

ひがしいず 9

認知症を知り、
地域で共に生きる

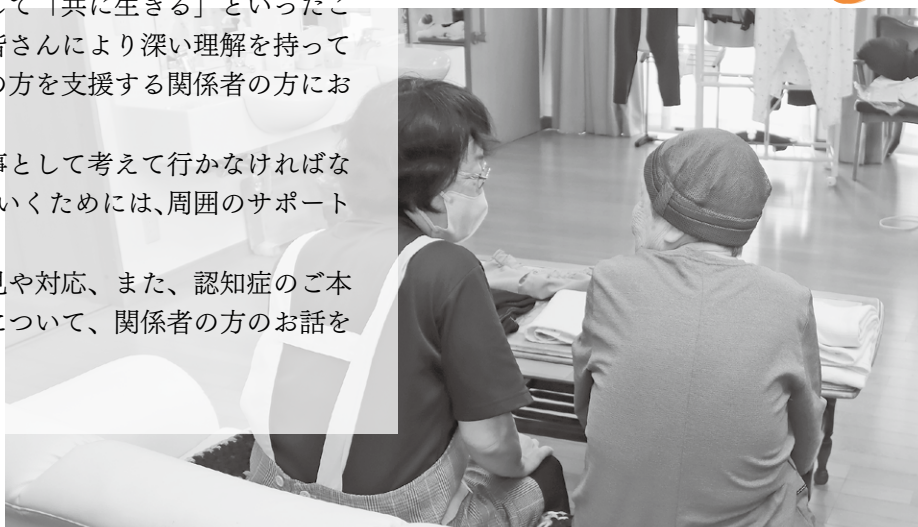


「認知症を知り、地域で共に生きる」

高齢化が進み、認知症が身近になる中、昨年9月号の認知症特集では、認知症の方が地域の一住民として「共に生きる」といったことに着目しました。そこで、町民の皆さんにより深い理解を持っていただくため、認知症の方や認知症の方を支援する関係者の方にお話をうかがいました。

他人事ではない、これからは自分事として考えて行かなければならない「認知症」。地域で共に生きていくためには、周囲のサポートが不可欠です。

今回の特集では、認知症の早期発見や対応、また、認知症のご本人とご家族をサポートする取り組みについて、関係者の方のお話を交え紹介していきます。



認知症とは

脳の病気や障害などの様々な原因で、認知機能が低下し、生活する上で支障が出ている状態をいいます。

東伊豆町の現状 (令和5年6月30日現在)

現在、東伊豆町の高齢化率は47.3%と県内6位の高い水準となっています。認知症は年齢が高くなるほど発症しやすくなります。介護保険の認定を受けた人のうち、認知症又は認知症の疑いがある方は、高齢者全体の11.5%。約9人に1人の割合となっています。

東伊豆町の人口	高齢者人口 (65歳以上)	認知症または認知症の疑いのある高齢者 (認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱa以上の方)	
		人数	割合
11,280人	5,336人	612人	11.5%

昨年9月号の記事はこちらから

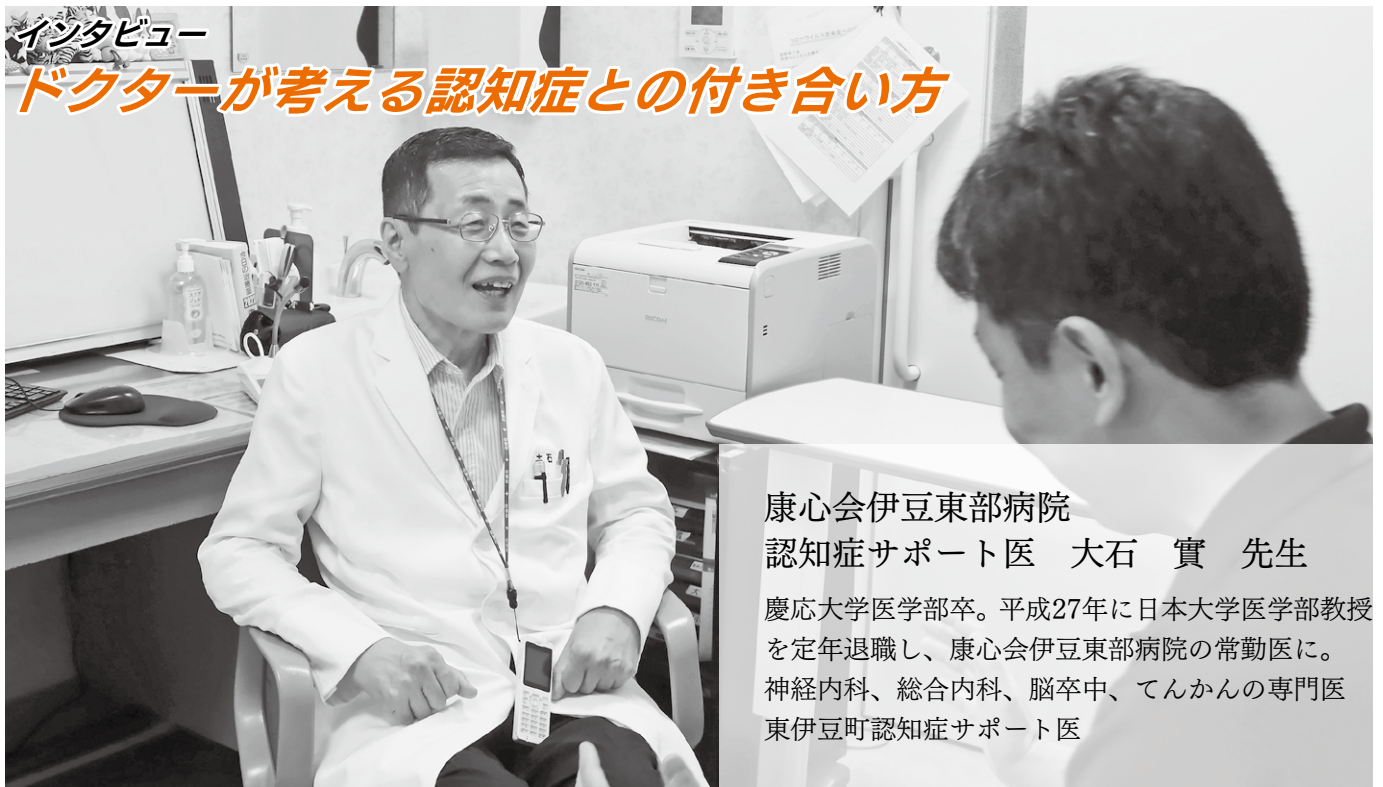


認知症と物忘れの違い

老化によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
体験の一部を忘れる	体験の全体を忘れる
記憶障害のみがみられる (人の名前を思い出せない、度忘れが目立つ)	記憶障害に加えて判断の障害や実行機能障害がある (料理・家事などの段取りがわからなくなるなど)
もの忘れの自覚がある	もの忘れの自覚がない
探し物を努力して見つけようとする	探し物を誰かが盗ったということがある
見当識障害はみられない	見当識障害がみられる
作話はみられない	しばしば作話がみられる
日常生活に支障はない	日常生活に支障をきたす
きわめて徐々にしか進行しない	進行性である



「認知症の気づきチェックリスト」はこちらから→



インタビュー

ドクターが考える認知症との付き合い方

康心会伊豆東部病院
認知症サポート医 大石 實 先生

慶応大学医学部卒。平成27年に日本大学医学部教授を定年退職し、康心会伊豆東部病院の常勤医に。神経内科、総合内科、脳卒中、てんかんの専門医 東伊豆町認知症サポート医

①「これって認知症かな？」と思われるサインについて

日常生活に支障をきたす物忘れと進行性の物忘れは、認知症を示唆します。

具体的には、以下のようないことが挙げられます。

* 財布や通帳など大事なものをなくしてしまうことがある。

* 曜日や日付を何度も確認しないと忘れてしまう。

* 薬の飲み忘れや、飲んだかどうか分からなくなることよくある。

* リモコンや洗濯機など電化製品の操作が上手くできない。

②認知症が気になる場合の早期受診のメリットは？

認知症には様々な種類があります。「慢性硬膜下血腫」や「正常圧水頭症」、「甲状腺機能低下症」

といった病気が原因で起る認知症は、治療することにより改善する可能性があります。

「アルツハイマー型認知症」や「血管性認知症」といった現状根本的な治療が難しい場合でも、早期に発見、受診することにより、症状の進行を緩やかにし、例えばこれまで行っていた仕事や趣味といったものが続けられるといったメリットがあります。当院では、専門外来として物忘れ外来を開設していますので、お気軽にご相談ください。

介護サービス、地域のサロンやカフェなど、地域の資源を利用してください。自分で必要なものを調べ、自らの意思で利用すれば、本人や家族にとって「時間的な余裕」が確保できると思います。

「世界アルツハイマーデー / 世界アルツハイマー月間」

1994年9月21日、スコットランドのエジンバラで第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催され、会議の初日であるこの日を「世界アルツハイマーデー」と宣言し、認知症に関する認識を高め、世界の認知症の本人と家族に援助と希望をもたらすことを目的としています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、我が国においても様々な取り組みを行っています。



③ 介護サービス活用の メリットは？

デイサービス（通所介護）を利用し、活動性を上げること、身体状況や意欲の低下を防止することができま。また、他者との交流により刺激を受けることは、頭の活性化につながります。サービスの利用により、生活リズムが整い、家族の介護負担の軽減にもつながります。

④ 受診や、介護サービスの利用を拒否する場合の対応について

家族だけで対応すると、負担の増大につながります。「認知症初期集中支援チーム」は康心会伊豆東部病院と東伊豆町地域包括支援センターが連携し、本人と家族のサポートを行っていますので、お気軽にご相談ください。

⑤ 認知症の予防について

運動や規則正しい食生活、睡眠といった健康的なライフスタイルが重要です。

また、積極的な社会参加、地域とのつながりといったものは、脳の活性化にもつながります。東伊豆町では各種介護予防教室や、「共に」「生きる」カフェニューサマーカフェといった様々な取り組みを行っていますので、是非ご参加ください。

「認知症初期集中支援チーム」

電話：0557-95-1106

（東伊豆町地域包括支援センター）

認知症の本人または認知症の疑いのある方と、その家族をサポートするための専門職チームです。認知症サポート医や看護師、社会福祉士といった医療、福祉の専門職で構成されています。東伊豆町では地域包括支援センター内に設置しています。お気軽にご相談ください。



ご本人、ご家族の方へ 東伊豆町のサポート体制を紹介します！

地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた自宅や地域で生活できるよう、社会福祉士、看護師、主任介護支援専門員の資格を持った職員が様々なサービスの紹介や相談に応じたり、関係機関との連絡・調整を行い、支援しています。

「最近物忘れが気になる」「家族の認知症が気になるが医療や介護にどのように掛かったら良いか?」「認知症になっても今まで通り自分の好きなことをやりたい」このようなお悩みや相談事がありましたら、お気軽にご相談ください。



「共に」「生きる」カフェ ニューサマーカフェ

誰もが気軽に参加できる出入り自由の「共生型」のカフェです。毎月第1木曜日に稲取のいきいきセンター、第4木曜日に奈良本公民館にて開催しています。

ご本人、ご家族の相談も行っていますので、お気軽にご参加ください。



あんしん見守りステッカー

行方不明が気になる方について、靴の後ろに貼るステッカーを配布しています。登録を希望する方は地域包括支援センターにお越しください。



地域の皆様へ ～認知症のことを正しく理解しましょう！ 「認知症サポーター養成講座」

東伊豆町では、「認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り、支援する人」をひとりでも多く増やすことにより、「認知症になっても誰もが安心して暮らせる町」を地域住民の手でつくっていくことを目指して平成20年より『認知症講座(認知症サポーター養成講座)』をキャラバンメイトと呼ばれるボランティア講師と協働して実施しています。現在3,802名(令和5年7月31日現在)の認知症サポーターが誕生しています。

QRコードからも
お申込み可→



認知症サポーターとは・・・

認知症の正しい知識やつきあい方を理解し、自分のできる範囲で認知症の人やその家族を応援する人です。認知症サポーター養成講座を受講すると、認知症サポーターの証としてオレンジリング(写真)が渡されます。企業や自治会、学校、マンション等様々な場所にて活用されています。

お気軽にお申込みください。

受講を希望される方は、開催予定日の1ヶ月前までに地域包括支援センターまでお申込みください。受講料は無料です。



問合せ先 地域包括支援センター ☎95-1106



歩行者の安全確保

- 歩行者も横断歩道では必ず立ち止まり、左右を確認してから渡りましょう。
- 地域・家庭で日頃から通学路や生活道路等の安全を確かめましょう。

飲酒運転・あおり運転根絶

- お酒を飲んだら絶対運転しない、させない！という強い気持ちで飲酒運転を根絶しましょう。
- 妨害運転（あおり運転）は犯罪です！相手の立場に立ってゆずりあい運転をしましょう。

自転車等のヘルメット着用と交通ルール遵守

- 自転車や電動キックボード等に乗るときは必ずヘルメットを着用し、交通ルールを守りましょう。



夕暮れ時・夜間の交通事故を防ぐためには…

- 歩行者は、少しでも早くドライバーに発見されるように明るい色の服装を心がけ、反射材や自発光式反射剤を身につけましょう。
- ドライバーは、早めにライトを点灯するとともに、対向車がないときはハイビームを活用し、歩行者や自動車の早期発見に努めましょう。



一人一人が交通ルールとマナーを守り、交通事故防止に努めましょう。

9月10日～9月16日は自殺予防週間です

知らせてほしい、心のSOS。

心がもやもやしたり、
ざわついたら、
一人で悩まず伝えてほしい

保健福祉センターでは
随時相談を受け付けております。
一人で抱え込まず
お話を聞かせてください。

ゲートキーパー
研修会も随時
行っています。

- ・夜眠れない
- ・食欲がわかない
- ・疲れやすい
- ・イライラする
- ・お酒の量が増えた
- ・やる気がでない
- ・楽しめていたことが楽しめない
- ・家族のことや人間関係で悩んでいる

**奈良本
ヘルシーウォーク & 健康イベント** **10/29 (日)**

奈良本区内をめぐるウォーキングと健康チェックができ、ご家族みなさんと楽しめるイベントです。ぜひご参加ください。(詳細は、後日回覧されるチラシをご確認ください)

健康イベント

会場：奈良本公民館

内容：血糖値測定、骨チェック など

雨天時は健康イベントのみ開催

保健福祉センター 10月行事カレンダー

日	曜	時間	行 事 名
2	月	9:00～11:30	妊婦相談(母子手帳交付)(2.16.23.30) 保健福祉センター
11	水	～	6か月児相談(受付9:00～個別指定制) 保健福祉センター
		～	12か月児相談(受付9:00～個別指定制) 保健福祉センター
12	木	～	2歳児教室(受付9:00～個別指定制) 保健福祉センター
		～	3歳児健診(受付12:50～個別指定制) 保健福祉センター
		～	1歳6か月児健診(受付13:30～個別指定制) 保健福祉センター
27	金	～	育児サークル(受付9:40～10:00) 保健福祉センター

◆日時が変更となる場合がありますのでご確認ください。

あなたの**体力年齢**は
何歳???

体力テスト



9/14(木)

19:00

稲取小学校
体育館2階

町内に住んでいる20歳以上79歳以下の方を対象とした体力テストを実施します。

今の自分の体力を知る良い機会ですので、皆さまぜひお越しください。(参加費無料)

実施種目 (予定)

上体起こし 握力 シャトルラン 立ち幅とび 反復横とび 長座体前屈

※65歳以上の方は、一部実施種目が異なります。

持ち物

・飲み物・タオル・室内シューズ

※健康マイレージ対象事業です。

問合せ先

教育委員会事務局 社会教育係

☎95-6206

敬老会・敬老祝金見直しのお知らせ

令和2年度よりコロナウイルス感染拡大防止のため、東伊豆町では高齢の方々が一堂に会する敬老会の開催を見合わせて参りました。今後のあり方を検討した結果、今年度も集合型の敬老会は行いませんが、平等に祝意を表すため、敬老祝金の支給年齢と支給額の見直しを行いました。

75歳以上の方 (昭和24年3月31日以前に生まれた方)

千円分の地域商品券

88歳の方 (昭和10年4月1日生～昭和11年3月31日生)

1万円分の地域商品券

令和5年度に**100歳**を迎えた方

祝金5万円

■商品券は簡易書留にて9月下旬に住所地へ郵送します。

■他市区町村から東伊豆町内の社会福祉施設等に入所・入居をされた住所地特例の方は、支給対象外です。

問合せ先

住民福祉課 福祉係 ☎95-6204

ピニャータの中にはたくさんのお菓子が！ ほし☆そらシネマ IZU SUMMER FES

7月29日、熱川しおかぜ広場において「ほし☆そらシネマ IZU SUMMER FES」が開催されました。メキシコリゾートがテーマになった会場では、メキシコ仕様の装飾やグルメのほか、「ピニャータ」というくす玉を割るメキシコのゲームで盛り上がりました。ステージ演奏、映画上映等で賑わったイベントの最後には、プロジェクションマッピングと打ち上げ花火が行われ、夏の夜空を華やかに彩りました。



コロナ禍を乗り越え4年ぶり念願の磯遊び 岡谷市・東伊豆町姉妹都市児童交流

8月3日から8月4日の2日間、姉妹都市を結んでいる長野県岡谷市の児童21人が東伊豆町を訪れ、東伊豆町の児童41人と交流しました。アニマルキングダムで対面し、宿泊場所である稲取小学校で花火大会を楽しんだ翌日は、稲取池尻海岸で磯遊びを体験して親交を深めました。



夏の思い出写真集



第2回つけもの石 de カーリング@WORLD CUP



賀茂郡建築工業組合「ビー玉迷路」寄贈



ひがしいず幼稚園流しそうめん



稲取地区祭典



親と子の水泳教室



図書館開館イベント
お花の万華鏡ワークショップ



ちびっこ縁日

町長コラム



第6回

IWAI SHIGEKI

東伊豆町の未来を考える

〜東伊豆町版骨太の方針
(安全・安心の確保)を紐解く②〜

安全・安心を守るためには

現在、ホテル旅館のお客さまの送り迎えはそれぞれのホテル旅館が行い、町内の医療機関の送り迎えも独自で行われている状況です。一方、「地域の足」として機能する公共交通を担う民間事業者の皆さんが東伊豆町内で事業を継続していくためには、一定の利益を確保しなくてはなりません。つまり、採算の合う事業環境が必要です。地域交通の恩恵を受ける町民として、もっと電車・バスを利用するなど「地域公共交通」を応援する「気運」が求められます。また、町民が応援するその気持ち

を創り上げることが必要です。このために、人口減少でマンパワー(働き手)が減少する中、地域公共交通機関を皆で共有する・・・「シェアリング(共有)」の考えを基本に据え、様々な工夫を取り入れることが必要です。東伊豆町全体の働き手不足については、総務省が進める「特定地域づくり事業協同組合」の取り組みが見逃せません。私自身、以前から同じような取り組みをしたいと考えていましたが、東伊豆町においても是非チャレンジしたいと思います。東伊豆町における仕事を事業者単位で見ると年間を通じた仕事がない、つまり、安定的な雇用環境や一定の給与水準を確保できないという状況がみられます。これが人口流出の要因、U・I・Jターンの障害の一つとなっており、この対策を図ることが有効です。「特定地域づくり事業協同組合」とは、これを実現するために、地域の仕事を組み合わせる年間を通じた仕事を創り出す取り組みで、例えば、観光業に従事される方が、比較的手の空く閑散期に他の人手不足になっている業種の仕事に就く、それは農業や漁業でも良いし、場合によれば飲食店で働いても良い・・・反対に農業や漁業

の方で収穫期以外の時期に観光業や飲食の仕事に就く・・・そのような流動的な雇用を実現させる仕組み・・・まさに「シェアリング(共有)」の考えの良い例です。日々の暮らしの安全・安心を守るためには、それを担う人材が必要です。その中で現役世代だけでなく、シニア人材は豊富な経験とスキルで活躍する大切な戦力だと考えています。東伊豆町の高齢化率は40%を超え高いものになっています。

「高齢化が進み、大変だ」ということがよく言われます。しかし、反面これを「豊富な経験とスキルで活躍する人材」が多くなり、いらつしやると捉え直すことはできないでしょうか。また、東伊豆町にはリタイアされて移住されてきた方も多くいらつしやいます。そのような方々の豊富な経験は東伊豆町の未来を切り拓く大きな原動力の一つです。まさにピンチがチャンスとなります！

そのためには、シニア世代の皆さんが元気で日々充実した暮らしを送っていただくことが必要です。フレイルとは「加齢により心身が老い衰えた状態」のことで、しかしフレイルは、早く介入して対策を行えば元の健全な状態に戻る可能性があります。フレイル対策をしっかりと行い、シニア世代の皆さんが東伊豆町の未来を切り拓くために活躍できる環境を創っていくことが必要です。

10月行事カレンダー

日	曜	時間	行事名	場所
1	日	11:00~20:40	どんつくフードフェス	稲取温泉街
		20:40~	どんつくフードフェス 花火打ち上げ	稲取温泉街
5	木	13:00~15:30	【共に】「生きる」カフェ ニューサマーカフェ in 稲取	いきいきセンター
6	金	10:00~16:00	細野高原秋のすずきイベント (～10/27) 雨天中止	細野高原
7	土	～	ひがしいず幼稚園運動会	ひがしいず幼稚園グラウンド
11	水	9:15~	ブックスタート	保健福祉センター
12	木	13:30~15:30	かいごの茶話会	いきいきセンター
		19:00~20:30	ミニテニス	町立体育センター
17	火	10:00~12:00	賀茂障害者就業・生活支援センター わ サテライト相談会	役場1階会議室
18	水	14:00~15:00	音読サークル	町立図書館
19	木	10:00~15:00	住民相談	役場1階会議室
21	土	13:30~	読み聞かせ教室	町立図書館
		20:00~21:00	熱川温泉キャンドルナイト	熱川海岸通り
26	木	13:00~15:30	【共に】「生きる」カフェ ニューサマーカフェ in 奈良本	奈良本公民館
		19:00~20:30	グラウンドゴルフ	稲取小学校下グラウンド

◆日時が変更となる場合がありますのでご確認ください。

し尿処理施設からのお願い

東河環境センターし尿処理施設では、現在大規模改修工事を実施しております。

工事期間中も施設の運転を継続し、浄化槽汚泥等の受け入れはいたしますが、令和5年10月7日(土)から11月30日(木)の間、受け入れ停止・量制限を予定しています。

浄化槽清掃を業者に依頼する際は、上記期間を外して依頼されますよう、ご協力をお願いします。

◎問合せ先 東河環境センター ☎95-7111

10月1日インボイス制度開始

地域の事業所の皆様へ

令和5年10月1日からインボイス制度が始まります。

(インボイス制度とは複数税率に対応した消費税の仕入税額控除の方式です)

制度に関する一般的なご質問には下記にて対応しております。

インボイスコールセンター 電話：0120-205-553 (無料)
※個別相談は下田税務署にお問い合わせください。

◎問合せ先 下田税務署 ☎0558-22-0185

救急の日及び救急週間のお知らせ

9月9日は『救急の日』です。また、9月9日を含む1週間を『救急医療週間』(今年は9月4日(月)～10日(日))としています。

この『救急の日』をきっかけに家族や地域などで緊急時の対応について、話し合ってみませんか？

『救急車の適正利用にご理解ください』

年々救急車の出動件数が増えています。救急車は限りある資源です。本当に救急車が必要な人のために、ご協力をお願いします。

～全国版救急受診アプリ(愛称「Q助」)のご案内～

急な病気やけがをしたとき、該当する症状等を選択していくと、緊急度に応じた必要な対応が①～④の様に表示されます。

- ①「いますぐ救急車を呼びましょう」
- ②「できるだけ早めに医療機関を受診しましょう」
- ③「緊急ではありませんが医療機関を受診しましょう」
- ④「引き続き、注意して様子を見てください」

その後、119番通報や受診できる医療機関の検索を行うことができます。

全国版救急受診アプリ
(Q助)はこちらから！



出典：総務省消防庁



◎問合せ先 駿東伊豆消防本部 東伊豆消防署 ☎95-0119

納期までに納めましょう

水道料金3期分

納期10月2日(月) 口座引落日9月26日(火)

国民健康保険税4期分 介護保険料4期分

後期高齢者医療保険料2期分

納期10月2日(月)

忘れずをお願いします

◎問合せ先 水道課 ☎95-2353 税務課 ☎95-6300
健康づくり課 ☎95-6304

公証週間中の休日相談 (無料)

10月1日(日)から7日(土)までは「公証週間」です。

この期間中、下田公証役場において、次のとおり、休日相談(無料)を行います。お越しの場合は、事前に予約してください。

相談内容：相続・遺言・任意後見・尊厳死宣言・離婚給付など

日 時：10月1日(日) 10:00～15:00

場 所：下田公証役場

(下田市西本郷1-2-5 佐々木ビル3階)

申込方法：予約制(事前電話受付)

◎問合せ・申込み先 下田公証役場 ☎0558-22-5521

※平日の相談(無料)の受付時間は9:00から16:30です。

※日本公証人連合会による電話相談は次のとおりです。

日 時：10月1日(日)～10月7日(土)

9:30～16:30(正午から13:00までは除く)

☎03-3502-8239

暮らしなんでも相談

日常生活で起きるトラブルや悩み事、困ったこと(心の悩み、消費生活、住まい、生きがい、介護、法律など)、どこに相談すれば良いか分からない時の相談窓口です。悩みごとと一緒に考え、専門的なアドバイス先をご案内します。

※なお、相談・取次は無料ですが、専門家に相談する場合は別途料金がかかることがあります。

◎問合せ先

ライフサポートセンター東部事務所

相談ダイヤル ☎055-922-3715

受付時間：9:00～17:00(平日のみ)

ハロウィンジャンボ5億円

(1等3億円・前後賞各1億円合わせて)

ハロウィンジャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。



各1枚 300円
9月20日(水) 2種類同時発売!

発売期間 9/20(水)～10/20(金)

公益財団法人静岡県市町村振興協会

あいさつ運動推進標語 **あいさつは 何にもまさる おもてなし 広げよう あいさつの輪を まちじゅうに**

— 戸籍コーナー —

7月16日～8月15日までに届出があったもの (敬称略)

※このコーナーに掲載を望まない方は事前に係までお申し出ください。



赤ちゃん誕生・おめでとう

地区	赤ちゃんの名前	ふりがな	生まれた日	父・母
入谷	八代 彩乙葉	あおば	R5.7.23	祐輔・有可

結婚・おしあわせに

地区	夫の名前	妻	旧姓	婚姻日
奈良本	鈴木 政史	美依	進士	R5.7.19

おくやみ申し上げます

地区	氏名	生年月日	年齢	亡くなった日	屋号
大川	杉本 文子	S11.4.4	87	R5.7.18	
大川	飯田 房芳	T10.1.6	102	R5.7.18	引地
奈良本	小林 國芳	S33.7.7	65	R5.7.17	
奈良本	三宅 康資	S22.10.18	75	R5.7.25	ペンションビートル
田町	村木 正勳	S12.7.25	86	R5.7.31	
田町	山口 きの枝	S17.11.7	80	R5.8.8	
田町	鈴木 武雄	S20.11.19	77	R5.8.11	
西町	薄葉 辰后	S39.4.5	59	R5.7.23	万福亭



ほのぼのがぞく

鈴木さん ファミリー (白田)

父・南海さん
母・聖蓮さん
長男・雨稀くん

僕は毎日、たくさん食べて遊んで寝て、力いっぱい元気に過ごしています。特に走ったり、ボール遊びをするのが大好きです。最近、遊んだあとにお片付けができるようになりました。

『ほのぼのかぞく』大募集!!

町内にお住いの「楽しい家族」「明るい家族」「自慢の家族」「普通の家族」…などなど。様々な家族の写真とエピソードを募集しておりますので、お気軽にご連絡ください。

連絡先 企画調整課 情報係 ☎95-6205

(住民基本台帳)

町の人口 (令和5年7月31日現在)	(前月比)	7月の異動
人口	11,309人 (+29)	転入 74人
男	5,438人 (+17)	転出 34人
女	5,871人 (+12)	出生 3人
世帯数	6,282世帯 (+28)	死亡 14人

地域おこし協力隊 活動日記

「稲取地区の夏」

ひぐち あゆみ
樋口 歩実

7月に稲取地区各社例祭が催行されました！今年初めて参加することができ、お祭り仕様に活気づいた町の様子に感動しました。太鼓をたたきながら神輿と共に街を練り歩く様子を見るのも、神社で三番叟や巫女舞を見るのも、初めての経験でした。一生懸命舞台をこなす子供たちやそれを支える大人のみなさんから地域の強いつながりを感じましたし、夜は盛大に太鼓を叩いたり笛を吹いたりする様子から稲取らしいパワーを感じました。



「奇跡のいちじく」

たむら ようこ
田村 葉子

みなさん、こんにちは。夏真っ盛り、新井農園へ訪問しました。新井農園は、一度食べると忘れられない「奇跡のいちじく」を作る、都内で評判の高い農家さんです。また、椎茸やライム柑橘等も栽培されております。本当に気さくで、いつも楽しく会話していただきます。一方、作業場所は過酷を極めており筆舌に尽くし難いのですが、虫網を持ってヒョイヒョイと崖を渡る姿はサーカスの綱渡りのようです。遊んでみたいでしょ？と楽しそうに愛すべき果物たちを紹介してくださいました。

