

小島・茂木地域包括支援センターだより

第22号
H26年8月

高齢者の総合
相談窓口です

発行責任 長崎市小島・茂木地域包括支援センター / 中島
住 所 長崎市田上2丁目2番7号 (2F)
電話番号 (095) 820-8231



◆「認知症になっても誰もが安心して暮らせる街」を一緒に考えませんか？

◆今回は認知症サポーター養成講座についてご紹介します。

認知症の人と家族への応援者：認知症サポーター

何か特別なことをするのではなく、講座を受けて、認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を暖かい目で見守る人のことです。そのうえで、出来る範囲で手助けする、たとえば友人や家族に認知症の知識を正しく伝える、認知症になった人や家族の気持ちを理解するなど、いろいろな関わり方があります。

認知症サポーター養成講座とは？

認知症の方や家族への応援者であるサポーターを養成します。認知症とは何か、症状や認知症の人への対応、家族の支援、サポーターとしてできることなどを講義や寸劇等を交えながら実施します。養成講座を受講していただいた方には、サポーターの目印として「オレンジリング」をお渡ししています。

※平成26年3月末現在、長崎市内は**21,791**名の認知症サポーターが誕生しています。

お住まいの地域で認知症サポーター養成講座を開催します。

◆平成26年度 認知症サポーター養成講座

内容：認知症の正しい理解と接し方について等
対象者：地域住民の皆さん
参加費：無料
申し込み先：小島・茂木地域包括支援センター (Tel 820-8231)



- ◆小島エリア：10月11日(土)13:30~15:00 小島地区ふれあいセンター
- ◆茂木エリア：10月25日(土)13:30~15:00 茂木支所

お誘い合わせの上、ご来場ください。

上記日程以外でもお住まいの地域やグループで開催します。受講ご希望の方、また詳細お問い合わせなどご不明な点がございましたら、小島・茂木地域包括支援センターまでお知らせください。



地域活動紹介

飯香浦老人会 成尾会 会長 峰 富士雄 様

「飯香浦老人クラブ成尾会は、60才から88才まで、現在72名の会員です。日吉地区は、純農村地帯で、枇杷、苺、野菜等の栽培を行っていて、ほとんどの会員が農家の現役です。毎月12日が例会で、農休日にして下さいということで毎月35名から40名近くの参加です。午前中は、こしき岩公園の広場でグランドゴルフを行い、午後は飯香浦公民館で「ワイワイ、ガヤガヤ」日頃のうっぴんを晴らし、旅行は年2回で、苺、枇杷の収穫が終わった6月と10月です。30名から40名近くの参加。年間行事の中で、新年会、忘年会を行い、この1~2年は忘年会は温泉地に行っています。

奉仕活動で、神社、地藏堂の清掃、また、自治会、PTAが主催するクリーン作戦では、年2回の海岸の清掃、道路、広場等の草払い、自治会活動と共同して、地区の美化に貢献しています。今後、地区の花いっぱい運動を展開して、60代の会員の加入促進を進めていきたいと思ひます。」

飯香浦老人会成尾会 会場：飯香浦公民館 定例会：毎月12日14:00~



※今年度より、地域にあるさまざまな関係機関の方々から、健康づくりに役立つ情報等を提供いただいております。今回は、「お薬手帳」についてご紹介いただきます。

名切薬局 薬剤師 宮城 正芳 様

「お薬手帳。耳にしたことがあると思います。お薬手帳には今飲んでる薬や、今飲んだ薬の記録、今までにかかった事のある病気、アレルギー、副作用など、患者さんご本人のお薬に関する記録が書かれています。

医師、薬剤師はお薬手帳を見ることによって、患者さんに対して飲み合わせが悪い薬、薬の副作用を未然に防ぎ、最適な選択が出来ます。飲んでるすべての薬を「1冊で」記録する事も大切です。病院ごとや薬局ごとに別々のお薬手帳を作らないようにしましょう。医療機関にかかる時は必ず持参するようにしましょう。

また、旅先で病気になった時や災害時に避難した時救急の時などにお薬手帳があれば、あなたが飲んでる薬を正確に伝えられます。お薬を飲んで気になったことも記入しておけば先生、薬剤師にきちんと伝わります。**常に携帯するように心がけてください。上手にお薬手帳を活用しましょう。」**

