SDGs とは？

目標７　エネルギーをみんなに。そしてクリーンに

“すべての人が、安くて安全で現代的なエネルギーをずっと利用できるようにしよう”

世界で電力を使えない人は７億 8900 万人です。

SDGs（Sustainable Development Goals：持続可能な開発目標）は、「誰一人取り残さない（leave no one behind）」持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標です。2015 年の国連サミットにおいて全ての加盟国が合意した「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」の中で掲げられました。2030 年を達成年限とし、17 のゴールと 169 のターゲットから構成されています。

認知症地域支援推進員のつぶやき 38

認知症になりにくくする心がけ　～認知症の予防について～

認知症は誰にでも起こり得る脳の病気であることから「防ぎようがない」と思われがちですが、毎日の生活に気を配ることで、ある程度発症や進行のリスクを抑えられると言われています。

食事や運動などで、生活習慣病の予防に心がけましょう。認知症の２割を占める脳血管障害による認知症の場合は高血圧や高脂血症、肥満などの対策が有効です。

また、認知症の半数以上を占めるアルツハイマー病でも、最近糖尿病との関係が注目されており、生活習慣病対策が発症のリスクを減らすことが示されています。

つまり、食事や運動・睡眠など生活習慣に気を配ることで、認知症になりにくくするとともに、認知症発症や進行を遅らせると期待されます。

まずは、生活習慣を見直してみましょう。

認知症の相談、医療や介護の相談など、地域包括支援センターやお近くの認知症地域支援推進員にご相談ください。

私たちはここにいます！

認知症地域支援推進員配置施設

- ●地域包括支援センター　☎６８－８９４１
- ●利根町保健福祉センター　☎６８－８２９１
- ●複合施設　響　☎６１－８５００
- ●介護老人保健施設もえぎ野　☎８４－６０８１

男女共同参画ってなあに？　Part 90

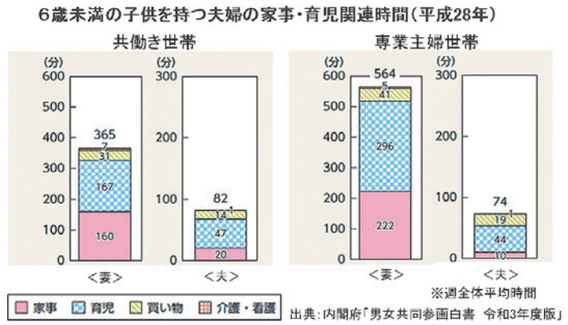
ワーク（仕事）とライフ（生活）のシナジー（相乗効果）

「仕事」は暮らしを支え、生きがいや喜びをもたらすものですが、同時に家事・育児、地域の交流などの「生活」も、暮らしに欠かすことができない大切なものです。「生活」が充実すると「仕事」のモチベーションアップに、「仕事」がうまくいけば私生活も潤うなど、相乗効果が得られます。どちらかを犠牲にするものではありません。

「男は仕事、女は家庭」から「分担」と「協力」へ

世の中の変化に伴い、近年共働き世帯が増えています。平成９年には「共働き世帯」と「専業主婦世帯」の数が逆転。女性が働くことは当たり前になりました。「夫は外で働き、妻は家庭を守るべき」という性別役割分担意識の変化とともに、共働きの割合は増え続けています。

共働き世帯が増える一方、６歳未満の子供を持つ夫の家事・育児関連時間は、妻と比較すると低水準となっています。男性が家庭生活に関わるには、まずそのための時間をつくる工夫が必要です。



出典：内閣府「男女共同参画白書　令和3年度版」

まずはできることから、はじめてみませんか

- ・「手伝う」ではなく「シェア（共有）する」…家事は「妻の仕事」ではなく「家族みんなの仕事」です。
- ・「負担の割合」よりもコミュニケーション…家事の内容は幅広く、得意・不得意もあります。分担は必ずしも半々にする必要はありません。お互いが納得することが大切ですので、夫婦で話し合いましょう。
- ・子育ては期間限定…一生の中でたった数年間しかない子育ての時期。二度とない成長の瞬間を見つめてみませんか。

問い合わせ先　政策企画課　政策企画係　☎６８－２２１１（内線３３３）

福祉コラム　～手話でつながる～　Vol. 1

まず覚えたいあいさつの手話【ありがとう】

手話は、主に聴覚に障害がある方が、手・指や体の動き、視線や表情などを使って表現する言語です。
積極的に活用してコミュニケーションの輪を広げましょう。

『あ り が と う』

胸の位置にあてた片方の甲に、手刀の形にした片方の手で触れて、また元の位置に戻します。

【動作の意味】

この表現は相撲に由来します。土俵での取り組みが終わった後に、勝った力士が手刀を切って賞金を受け取る場面をご覧になったことはありませんか？相撲の世界では、『手刀を切る』は、感謝の意味を表します。

問い合わせ先　福祉課　社会福祉係　☎６８－２２１１（内線１２８）