

オレンジカフェ



## オータムコンサート



日時 11月12日(木) 12時30分～14時30分

場所 森のハナ(長瀬町大字長瀬224番地)

内容 12時30分～13時30分 会食  
13時30分～14時30分 コンサート

出演 シュールベルクドレミ会



豊田 卓央氏・豊田 麻理奈氏

参加費 500円(温かい薬膳がゆと飲み物代)

その他 送迎希望の方は、申込時にご相談ください。なるべくご自身か乗り合わせでの参加にご協力お願いします。

申込み 10月9日(金)から30日(金)までに地域包括支援センターへ(先着50人) 電話66-3111 内線143

### ＜講師プロフィール＞

○豊田 卓央氏(歌・ドラム)

東邦音楽大学卒

元ディズニーパフォーマー

ドラム打楽器奏者

○豊田 麻理奈氏(歌・ピアノ)

東京藝術大学卒

ヴォーカリスト・ミュージカル

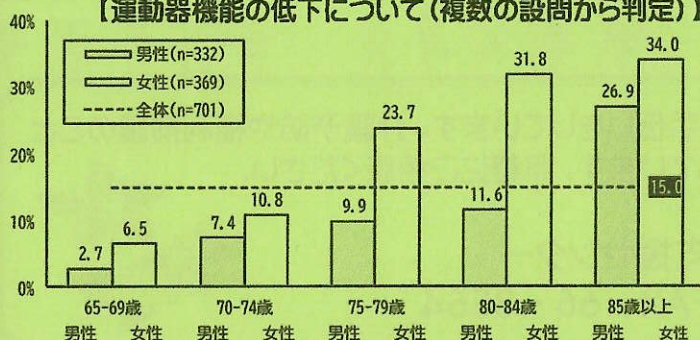
俳優

新小鹿野小学校校歌作曲

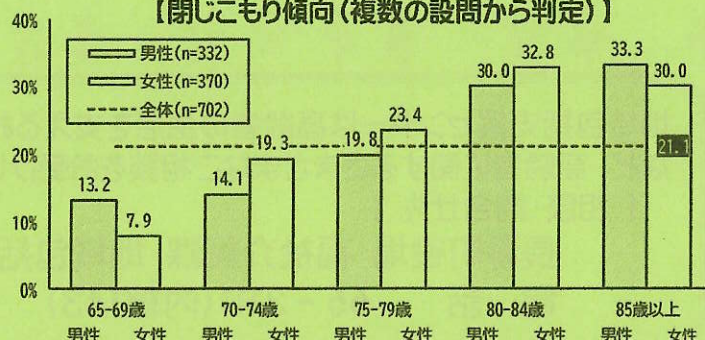
### 【介護予防・日常生活圏域ニーズ調査(令和7年度実施)「運動機能編」】

令和7年に高齢者の生活状況やサービスニーズ等を把握し、要介護状態になるリスクの発生状況や地域の抱える課題を分析するために実施。65歳以上の一般高齢者、総合事業対象者、要支援認定を受けている方のうち1,000人に対して無作為抽出法により郵送にて調査しました(有効回収率:71.0%)。今回は調査項目から特に運動機能と閉じこもりについての結果を紹介します。年齢を重ねるにつれ、運動機能が低下し、閉じこもりがちな生活になることが調査の結果から分かります。別の設問によると、外出を控えている理由の1位は足腰の痛み(51%)となっています。若いうちから食事に気をつけ、筋力トレーニングに励み、貯筋することが大切です。

【運動器機能の低下について(複数の設問から判定)】



【閉じこもり傾向(複数の設問から判定)】



## 本人ミーティングを行いました



「本人ミーティング」とは、認知症と診断された方、診断は受けていないけれど忘れっぽさが気になっている方のつどいです。

そこでお聞きしたご本人の思いをシリーズでご紹介していきます。認知症の方、忘れっぽくなってきた方の理解へつなげていただければ幸いです。

### <趣味・特技など>

○読書 ○旅行 ○家庭菜園 ○ペットの世話 ○編み物

★認知症という診断がついても、何かが急に変わるわけではありません。  
その方らしく、好きなことをできる範囲で、続けて楽しんでいます。

### <忘れっぽくなって困っていること・心配なこと>

○家の中で物を無くすことが増えた。眼鏡がトイレの棚にあたりする。

○50代に行った旅行の思い出を家族と話していたが、全く思い出せない。「○○？どこだっけ？」となる。なんとかならないものか？

○思い出そうと地図で確認しても、記憶が一致しないことがある。

○頭が悪いから認知症になるのか？

○認知症の知人で夜一人歩きをし交通事故で亡くなった方がいる。自分もそうなるのか。

○認知症って治るのか？

○このまま死ぬか……。何のために生きてきたかわからない。

○長く話されると、何を言われたか分からなくなる。

○コマーシャルで『認知症に効く』などの文句をよくみる。本当か？と思う。正確な情報が知りたい。

★記憶が曖昧になることや今後どうなっていくのかの不安、また、他の人も同じように感じていることへの共感などの意見がありました。  
忘れっぽくなることで、一番不安に感じ、戸惑っているのはご本人です。  
まわりの人はその方の気持ちを考えながら接していけるといいですね。

○次回は、「まわりの人の対応でうれしかったこと」をテーマにお伝えします

### ○本人ミーティングの予定

日時：11月26日（木）10時から11時30分 場所：ひのくち館  
参加希望の方は、長瀬町地域包括支援センターへご連絡ください。

次回は認知症疾患  
医療センターの  
公認心理師も参加

地域包括支援センターは高齢者の生活を支えるお手伝いをしています。介護予防や権利擁護のことなど、高齢者に関するさまざまなご相談をお受けしています。気軽にご相談ください。

〔相談・問合せ先〕

長瀬町役場 福祉介護課 地域包括支援センター

電話 66-3111(内線143) FAX 66-3564

