

高齢者の暮らしを応援！

地域包括支援センターだより

岡長寿支援課（金屋庁舎）

有田川町地域包括支援センターでは、介護予防などの相談に応じています。

下湯川、元気に体操しています！

10月20日（月）、紅葉が始まっている下湯川に理学療法士の先生とお邪魔しました。

下湯川地区の体操グループは、現在の形で活動を始めて約6年になるそうです。当初と比べると人数は減ってしまったようですが、皆さん元気に体操を続けています。

理学療法士の先生が驚くほど、皆さんスムーズに体を動かされていたので、健康の秘訣^{ひけつ}をお聞きすると「自転車に乗って清水まで行ってるよ」「5千歩、歩くのを目標にしている」「自然を感じるのがいいよ」など、たくさん教えてくださいました。

寒くなってきた下湯川でしたが、体操と楽しいお話で体も心もぽかぽかになりました。



ロバつうしん



— 認知症キャラバン・メイト連絡会活動報告 —



認知症キャラバン・メイトは、認知症について正しい理解の普及のため、認知症サポーター養成講座の開催や啓発活動を行っています。

有田中央高等学校 清水分校

例年3年生は総合授業の一環で、認知症サポーター養成講座を受講していましたが、今回は初の試みとして、その授業に地域の方からの参加も募ることとなりました。地区を限定しての募集でしたが、5人の方が参加され、3年生2人との計7人での受講となりました。

初めに認知症の基本的な症状や関わり方をクイズや寸劇を通して学び、最後は地域の方・生徒・先生が一緒に、事例を基にグループワークを行いました。高校生の率直な意見が出たり、地域の方が実際に家族を介護していたときの思いが聞けたりと、有意義な交流の場となりました。

参加者の声

- ・新しいことを知ることができたので、認知症の方と接するときには、今日の授業を思い出して行動したい。
- ・認知症の方を否定しない言葉掛けを意識して、行動していきたい。

