

阿南北部第2高齢者お世話センターだより



朝夕は少し過ごしやすくなりましたが、日中はまだまだ暑い日が続きますね。9月17日(月)は敬老の日です。いつも皆さまにはお世話になっております。

高齢者お世話センターでは、高齢者の方が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、住まい、医療、介護、介護予防、生活支援が一体的に提供されるよう取り組んでまいります。

平成30年9月1日発行 No.6
阿南北部第2高齢者お世話センター
(地域包括支援センター)阿南市委託事業
阿南市羽ノ浦町中庄大知淵8-1
ケアハウス健祥会アンダルシア内
電話 0884-44-6836
ファクシミリ 0884-21-8577

管理者・主任介護支援専門員	仁木 康統
社会福祉士	川島 颯記
看護師	鶴羽 恵
介護支援専門員	朝田久美子
〃	島村 真紀

7/21(土)「はじめよう！ムセ・肺炎予防」

羽ノ浦公民館にて、小松島病院の言語聴覚士 中村吉伸先生をお招きし介護予防教室を開催しました。口の機能が低下すると健康にどのような影響がでるのか学びました。

口の機能が低下することにより、食事が十分にとれなくなるなど健康に大きな影響を及ぼす可能性があります。さらに、食べ物が気管に入ってしまうことよって、肺炎を起こすきっかけとなります。噛む力、飲み込む力の維持・向上を目指しましょう。



7/24(火) 出前講座「スポーツ吹矢」

羽ノ浦公民館那東分館にて、井戸雅照先生のご指導により「スポーツ吹矢」を体験しました。

「スポーツ吹矢」は子供から高齢者までが参加できるスポーツで、腹式呼吸による深くゆっくりとした呼吸を行うことから健康維持、認知症予防にも良い効果があるとされています。

皆さん初めての体験でしたが、「思っているより簡単に矢を飛ばすことができた」と多くの方が的まで矢を吹くことができていました。



8/3(金)「高齢者運転について考える」

ケアハウス健祥会アンダルシアにて、徳島県警察本部運転免許課 坂口文彦先生にお越しいただき、高齢者の自動車運転についてお話しいただきました。

近年、高齢者ドライバーによる交通事故がニュースなどで取り上げられ、県内においても事故が増加しているのが現状です。運転免許を返納をされた方は、バスの運賃割引などのサービスがあるようです。



8/5(日) 隣隣トレイン茶論

羽ノ浦集会所にて毎月第2日曜日 朝10時から行われています。いきいき100歳体操やレクリエーションなどをされています。

9月は講師先生をお招きし、防災研修「エコノミ一症候群の予防」を開催するそうです。



阿南北部第2高齢者お世話センター ☎ 44-6836

オレンジ通信

7/31 (火) 「認知症サポーター集まれ」

ケアハウス健祥会アンダルシアにて、「認知症サポーター」の皆さんにご参加いただき、養成講座を受けてから生活の中で認知症の方との関わりにどのような変化があったかを伺いました。



「心が優しくなった。スーパーマーケットで、困っている人に声掛けして、喜んでもらえた。」

「暑い日に上着を何枚も着ている人を見かけ、声をかけたらその人は自分の名前が言えなかった。家族が来てくれたので、事なきを得た。認知症を知っていたから対応できた。」

その中で、サポーターとして認知症支援の輪を広げるような活動に携われないかという意見がありました。「介護フェスタのようなイベントにて、ボランティアスタッフとして携われるのではないか」といった心強い意見もいただきました。今後は、さらにサポーターの皆様と力を合わせて認知症支援を進めていきたいと思っております！

8/4 (土) 認知症サポーター養成講座

羽ノ浦町老人福祉センターにて、認知症サポーター養成講座を開催いたしました。新たに9人のサポーターが誕生し、認知症についての理解者が増え、温かい見守りの輪が広がりました。



～お知らせ～

認知症 VR 体験会

認知症についての理解を深めるために、VR（バーチャルリアリティ）機器による疑似体験をしてみませんか。

VR（バーチャルリアリティ）機器は、特殊なゴーグルを装着して、360度・全方位の映像が見ることができます。ゴーグルを装着して右を向けば映像も連動して、右手に広がる映像を見ることができ、認知症の方がどのように見えているのか疑似体験できます。この機会に認知症への理解をより深めてください。

日時：10月25日（木）～10月27日（土）

午後13時00分～17時00分

場所：ケアハウス健祥会アンダルシア 3階 研修室

参加費：無料（※要申し込み 各日 先着30名）

申し込み・問い合わせは、阿南北部第2高齢者お世話センターまで

「徳島県認知症対策普及・啓発推進月間」

徳島県では、世界アルツハイマーデーである9月21日から、10月20日までの期間を強化月間として、県内各地でいろいろな認知症対策行事を集中的に行われるようです。

住み慣れた地域で誰もが暮らしていける、そんな地域を目指して、お世話センターもより一層活動を進めていきます。

お世話センターでは、「認知症サポーター養成講座」に講師を派遣しています。

企業、団体やサロン等において養成講座開催を検討されている方は、是非お世話センターまでご連絡下さい。



阿南北部第2高齢者お世話センター ☎ 44-6836