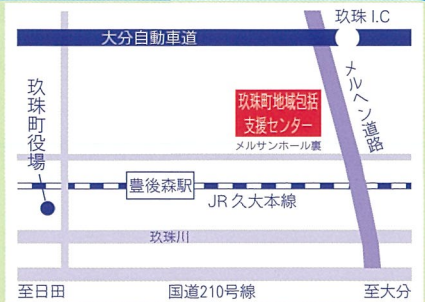


平成30年 1月
発行 第18号

ほうがっセンター便り

〒879-4405 玖珠町地域包括支援センター
大分県玖珠郡玖珠町大字岩室24番地の1 TEL (0973) 72-7154
(老人福祉センター内)



随時受付
しております。

地域版いきいき元気教室

ご案内

食事の時にむせる。

つまずいたり
転びやすくなった。

運動しなくなった。

物忘れをするよう
になった。

こんな症状ありませんか？「年を取ったから～」と諦めていませんか？
加齢による体力や運動機能の低下を防ぐために、「地域版いきいき元気教室」に参加することをお勧めします。

「楽しく運動」「健康になるための食事の学習」「きちんとお口ケア」「認知症の予防」等について学びましょう。

項目	内容
対象者	65歳以上の方が対象です。
運動	自分の体力を知って、無理なく体を動かすことを学んで、効率よく体力が向上するようにします。(自宅で出来る体操をします。月1回体力測定をします。)
栄養	健康な身体を維持し、活動するための食事について学びます。
口腔	噛む力や飲み込む力をつけるための、お口のお手入れやお口の体操を学びます。
認知症予防	楽しく認知症予防に取り組みます。
参加費	無料です。
持ってくるもの	運動靴・タオル・筆記用具・水やお茶(ペットボトルや水筒)などです。 *個人の持ち物には名前を記入してください。
期間	週1回(9時30分～11時30分)、約3ヶ月間の教室です。
会場 (お住まいの 地区の自治会館 で開催します)	・火曜日～玖珠地区～玖珠自治会館 ・水曜日～北山田地区～北山田自治会館 ・木曜日～森地区～森自治会館 ・金曜日～八幡地区～八幡自治会館
送迎	必要に応じて送迎いたしますので、申し込み時に希望をお伝えください。

【問い合わせ先】 ●玖珠町地域包括センター ☎ 72-7154 ●玖珠町社会福祉協議会 ☎ 72-9225

参加してくださった皆さま
ありがとうございました!!

平成29年度 玖珠町声かけ模擬訓練 開催しました

平成29年度玖珠町声かけ模擬訓練が11月19日（日）玖珠自治会館を中心に玖珠町で初めて開催されました。

この訓練は、認知症の人が行方不明になったという設定のもと、地域住民・関係機関が協力し、認知症の人への声かけ等の対応方法を学び、認知症への理解を助け、認知症になっても安心して住み慣れた地域で生活できる地域づくりを目指すものです。

当日の内容としては、行方不明役を、参加者が6～8人の班に分かれ地図をみながら手分けして検索しました。行方不明役の方に声をかけ、本人だと確認できたら、警察（本部：玖珠自治会館）へ連絡をとり、保護に出動してもらいました。

今後も定期的に「声かけ模擬訓練」を行い、玖珠町民の方々に、認知症についての正しい理解や行方不明時の迅速な対応、日ごろの訓練から地域のつながりを深めていただければと考えています。



地図を見ながら、検索先を
相談しているところです。
10班が検索しました。

<参加者の声～アンケートより>

- ・声のかけ方が難しかった。
- ・また参加したいです。

声をかけてく
れた方に
「声をかけてく
れてありがとう
カード」
を渡します。



<訓練後の意見交換会の様子>

警察署・消防署・消防団・班から
など、積極的な意見がでました。



<参加者の声～アンケートより>

- ・笑顔で声をかけたら、笑顔でかえってきた。
- ・町全体で高齢者を見守る事は大事だと思う。

視線を
合わせて
声をかける
ことで、
安心して
会話ができ
ます。



<参加者の声～アンケートより>

- ・どの地区でも定期的に行い、訓練を続けることが大事だと思います。