

地域活動のご紹介

石堂たんぽぽサークル

音健アワードに応募して下さった石堂たんぽぽサークルのみなさまに、主催者からの参加賞をお渡ししました。

たんぽぽサークルが始まって30年になるそうです。これからも、皆さまお元気で続けられることを願っています。



清水沢団地町内会 交流会とお茶っこのつどい



資生堂のお二人に来ていただきビューティ健康講話を開催しました。

フレイルや口腔体操、開始前後で笑顔のチェック、最後は参加者の皆さまのとてもステキな笑顔がすごく印象的でした。

町内会やサークルなどで開催のご希望があれば、西部包括支援センターまでご連絡ください。



西部包括 1月・2月の予定

《昔語りの会》

1月29日(木) 11:00~14:00
「外出行事」
2月18日(水) 14:00~15:00
「ゲーム大会」

《認知症サポーター養成講座》



講座は90分となります。町内会で、サークルで、ご近所の仲良しグループなどで、ご希望の日程で調整いたしますので、受講希望の方は、西部地区地域包括支援センターまでご連絡ください。

～認知症について知ろう～

MCI（軽度認知障害）について



MCIとは、ご本人やご家族に認知機能低下の自覚があるものの、**日常生活は問題なく送ることが出来ている状態**のことです。MCIは健康な状態と認知症の中間の状態、**認知症だけでなく、健康な状態にもなる状態**であるともいえます。MCIの状態から、日常生活が困難なほど認知機能が低下すると認知症の状態にあると判断されます。

早い段階から認知症予防の対策を行っていくことが重要であり、適切な認知症予防策を行うことで、健康な状態への回復や、認知症への移行を遅らせることが期待できます。

認知症について知りたい、相談したい場合は、お気軽に地域包括支援センターまでご連絡ください。

キャラバンメイト・社会福祉士 佐藤帆乃佳

みんなの福祉コーナー

～8050問題について～



Aさん（82歳・女性）は、55歳の長男と2人暮らしです。長男は、大学受験に失敗して以来ひきこもりが続いています。長男は「自分がひきこもったのは、親のせいだ」と、Aさんを責めます。夫が亡くなってから、ますます暴言が酷くなってきました。

Aさんは、長男がひきこもりであることを、長年感じて隠してきましたが、もう自分が限界と感じて、「地域包括支援センター」に電話し、必要な支援につながるきっかけができました。



8050問題は、若年層だったひきこもりが長期化し、50代になってしまった子供と、親も年をとり80代に突入してしまったことで起こっている現象です。

「地域とつながること」により、他の人の目が入り、問題の突破口となることも期待できます。

周囲に悩んでいる方がいたら、地域包括支援センターに相談くださるようお声がけください。