



地域包括支援センターだより ～ ちいきのわ新聞 第89号 ～

☎ 地域包括支援センター ☎27-1158

9月は世界アルツハイマー月間

1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、さまざまな取り組みを行っています。

アルツハイマー病等に関する認識を高め、世界の患者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。神戸町では、認知症とともに誰もが安心して暮らし続けることのできる地域づくりを目指して、さまざまな取り組みを行っています。

認知症は誰にでも起こりえる病気です。
周囲の人の理解と支援が大切です！



図書館とのコラボ企画

町立図書館に認知症の理解を深める図書の特集コーナーを設置しています。期間：～9月26日(木)まで

認知症サポーター養成講座を開催します♪

- 日時 9月20日(金) 13:30～15:00
場所 神戸町立図書館
申込 電話または役場窓口(⑤)でお申込みください。
講座内容 ●認知症を理解する
●認知症の人への望ましい対応
●認知症や介護についての相談窓口
●認知症サポーターとしてできること

【認知症サポーターとは…】

「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る「応援者」です。ぜひ「認知症サポーター」になってみませんか？

今月の『通いの場』

お気軽に参加ください♪ ※ローズカフェ、活きサボくらぶIIにおいては介護に関する相談をお受けします♪

ローズカフェ	てらカフェ	つなぐかふえ	カフェひだまり
日時 9月26日(木) 13:30～15:00 場所 ばらの里 運動室 (入館料不要、喫茶代100円) ☎27-7774	日時 9月25日(水) 9:30～11:30 場所 正覚寺 (北一色674-2) (参加費 100円) ☎27-2446	日時 9月28日(土) 9:30～11:00 場所 図書館 多目的ホール (北一色821-1) (参加費 100円) ☎27-1130	日時 9月6日(金) 10月4日(金) 13:30～14:30 場所 中央公民館 学習室2 (参加費 100円) ☎090-4086-8345
太陽さろん	内容 防災について考える	(社会福祉法人善心会 浅野)	(男性介護ネットひだまり 若山)
グラシアスカフェ	おれんじカフェ	かあさCafe	
日時 9月7日(土) 11:30～13:30 10月5日(土) 11:30～13:30 場所 太陽キューヴ (文六道173-1) (参加費 500円) ※事前予約が必要です。 ☎090-1748-2787 (宮川)	日時 9月7日(土) 10月5日(土) 9:30～11:00 場所 いろいろ (神戸204-5) (喫茶代 100円) ☎51-4847	日時 9月18日(水) 13:30～15:00 場所 神戸町社会福祉協議会 (デイサービスセンター内) (八条258-2) (参加費 100円) ☎28-0223	日時 9月15日(日) 9:00～12:00 場所 神戸178-1 (参加費 200円) ☎090-9180-0247 (馬淵) ※健康麻雀始めました
活きサボくらぶ II	気軽に通える介護予防教室として、社会福祉協議会の運営で行われています。		
日時 9月5日(木)、12日(木)、19日(木)、10月3日(木) 13:30～15:00 場所 ばらの里 運動室 (※別途入館料が必要です) ☎27-7774			



フレイルチェックを受けましょう！！

年齢を重ね、心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながり等）が低下した状態を「フレイル」と言います。フレイルの兆候を早期に知るために、年に数回フレイルチェック会を行っています。簡単な質問の自己チェックや機器を使って測定をします。ぜひ、参加しましょう！！

日 時 9月25日（水）13：30～15：30
場 所 中央公民館 3階 大会議室
対 象 者 おおむね65歳以上の方
持 ち 物 水分補給の飲料
※素足で測定する機器がありますので、
ストッキング着用は避けてください。
参 加 費 無料
申込方法 9月18日（水）までに
地域包括支援センターへお申込みください。



▼フレイルチェックプログラム

所要時間	内 容
10分	導入
15分	簡易チェック 1. 指輪っかテスト、イレブンチェック 2. 噛む力（咬筋触診）
25分	深掘りチェック[質問票] 1. お口の元気度 2. 人とのつながり 3. 組織参加 4. 支え合い
45分	深掘りチェック[測定] 1. お口の元気度 2. 片足立ち上がりリテスト 3. ふくらはぎ周囲長 4. 握力 5. 手足の筋肉量
20分	結果の説明



シルバーリハビリ体操指導士養成講座 受講生募集！

シルバーリハビリ体操は、道具を使わず、いつでも、どこでも、ひとりでも行うことができる介護予防体操です。通いの場で、気軽に体操を地域の方に伝える「体操指導士」の養成講座を開催します。この講座を修了し、指導士として地域でシルバーリハビリ体操の普及活動をしていただける方を募集します。

日 程 10月15日、22日、29日
<火曜日> 11月 5日、12日、19日、26日（予備日）
12月 3日、10日、17日（予備日）
1月 7日
時 間 13：30～16：40頃
場 所 役場南庁舎 3階大会議室 または 保健センター
定 員 15名
講 師 岐阜県理学療法士会 理学療法士
参 加 費 無料
持 ち 物 筆記用具、お茶、タオル、ヨガマット（お持ちの方）
※動きやすい服装で受講ください
対 象 者 神戸町在住で全ての日程に受講できる方
※やむを得ず受講できない場合の予備日を設けておりますのでご相談ください。
申込期限 9月25日（水）

