊(成瀬流)	12時30分～14時30分	無料	着物(浴衣)一式	成瀬 香映 ☎090-8024-8296
	短歌	12時30分～14時30分	資料代100円	国語辞典	豊島 秀範 ☎7187-2989
	華道(池坊)	12時30分～14時30分	花材費1,000円	花材持ち帰り用袋	實川 洋子 ☎7182-3108
	着物着付け	12時30分～14時30分	無料	着物、帯、小物	鈴木 徳枝 ☎7188-2806
	手工芸(粘土工芸)	15時30分～17時30分	材料費500円	なし	関 真由美 ☎7182-4403
	書道(かな)	15時30分～17時30分	紙代100円	書道用具	落合 芳庵 ☎7139-8387
2月6日(日)	書道(漢字)	12時30分～14時30分	紙代100円	書道用具	竹内 水香 ☎7139-3456
	フラダンス	12時30分～14時30分	無料	飲み物、タオル	荻原 静江 ☎090-3401-0434
	囲碁	15時30分～17時30分	無料	なし	安藤 龍男 ☎7184-7393
	茶道(裏千家)	12時30分～14時30分	無料	白足袋	中野 宗信 ☎7188-0681