2.15 広報くじ
2024(令和６年)　No.431

自身の経験やきょうだい支援に必要な視点を語る寺澤さん（中央）

障がい理解講演会　きょうだい支援で大切なこと

きょうだいも支援が必要

1月21日、市や久慈地域障害者自立支援協議会らが、障がい理解講演会「きょうだい支援で大切なこと」を久慈市総合福祉センターで開催。約70人が参加し、病気や障がいがある兄弟姉妹を持つ「きょうだい」について理解を深めました。

きょうだいの交流支援や普及啓発を行っているシブリングサポーターいわてが講師を務め、きょうだいは不安や寂しさ、嫉妬などが内面化し、長期化すると体や心に症状が現れるケースがあることを説明。支援の必要性を訴えました。自身がきょうだいである寺澤綾菜（てらさわあやな）さんは、不安やプレッシャーを自分の中で解決しようとし、誰かに頼る考えがなかった経験を紹介。きょうだいが主役になる機会や多くの大人との関わりが重要であることをあげ、きょうだいとの時間も大切にしてほしいと呼びかけました。

障がい者支援に携わっている参加者は「当事者から経験や思いを伝えてもらうことはなかなかなく、貴重な経験でした。きょうだいの状況を認識しながら支援していきたいです」と思いを語りました。

講師の東京大学 飯島教授

人生100年時代健康づくり講演会 “衰えない人のヒミツ”とは!?

年を重ねても元気でいるために必要なこととは…。フレイル予防の第一人者、東京大学・飯島勝矢教授の、分かりやすくてためになる講演です。ぜひ参加ください！

▶**日時**…３月７日㈭14時～15時45分
▶**会場**…アンバーホール小ホール
※オンライン参加可
▶**演題**…「東大が調べてわかった衰えない人のヒミツ」
▶**申込方法**…電話、FAX、二次元コードのいずれか

問地域包括支援センター
☎61-1557/fax61-1119

おでかけｉ－サポ開催します

会員登録制で１対１の出会いの機会づくりを支援しているｉ－サポ。スタッフが出張して、対面相談や会員登録、お相手検索などを行います。事前に電話で予約ください。

市の入会登録料助成制度も活用ください。

▶**対象者**…結婚を希望する20歳以上の人
▶**日時**…❶３月９日㈯❷３月24日㈰ 各日12時～15時
▶**会場**…中央市民センター

問ｉ－サポ宮古　☎0193-65-7222

INFORMATION 新型コロナの無料ワクチン接種

新型コロナウイルスワクチンの無料接種は、３月末に終了予定です。接種枠を縮小し、期日前に終了する場合があります。接種を希望する場合は、できるだけ２月中に接種しましょう。詳細はＨＰを確認ください。

■２月に予約

65歳以上の人は、手持ちの接種券で申し込みください。生後６カ月から64歳までの人は、接種券の申請が必要です。未申請の人は、ワクチン接種コールセンターに問い合わせください。

▶**接種の予約**…❶インターネット❷コールセンター（☎54-8008）❸市のワクチン接種対策室や各市民センターの窓口に申し出ください

▲市HP

■３月に予約

インターネットや市民センターの窓口での受付を終了します。

▶**接種券の申請や接種の予約**…コールセンターやワクチン接種対策室に問い合わせください。

問ワクチン接種対策室☎54-8007