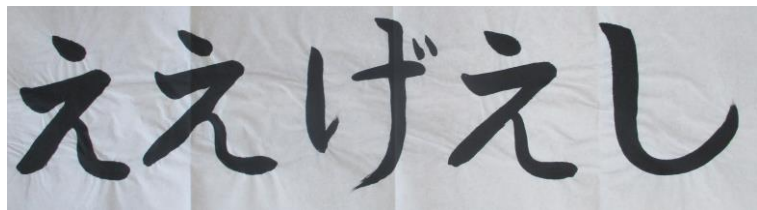


地域包括支援センターだより



「ええげえし」＝「相返し」秩父地域の方言で「助け合う・支え合う」ことを意味します。

第29号（年4回発行）

H30. 12. 1発行

《編集発行》

皆野町地域包括支援センター

皆野町大字大淵103-1

長生荘内

電話 63-1122

題字：三沢小5年 大瀨 歩南未 さん

## 仲間で！ご近所で！体操して健康でいよう！！

昨年度から養成している「介護予防サポーター」の皆さん。1期・2期合わせて44名となりました。各地区での活動も、少しずつ広がりを見せています。介護予防サポーターと一緒に、楽しく体操！自分の健康は自分の手で、いつまでも元気に100歳体操！はじめましょう。

実施団体：国神長生クラブ・日野沢婦人会



今年、秩父音頭に参加しました！

体験団体：第三長生クラブ（腰区）・下原区・原区・金沢区



各地区の体験には、包括もお手伝いします！ぜひお声かけください。

みんなのみんなの

認知症になっても安心して暮らし続ける町に

## 認知症サポーターステップアップ講座を開催しました

11月19日（月）、認知症サポーターステップアップ講座を開催しました。認知症について知識を高めるとともに、どんな言葉かけをしたらよいか、実際に「認知症役」の人へ声かけ体験を行いました。

秩父警察署生活安全課秋山係長から、声をかけるポイントや警察への通報のタイミング、振り込め詐欺の予防などを講義していただきました。（秩父署管内の今年度被害額：8件、約2,000万円）

み～な公園に移動して、悠う湯ホームのケアマネジャーが、認知症役となって、グループに分かれて実際に声をかける体験をしました。具体的に認知症の学習ができました。



## つどいの掲示板

下大浜地区の寄り合い集まり会

### いってんべえ〜、あつまんべえ〜

日時：12月17日（月）午前10時から

場所：大浜ケアセンター

内容：体操（注意力を高めるトレーニングなど）

認知症予防ゲームや、転倒予防体操

毎回、工夫をこらしてお待ちしています。



ゆずきんとん作ってみました

**問い合わせ 大浜ケアセンター 野巻 電話 63-1550**

介護する方の体と心の健康のために

### 介護者のつどい

経験者同士、いろいろな話をしながらリフレッシュしませんか。

日時：12月11日（火）

午前11時30分から午後2時

場所：養浩亭（長瀨町）

対象者：介護をしているかた

内容：長瀨町「介護者家族のつどい」との交流会（食事会）

参加費：2000円程度



**問い合わせ 地域包括支援センター 電話 63-1122**

皆野病院 認知症オレンジカフェ

### 第7回 生きいきカフェ みんなの

認知症の方もそうでない方も、気軽に立ち寄れる生きいきカフェが好評です。お茶飲み、おしゃべりをしながら楽しい時間を過ごせます。ぜひお出かけください。

日時：12月8日（土）

13時30分～15時

場所：皆野病院1階フロア

内容：認知症の話、体操、

医療や介護相談の受け付け

おいしいお茶やコーヒー・ココアもあります

当日ご自由に  
参加ください



**問い合わせ 皆野病院 居宅介護支援室 電話 62-6300**

## 地域包括支援センターはこんな仕事をしています

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんが住み慣れたところで、安心して自立した生活が続けられるようにお手伝いします。

介護保険サービスの利用方法、介護予防、認知症相談、医療・保健・福祉相談、虐待・消費者相談、そのほか生活に関する不安や悩みなどいろいろな相談に応じます。気軽にお電話・ご来所ください。

## 高齢者のよろず相談室

## 皆野町地域包括支援センター

皆野高校や国神小学校の下にある「長生荘」という平屋の建物の中ですよ。

電 話 63-1122

### 【編集後記】

「約700人」何の数字でしょう？ 答えは、何らかの認知症状を有する市民の推計値です。全人口の約7%。厚労省が示す推計値である700万人から、人口比率で割り出しました。介護保険による要介護・要支援認定者640人のうち、552人は何らかの認知症状を有する人なので、要介護・要支援認定申請していない人を考えるとオーバーな数ではないでしょう。

認知症は、脳の病気ですから、服薬や環境を整えることで症状を緩和できます。認知症で大切なのは、周りの人の「心」です。「認知症」という言葉だけが、ひとり歩きして、「認知症の人＝何もできない人」というような偏見につながることで。ぜひ、人に目を向けなくて、症状に目を向けてほしいと願います。

病気なので予防も大切です。もっと大切なのは、「認知症？それがどうした！」と言えるような地域づくりです。本人や家族を決して孤立させない、日頃の何げないあいさつが大切です。近所で声を掛け合って、やさしく、あたたかい町を作っていきましょう。

PS 来年もよろしくお願ひします。良いお年を・・・

所長（社会福祉士） 新井 康弘