

高齢者の暮らしを応援!

地域包括支援センターだより

岡金屋庁舎 ☎ 32-5102 (直通)
清水行政局 ☎ 25-1269 (直通)

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。

おたっしやさ〜ん! ~これからも現役!いつまでも現役!~

「夫婦二人三脚 体操頑張ってます」

谷奥さんは、毎日体操することを日課にしています。体操を始めたきっかけは「移動販売車がきてくれる場所まで歩いていけないから」でした。そこでケアマネージャーさんが、体操をして筋力をつけることを勧めて自宅で体操を始めました。

美子さんは「前よりも腕も足も動きやすくなった」「前は指も動きづらくて、箸もつかみづらくてね…これ(ハンドグリップ)で良くなったんよ」と話してくれました。ケアマネージャーさんも「入浴するのが大変だったのが、1人でできるようになったんですよ」と教えてくれました。

これからも夫婦で続けていきます。

谷奥 常男 さん (84歳)

美子 さん (77歳)



ロバつうしん

— 認知症キャラバン・メイト連絡会活動報告 —

10月8日(金)に小川小学校6年生の児童が「認知症サポーター養成講座」を受講してくれました。

日頃どんなことに気を付ければいいのか話し合う中で、「は・や・ゆ・み」を忘れないようにして話しかけるといった意見が多く出ました。

講座では、「は」っきりと、「や」さしく、「ゆ」っくりと、「み」つめて、短く話しかけることを「は・や・ゆ・み」という合言葉として皆さまにお伝えしています。

児童や生徒の皆さまが「認知症サポーター養成講座」を受講した際には、ご家庭でお話を聞き、認知症や高齢者について話をする機会にさせていただきたいと思っております。お住まいの地域や職場でも開催できますので、地域包括支援センターまでお申し込みください。

