



お茶はいかが？

寒い日には温かいお茶が恋しくなりますね。今月はお茶にまつわる本を紹介します。

『世界・お茶の基本』

日本ホテル教育センター



今はペットボトルやティーバックで気軽においしいお茶が飲めますが、昔ながらの基本を参考に、手間暇かけてゆっくりお茶の時間を楽しんでみてはいかがでしょう。お茶の歴史や海外のお茶文化までを紹介した、お茶にまつわる知識が盛りだくさんの1冊。

『お茶を食べる。』

大橋玲子／実業之日本社



海外で「スーパーフード」として注目されている抹茶を始めとした日本茶や中国茶などに、体に良い成分が多く含まれていることはご存じですか？飲むだけでは取り切れない栄養を、「食べる」ことで取り入れようと考えられたレシピ集。

『お茶壺道中』

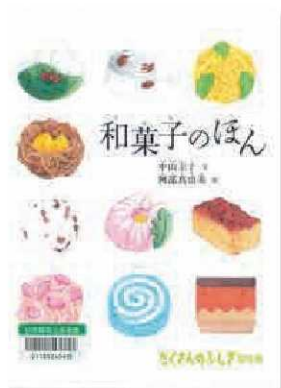
梶よう子／KADOKAWA



「お茶壺道中」とは、江戸時代に将軍家へ献上する新茶を、宇治から江戸まで運んだ格式高い行列のことです。幕末の動乱期を舞台に、宇治茶を愛し日本一の葉茶屋をめざす主人公が、商売の困難や時代のうねり、人との出会いを通して成長していく姿を描いた時代小説。

『和菓子のほん』

中山圭子 阿部真由美／福音館書店



お茶に欠かせないお菓子。和菓子は季節の移り変わりを色や形、名前で巧みに表現しています。また、和菓子によく使われる「小豆」は赤色が悪いものを近づけない「病よけ」の食べ物とされていたことなど、和菓子に関して繊細で美しいイラストで解説した絵本。

おはなし会のお知らせ

読み聞かせボランティアの皆さんが、楽しい絵本を読んでくれます。ぜひ、親子いっしょにお越しください。

【加悦分室】2月14日（土）

【野田川分室】2月28日（土）

【本館】3月7日（土）

※ 3会場とも午前10時30分～

図書館臨時休館のお知らせ

図書館（全館）は蔵書点検のため、次の日程で臨時休館します。休館中はご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【本館】2月10日（火）～13日（金）… 4日間

【野田川分室】2月18日（水）、19日（木）… 2日間

【加悦分室】2月24日（火）、25日（水）… 2日間



● 問い合わせ先／与謝野町立図書館 ☎ 46-2451 加悦分室 ☎ 43-0376 野田川分室 ☎ 43-0087
● 開館時間／午前10時～午後6時 ● 休館日／毎週月曜（本館・加悦分室）、毎週火曜（野田川分室）、毎月最終木曜（共通）

住み慣れた地域で
安心して暮らしていけるように／

認知症 コラム

【第10弾】

「認知症基本法」で変わる、
これからの地域

こんにちは、認知症地域支援推進員です。令和6年1月、認知症になっても自分らしく暮らせる法律「認知症基本法」がスタートしました。今月号から4回に渡り、「認知症基本法」から地域の方へ伝えたい（知ってもらいたい）メッセージをお届けします。

認知症基本法が できた理由とは？

日本では、認知症の方がこれからますます増えていきます。



しかし、これまでの社会では、「認知症になると何もできない」「支えられるだけの存在」と見られてしまうことが多くありました。そのため、本人の気持ちや希望が後回しになったり、住み慣れた地域で暮らし続けることが難しくなったりする場面がありました。

そこで、つくられたのが「認知症基本法」です。この法律は、認知症があっても本人の意思が

「新しい認知症観」を 知ってほしい 地域に皆さんに 「メッセージ①」

「新しい認知症観とは」どういうことだと思います？ これまでは「認知症＝何もできなくなる」と思われがちでした。そのため、当事者が何かを積極的にするというよりも、むしろ周囲に支えられていくイメージがありました。

新しい認知症観では、「認知症があっても、その人らしさは変わらない」「できることはたくさんある」「伝えたい思いがある」という考え方です。

まとめ

あいさつや声かけ、さりげない見守りなど、日常の小さなかわりが大きな支えになります。認知症になっても、その人らしさは変わりません。一人ひとりのかわりで認知症の方、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができます。

大切な5つのポイント

- 認知症は、病気の一つであり、その人の人生や価値そのものではありません。
- 困りごとは、周りの工夫で減らせます。
- 支えられるだけでなく、地域の一員です。
- 本人の思いや希望を大切にします。
- 早期に相談できる場所があります（例／認知症伴走型支援、初期集中支援チームなど）。

問 地域包括支援センター（福祉課内）☎ 43-9021