

おねんじかわら版

2022年2月
Vol.2

大野城市の認知症サポーターの輪が広がっています

令和3年度、7か所の会場で132名の方が認知症サポーター養成講座を受講されました。
認知症予防体操を交えた1時間30分、皆さん熱心に耳を傾けられ、認知症についての知識や、当事者との接し方を学ばれ、認知症サポーターの一員となっていました。



■大池公民館にて



■まどかぴあ職員向け

大野城市
認知症サポーター
3923人!
R4.2月時点

初の
こころみ

ランドセルクラブとオンラインで“認サポ講座”

2月4日、大城小学校ランドセルクラブとオンラインで結び、18名のお友達が認サポ講座を受講しました。受講後の感想の一部をご紹介します。

- 認知症の話聞いて接し方が分かったので認知症の人に話すことが出来ると感じました
- 認知症の人がいても怒らず優しい声掛けをしたいと思います
- 認知症はさっきあったことを忘れてしまうから少し怖いと思いました

初めて聞く内容に驚かれたり納得したり、真剣に受講されてました。今後も、たくさんのお友達にサポーターになってもらえるよう、活動していきます。



世界アルツハイマーデー啓発活動

ご存知でしたか？
9月21日は世界アルツハイマーデー。
昨年9月21日、市役所にて来館者の皆さんに認知症への正しい理解を呼びかけるリーフレットを配布しました。



ふるさ オレンジカフェ 開催中!

開催日：令和 **4** 年 **3** 月 **22** 日 (火)
4 月 **11** 日 (月)
5 月 **9** 日 (月)

時間：**14:00~16:00**

場所：大野城市曙町3-8-3
大野城心のふるさと館1階ここふるショップ

※新型コロナウイルス感染症対策のため、

参加人数を**先着10名様**とさせていただきます。

参加費
100円
(ドリンク1杯付)



こころを軽く♪
ふらっ~と参加♪
笑顔あふれる集いの場

皆さまのご参加をお待ちしています!!



ヒートショックにご注意



寒い冬、急激な温度変化で血圧が変動し、失神や不整脈を起こしやすくなります。特に入浴中に起こることが多いため、入浴時に以下の注意が必要です。

①脱衣所や浴室を暖める ②お湯の温度は41℃以下 ③急に立ち上がらない ④食後・飲酒後・服薬直後は入浴しない、ちょっとした心がけが予防につながります。ぜひ意識してみてください。

編集後記

立春を過ぎ、本格的な春の到来が待ち遠しい季節になりました。しかし世の中は依然としてコロナ禍が覆いかぶさり、不安な日々が続いているのではないのでしょうか。

2月と言えばバレンタインディ、限定品のチョコレートに目を輝かせる女性も多いことと思います。また最近ではチョコレート摂取により動脈硬化や認知機能の改善についての報告もあり、健康効果が着目されています。甘いチョコで気分転換、いかがですか？

㊦



発行元・問い合わせ先

大野城市すこやか長寿課 基幹型地域包括支援センター
TEL：092-501-2306 担当：中園、内田

地域包括支援センターでは、高齢者の総合相談や介護（予防）に関する支援を行っています。お気軽にご相談ください。