

ささえりあ北部 だより



第26号(H26.6発行)
編集・発行
熊本市高齢者支援センター
ささえりあ北部
北区西梶尾町450-4
電話:275-6355

こんな症状思い当たりませんか？

- ・しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- ・料理や片づけ、計算、運転などのミスが多くなった
- ・約束の日時や場所を間違える様になった
- ・些細なことで怒りっぽくなった
- ・趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった



♥暮らしの中で認知症の始まりではないかと思われる言動のいくつかです。

♥医学的判断基準ではありませんが、いくつか思いあたるがあれば、早目に右記等へ相談しましょう。

♥早めに症状にあった「治療と介護」を始めれば、進行が緩やかになることがあり認知症とともに穏やかに暮らしていくこともできます

「ひょっとしたら」と思った時の相談先

☆かかりつけ医

(必要があれば専門医を紹介してもらえます)

☆物忘れ外来

- ・みつぐまち診療所 ☎323-6123
- ・よもぎクリニック ☎275-6088
- ・国立病院機構 菊池病院 ☎248-2111

※北部地区や周辺の医療機関を記載しています。上記以外にも専門医療機関がございますので、必要時は当センター等へお問合せ下さい。

☆ささえりあ北部 ☎275-6355 など



川上健康教室で 介護予防！



昨年5月から開催の川上健康教室(熊本市介護予防活動支援事業)も早一年。毎回地域の事業所より講師を派遣して頂き、皆さん楽しく体を動かされています。『自宅でも体操をする様になったよ』等と、参加者の健康意識も高まっている様です。平成25年度は4名が皆勤賞を受賞されました。川上校区の65歳以上の皆様、一緒に健康づくりしませんか？ご参加をお待ちしております！

毎月第1水曜日 10時~川上コミセンにて
参加費：無料
対象：原則として、川上校区在住の65歳以上の方で、ご自身で会場まで来ることができる方

▼シニアエアロビ レッツダンシング！(9/4)



▲心と体の健康づくり(3/5)

※平成25年度は延245名、平均22名が参加されました。

★★我が地域の通所サービス <パート13>★★



川上・北部東・西里には、介護やリハビリが必要になった時の心強いみかた！通所サービス事業所がたくさんあります。※利用には介護認定を受ける必要があります。詳しくは当センターまで

茶話本舗デイサービス梶尾町 梶尾町1132-2 ☎245-7035 定員1日10名

定員10名の小規模型、民家型のデイサービスです。

私たちの事業所では、出来ることが限られています。それの中で、ゆとりを確保し、安心して過ごしていただくことを大切に考えています。利用者様一人ひとりに合わせたサービスを提供し、生活の質を向上させたいと考えています。お越しいただければ幸いです。



熊本市では、市民の皆様が年齢を重ねても住み慣れた地域で、安心して暮らしていける様、見守り体制の構築を目指しています

今年度も引き続き、70歳以上の方々の現況確認を行っております。



- 一昨年度から65歳以上の方々の現況調査を行っております。
- 今年度は70歳以上の方々に伺っています。
- 地域での見守り状況により、伺わない場合もございます。
- 熊本市の委託を受けた、当センター(ささえりあ北部)の職員が、ご自宅を訪問し、お話をお伺いしますのでご協力よろしくお願いいたします。

“介護とくらしのいきいき講座” 開催のお知らせ

講話

『悪質商法について』



- ◆日時：平成26年7月23日(水)
10時～11時半
- ◆講師：①熊本北警察署 生活安全課
②消費者センター 瑞慶山 恵氏
- ◆場所：西里地域コミュニティセンター
- ◆対象者：どなたでも ◆参加費：無料
- ◆申し込み不要です

◆◆今後の予定◆◆

予定	内容	講師	会場
9/19(金) 14時～	在宅医療・看取り	清藤クリニック 医師 清藤 千景氏	北部公民館
10月頃	腰痛・膝関節症	菊南病院 医師 前田 芳郎氏	北部東コミセン
11/21(金) 10時～	生活習慣病	①竜山リハビリテーション病院 医師 上捨石 秀一氏 ②熊本市北区保健子ども課	西里コミセン
2月頃	相続・成年後見制度	今井一洋事務所 司法書士 今井一洋氏	北部公民館