

支えあいの輪を広げましょう

『認知症サポーター養成講座』 受講者募集！

認知症とは…

認知症は、脳の細胞が壊れたり、機能が低下したりすることで認知機能が衰え、日常生活に支障をきたす状態を指します。誰もがなる可能性があり、特に高齢者に多く見られる病気です。主な症状には、記憶障害や理解力・判断力の低下があります。

認知症サポーターとは…

サポーターは「なにか特別なこと」をする人ではありません。認知症を理解した、認知症の人への「応援者であり、共に歩む人」です。講座では、まず認知症を正しく理解すること、また認知症を抱える人への対応の仕方などを学習し、サポーターとして地域などで何ができるかを考えます。

「以前講座を受けたけれど、もう一度受講したい」というかたも、ぜひご参加ください。

受講者には、支援の目印「オレンジリング」と「サポーター証」を配布します！

- 日 時 2月26日(水) 午前10時～11時30分
- 場 所 美里町役場 201会議室
- 内 容 認知症を正しく理解し、地域で応援するための基礎学習
- 定 員 20名（定員になり次第締切）
- 講 師 キャラバン・メイト（認知症キャラバンメイト研修修了者）
- 費 用 無料
- 申込期限 2月20日(木)まで



申込み・問合せ＝地域包括支援センター（介護福祉課内） ☎76-1325

介護予防講座・実践会を開催します

「最近、つまずきやすくなった」「足が思うようにあがらない」など悩みを抱えているかた、いつまでも健康に過ごしたいかた、健康である期間を延ばす方法を一緒に学び実践しませんか。

今回は、講師に作業療法士の先生をお迎えし、“みんなで健康寿命を延ばそうよ ～作業療法士の視点からみた体操や認知症予防の脳トレを盛り込んだ体の鍛え方、転倒予防～”について学びます。

性別を問わず楽しめるプログラムです。皆様のご参加をお待ちしています。

- 対 象 者 おおむね65歳以上のかた
- 日 時 2月5日(水) 午前10時～11時30分
- 場 所 美里町防災倉庫会議室
- 定 員 16名（定員になり次第締切）
- 講 師 作業療法士
- 持 ち 物 運動しやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具
- 申込開始 1月6日(月) 午前9時～（受付時間は午前9時～午後5時まで）



申込み・問合せ＝地域包括支援センター（介護福祉課内） ☎76-1325

町内小学校で認知症サポーター養成講座を開催しました！

認知症への正しい知識と理解を持ってもらうため、地域包括支援センターの職員が講師となり、東児玉小の4年生と6年生、大沢小の4年生に対し認知症サポーター養成講座を開催しました。

講義の他に寸劇や脳トレを交えながら認知症とは何か、どのような症状なのか、接し方のポイントについて学んでいただきました。

受講した児童からは、「認知症の人がいたら優しくゆっくり話してあげたい」、「もっと認知症のことが知りたい」、「認知症の家族がいるので力になりたいと思った」などの感想をいただきました。

この講座が地域の一員として自分にできることを考えるきっかけになれば幸いです。

地域包括支援センターでは、2月に町民向けの認知症サポーター養成講座を開催予定です。詳しくは11ページをご覧ください。

美里町に一人でも多くの認知症サポーターが誕生するように、皆さんの参加をお待ちしております。



問合せ＝地域包括支援センター（介護福祉課内） ☎76-1325

水道管の凍結にご注意ください！

寒さが厳しい日が続くと水道が凍結しやすくなります。屋外、北側で日が当たらない場所、風当たりの強いところ、むき出しになっている水道管などは特に注意が必要です。

【凍結を防ぐ方法】

①水道管を保温する

むき出しになっている水道管は、保温材などですき間なく巻き、保温してください。

メーターボックス内に毛布や発泡スチロールを置いてください。

②夜間に蛇口を少しだけ開けておく

水がたえず流れることで凍りにくくなります。流した水はためておいて、洗濯などで再利用しましょう。

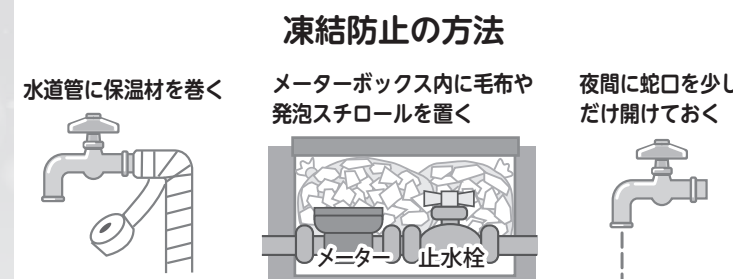
出す水の量はごく少量で構いません。

【水道管が凍結してしまったときは】

蛇口にタオルや布などをあてて、その上からぬるま湯をゆっくりかけてください。

※熱湯をかけると、水道管や蛇口を破損するおそれがあります。

寒さから水道管を守りましょう



問合せ＝上下水道課 業務係 ☎76-1118