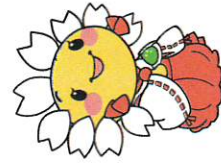


活動再開!

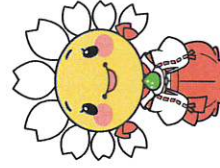
地域活動の再開
支援も継続実施
しています。



「わかがり会」のみなさま



担当：生活支援コーディネーター 佐藤 雅子



これから何かしよ
うかと考えている
皆様、ぜひご連絡
ください。

まぜってみっぺしコーナー

毎月恒例の「認知症サポーター養成講座」です。
コロナ禍ではありますが少人数で開催しています。

コロナ禍であること
が「認知症」のことに
知る良い機会になった
との感想もいただき、
講座を受講した後に、
その他の活動のきつが
けづくりにもつながっ
ているようです。



4月12日開催 参加者のみなさま



4月21日開催 参加者のみなさま

4月21日に参加して
いただいたみなさまは
全員40代の方々です。
若い世代の方の参加
をどうぞしお待ちしております。

脳を老けさせないために

右に挙げたことはほんの一例ですが、脳は
好奇心や前向きな考え方を持つことで働きが
活発になります。また苦手なことに挑戦する
と普段使わない脳の領域が刺激を受けて活性
化します。
「好きなこと」と「少しの負荷」で脳を元気
にしましょう。

【やめた方がいいこと】

- ×イライラする・人の悪口を言う
- ×人の目を気にしすぎる
- ×焦る・慌てる・急ぐ ×運動不足
- ×夜9時以降に食事を摂る

【やった方がいいこと】

- ◎楽しい事・ワクワクする事をする
- ◎一日一回、自分を声に出してほめる
- ◎一日一個、新しい単語を覚える
- ◎全身のストレッチをする
- ◎良質な睡眠をとる

※ここで紹介した内容は「脳の学校代表取締役 医師 加藤俊徳さん」
の記事を参考に構成しました。

5月

《認知症サポーター養成講座》

5月19日 (水) 15:00~16:30

6月16日 (水) 15:00~16:30

6月の予定

《塩竈の昔話と一緒に読んで昔語りをする会》

5月26日 (水) 15:00~16:00

6月23日 (水) 15:00~16:00 (予定)

※開催場所はどちらも『西部包括』支援センターです。

イーハトーブ通信

シリーズ
権利擁護④

『成年後見制度について』 ~その3~

『法定後見制度について』

4月号では「任意後見」について解説しました。今月はもうひとつ
の成年後見制度「法定後見」について解説します。

法定後見は、本人の判断力が低下した後に「家庭裁判所」が成年後見人を選
び、その成年後見人が本人の利益を守るためにサポートする制度です。
法定後見は、本人の判断力がなくなった後に「家庭裁判所」が選びます。
任意後見は、本人が元気づけに「本人」が事前に選んでおきます。

判断能力が低下しても、その程度はそれぞれ
れです。法定後見は、判断能力の程度によっ
て3つに分かれています。



どんぐりと山猫/宮沢賢治

後見 (判断能力の低下 重度)
保佐 (判断能力の低下 中度)
補助 (判断能力の低下 軽度)

判断が全くできない、自分でできない人もいれば、簡単なことなら
自分一人ですることができる人もいます。

必要以上にその人の「行動」や「考え」を制限してしまわないよう、
本人の状態に合った種類の審判が下されます。

社会福祉士 伊藤 信子

※「西部包括新聞」のバックナンバーをご希望の方は、ご連絡ください。