

お お す み だ よ り

第20号 令和6年9月1日 発行

報告 認知症サポーター養成講座を開催しました



(岡崎地区での様子)



(城島地区での様子)

岡崎、城島両地区で、「認知症サポーター養成講座」を開催しました。

岡崎地区では、6月15日(土)岡崎公民館にて行いました。認知症とはどんな病気で、どういう症状がでて、どのように対応したらよいかなど、動画やゲームをしながら行いました。

次に城島地区では、7月6日(土)城島公民館にて行いました。日頃から認知症の方と接していらっしゃる方が多く、「イライラせず、笑顔で話しかける事が大切と学んだ。」「認知症への理解が深まった。」との感想を頂きました。

そしてさらに7月13日(土)には、岡崎の「認知症サポーター養成講座」修了者の希望者を対象に、岡崎福祉村鈴の里にて、「チームオレンジメンバー研修」を行いました。

これは、認知症についてさらに知識を深めるもので、認知症の基本についてのふり返りの他、認知症の方やご家族の気持ちについて理解を深め、実際の地域での活動を知り、地域でどのようなことができるか考えてみました。認知症の方やご家族に寄り添い見守りながら、暮らしやすい優しい地域づくりを目指していきたいと思えます。



お問い合わせ、お申込み(月～金 午前8時30分～午後5時15分)

平塚市高齢者よろず相談センター おおすみ
岡崎 6 1 3 0 電話 : 5 1 - 6 4 3 3



9月1日は防災の日

8月には震度4の大きな揺れや、台風の被害が大きく、驚いた方も多かったのではないのでしょうか。この機会に防災の備えを見直しましょう。

1. 家の中を安全に！揺れによる家具の転倒や落下物による怪我を防ぎましょう。

- ・大きな家具は固定しましょう。(天井の突っ張り棒や耐震マット、観音扉の固定など。)
- ・胸より高い位置にものを積み上げないように注意しましょう。
- ・扉の近くや玄関には家具を置かず、場所を開けておきましょう。



2. 非常持ち出し品と備蓄品を点検、準備しましょう！

- ・非常時に持ち出すものは一人で持てる大きさ、重さで厳選し、リュックサック等、避難時に両手が使える状態にして準備しておきましょう。常用している内服薬やお薬手帳、補聴器の電池や入れ歯の洗浄剤なども忘れずに。
- ・停電や自宅内での避難に備えて、3日分程度の食料や水、携帯トイレにも使える大きなゴミ袋、トイレトーパーなど普段使っているものをため込みすぎない程度に備蓄しておきましょう。



〈主な非常用持ち出し品の例〉	〈主な備蓄品の例〉
水と食料、ラジオ、懐中電灯、乾電池、補聴器、お薬手帳、内服薬(2週間分)、着替え、下着、入れ歯洗浄剤 など	3日分の水と食料、ゴミ袋、トイレトーパー、携帯トイレ、カセットコンロ、毛布、カイロ など

「もの忘れ」気になりませんか



「もの忘れ相談プログラム」は5分程度の短時間で受けられます。

認知症を診断するものではありません。
◎個人情報には留意して秘密は厳守いたします。

- ・事前に予約が必要です。
- ・事務所に来訪して頂くか、ご自宅に伺います。
- ・岡崎、城島福祉村での「おおすみたちより相談室」でも受けられます。
- 岡崎鈴の里: 毎月1回 10時30分～12時
- 城島ふれあいの里: 毎月2回 10時～11時15分 (詳細はお問い合わせください)

お申込み、お問い合わせ

平塚市高齢者よろず相談センター
おおすみ
電話: 51-6433