



健康・福祉・介護のひろば

今月のテーマ：認知症の人を地域で支えよう

問合せ 健康福祉課 ☎66・3111 健康担当134・135 福祉担当124・128 介護保険担当133 地域包括支援センター132

住み慣れた町で安心して暮らすために・・・

今、日本は超高齢化社会を迎えようとしています。年をとることは大変すばらしいことですが、年をとったときの大きな不安のひとつに「認知症」という病気があります。「住み慣れたまちで安心して暮らしたい。」誰もがそう願うように、認知症の人と家族の思いも同じです。そんな暮らしを実現するには、地域の人たちの理解と手助けが必要です。

認知症の人の気持

認知症の人は、自分が何かおかしくなっていることは理解していて、その状況をもどかしく、不安に感じています。周囲の人たちは、そのような気持ちに寄り添う姿勢が大切です。

認知症の人と接するときのポイント

① 笑顔で接しましょう

認知症が進んでも、相手の表情は分かります。笑顔で接して、安心してもらいましょう。

② 本人のペースにあわせましょう

行動や、考えることがゆっくりになります。話すときはゆっくり1つずつ話しかけてください。

③ 自尊心（プライド）を傷つけないようにしましょう

うまくできないことを叱ったり、馬鹿にしたりすると、落ち込んだり怒ったりしてしまい、認知症の進行を早めることにもつながります。人生の先輩として、敬う気持ちで接しましょう。

徘徊している人を見かけたら…

高齢者の方が不自然な様子で歩いたら、徘徊の可能性があります。発見の遅れが命取りになることもありますので、勇気を持って声をかけましょう。ゆっくり近づき自然な挨拶から声をかけ、事情をたずねてください。徘徊が疑われる場合、ご家族もしくは警察に連絡を取りましょう。

【認知症サポーター養成講座】

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して、認知症サポーター養成講座を行います。認知症について正しい理解を持ち、認知症の人やその家族を温かく、見守っていただくための講座です。参加希望の方は11月6日(木)までに下記担当までお申し込みください。

日時 11月11日(火) 午前10時00分～正午
場所 長瀬町高齢者障がい者いきいきセンター(いきいき館)
内容 認知症の基礎知識、認知症の家族の方の体験談など。

申込み・問合せ 健康福祉課地域包括支援センター
☎66・3111 内線132

更生相談

身体障害者の更生援護に必要な専門的な知識・技術についての相談及び指導を実施しています。補装具の処方及び適合判定、施設入所の判定、その他医療相談を無料で受けることができます。

・手足・体の障害の相談

11月25日(火)
埼玉県秩父福祉事務所

・聴覚の障害の相談

11月27日(木)
埼玉県熊谷児童相談所
予約制ですので、早めに健康福祉課へご連絡ください。

摂食障害者によるグループミーティング

「食べ物を拒む」「やめたいと思っても食べ続けてしまう」「食べ物を吐き出してしまう」拒食症・過食症でお困りの方参加してみませんか！

つらい状況を変えていきたいと思う当事者の方が、同じ悩みや問題を抱えた人たちと、安心して話し合える場所です。ほっとして、回復のヒントを見つけてみませんか？10月20日(月)までに、お申し込みください。

日時 10月28日(火) 午前10時～正午
場所 秩父保健所 談話室
対象 摂食障害のご本人
定員 10人(先着順)
内容 摂食障害者によるグループミーティング
費用 無料



申込み・問合せ 秩父保健所予防推進担当 ☎22・3824