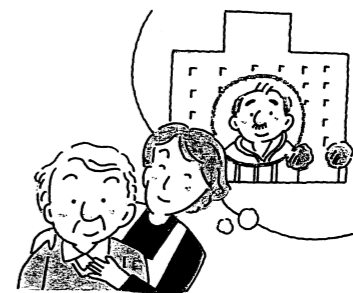


健康センター通信



認知症を理解する…No.3

前回までは、認知症とその症状(7月)、認知症の対応について(8月)掲載しました。今回は住み慣れた地域で生活をするにはどうしたらよいのかを考えていきます。

地域の中で認知症を持った方が生活を続けていくためには、家族の介護、隣近所、知人等の見守りなど、どんな支援ができるでしょうか？

家族、地域でつなぐ

◎家族

○認知症について早い段階で相談し、適切な診断や治療を受ける。

○認知症であることをオープンにし、地域の中で、生活に必要な支援を受ける。

○道に迷ったり、行方不明になったときのために、衣服・靴・鞆等に氏名・住所・連絡先等がわかるように書いた物を付けておく。

○警察に、状況を説明してお

く。(本人の顔写真がある
とよい)

◎町民

○認知症によって生じる生活上の困難はあっても、わかること・できることがあることを知っている。

○認知症の本人が様々な不安混乱の中でも自分なりの生活を継続しようとすることを応援できる。

○介護している人が孤独にならないように、声をかける。不安な気持ちや、辛い気持ちを受けとめる。

◎地域での生活の場面

○商店街や店舗、駅などに、認知症の人や家族に対して、小さな気配りをできる人がいる。

○まちで困っている認知症(かもしれない)の人に地域の人が声をかけたり、さりげなく見守ってくれている。認知症の方が道に迷ったり行方不明になったときの連絡先等が用意されている。



☆行方不明になったときには、まず警察、役場、消防どこでもよいから連絡をしてください。(顔写真、特徴が分かるとなお良い)

○認知症になることは不幸なことと思われています。確かに残念なことですが、不幸なことではありません。認知症になったとしても、その人が出来るだけ前と変わらぬ生活を送れるようにするため、私たち一人一人が認知症についての正しい理解と認識を深め、地域の人や行政、専門職が一体となって、認知症の人やその家族をサポートできる仕組みやネットワークを作っていく必要があります。

○地域で支えていくためには、認知症について正しく理解し、サポートすることが必

要です。まちの誰もが、サポートできるように「認知症サポーター」になりましょう。認知症サポーター養成講座が10月にあります。詳細は10月号広報でお知らせします。

自分のため、家族のため、そしてみんなのために知っておきたい内容です。是非参加してください。

○すでに地域で支える活動をしている町があります。

ぼけても共に生きられるまちづくりセミナーPart IIの中で、北斗市認知症キャラバン・メイトネットワーク会員の方をお呼びし活動の紹介をして頂きます。ぜひ聞いて参考にしましょう。

○町では、徘徊により行方不明になる心配のある方の情報を事前に収集し、行方不明になった場合に迅速に対応するように、役場内にふれあいネットワークを設置しました。心配な方がおりましたら、ご相談ください。連絡先

地域包括センター
(☎2・2453)

ぼけても共に生きられる まちづくりセミナーPart II

認知症の人(および家族)が安心して住み慣れた地域で生活を続けていけるために、地域全体が認知症を正しく理解し、認知症の人を地域で支えるまちづくりについてのセミナーを開催いたしますので、お誘い合わせのうえ、出席をお願いいたします。

- ◎日時 9月27日(木) 13時30分から15時30分
- ◎場所 役場2階 会議室
- ◎内容 実践報告「認知症の人を地域で支える」～北斗市認知症サポート活動の紹介～
- ◎講師 北斗市認知症キャラバン・メイトネットワーク会員

◎ワークショップ
「地域で自分ならどんなサポートができるか考える」

申し込みはいりません。当日直接会場においでください。



顔なじみが安心感を生みます
お年寄り、介護してくれる人に親近感を持っていると、安心して落ち着いた生活を送ることができます。家族以外の人には「顔なじみ」になることが大切です。

区分	事業名	実施月日	受付時間
母親と乳幼児	9月		
	ポリオ予防接種	4日(火)	13:00~13:30
	3種混合予防接種	7日(金)	13:00~13:30
	乳幼児健康診査 乳幼児健康相談 BCG予防接種	25日(火)	13:00~13:30
	10月		
成人	3種混合予防接種	2日(火)	13:00~13:30
	すくすく教室	3日(水)	10:00~11:30
	9月		
成人	体力測定	12日(水) 14日(金)	10:00~11:30 13:00~15:30
	はつらつ教室	18日(火)	13:00~15:30

すくすく教室・のびのび広場に集まれ~!

育児の不安やストレス、1人で悩んでいませんか?

子育て中は、子どもの成長に喜びもいっぱいですが、でも反面、「こんな時どうしよう…?みんなどうしているの?」と、とまどうこともいっぱい…。

そんな子育ての楽しさや心配なことなど、たまには外に出て、お母さんどうして情報交換してみませんか!

今回は、子育て支援センターを会場に実施します。会場には、お子さんが楽しく遊べるスペースがあります。

また、妊婦さんも先輩お母さんの話を聞いたり、赤ちゃんとおふれあう機会として一緒に楽しみましょう!

申し込みはいりませんので、当日会場へ直接おいでください。

- ◎日時 10月3日(水) 10:00~11:30
- ◎会場 子育て支援センター(さかえ保育所内)
- ◎対象 生後6か月からの子どもを持つ親
妊婦さんも歓迎!

乳がん・骨粗しょう症検診を受けましょう

◎日時 平成19年9月4日から平成20年3月25日までの毎週火曜日
14:30~15:00(定員:1日3人まで)

◎場所 長万部町立病院 外科外来

◎対象 40歳以上の町民の方(女性)

※現在、経過観察中や治療中の方は対象になりません

◎料金

- 乳がん検診
- ・40歳代の方 1,600円(2方向からの撮影)
- ・50歳以上の方 1,500円(1方向からの撮影)

※年代により撮影方法が異なるため、料金に差があります(乳腺密度の違い)

骨粗しょう症検診 200円

※両検診とも生活保護の方は無料です

◎申し込み

現在、電話・窓口で随時受付しております。必ず希望日の3日前までにお申し込み下さい。

乳がん検診は2年に1回の受診を

2年に1度で、毎年受診したのとほぼ同様の有効性が示されています。ただし、受診後でも新たにしこりに触れた場合には、速やかに医療機関を受診して下さい。

【申込・問い合わせ先】

町民課健康福祉グループ(☎2-2453 内線113)