

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!〜

竹内 功 さん (96歳)

竹内功さんは、午前中はテーブルの椅子に姿勢よく座り、新聞をきっちり隅から隅まで読むことを日課にしています。細かい文字も大丈夫。「これはこれは…」と、想像しながらいろんな記事を読むのが楽しみだそうです。また取材する際には、戦時中の体験や生まれ育った土地のことを教えてくれました。

「新聞を読むことが日課。いつも笑顔の竹内さん」



### 功さんの健康の秘訣!

- ・食事はバランスよくたくさん食べる。
- ・笑顔を心掛ける。
- ・たまに近くを散歩する。(1,400歩くらい歩く)



## ロバつうしん

### — 認知症キャラバン・メイト連絡会活動報告 —

12月15日(水)に有田中央高等学校清水分校の3年生の生徒が「認知症サポーター養成講座」を受講してくれました。

生徒からは「失敗しても責めずに、大丈夫だよと言えるように心掛けたい」との感想が出ました。

また、12月23日(木)に広川町いなむらの杜で「キャラバン・メイト県内交流研修会」が開催されました。研修会では、和歌山市認知症キャラバン・メイト連絡会会長による模擬サポーター養成講座が行われ、分かりやすく伝えるための工夫など、大変参考になりました。



認知症サポーター養成講座の様子



キャラバン・メイト県内交流研修会