高齢者の暮らしを応援!

地域包括支援センターだより

問長寿支援課（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。

おたっしゃさ～ん!

～これからも現役!いつまでも現役!～

保田 陽子さん（92歳）

山椒（さんしょう）採りを楽しんでいます！

地域の方から「遠井では、日頃から坂道を歩いているから、みんな元気よ。中でも、保田さんはお元気。」と伺い、保田さん宅を訪ねました。

この日は保田さんと娘さんたちで山椒採りをされていて、忙しいさなかでしたが、お話を聞かせてもらえました。

90歳までは草刈り機を使っていましたが、今は鎌で草刈りをしているそうです。急な坂道を登って、家の裏の山椒畑に着くと、手慣れた手つきで山椒を収穫されていました。脚立に登って高い枝にも手が届くそうです。山椒のさわやかな香りが吹き抜ける中、農業に精を出される保田さんの笑顔が印象的でした。

※「おたっしゃさ～ん」募集中！自薦他薦は問いません。ご連絡お待ちしています！

9月は世界アルツハイマー月間

STEP 1

認知症って？

認知症は、脳の病気などさまざまな原因により物事を判断する能力が低下し、日常生活全般に支障が出る状態のことをいいます。認知症にはいくつかの種類があり、中でもアルツハイマー型認知症が認知症の中で多く、脳の一部が委縮していくことで起こり、症状は物忘れから発症することが多く、ゆっくりと進行します。

STEP 2

早期発見・早期対応

自分や家族が認知症と診断されることは、珍しいことではありません。早期の段階で治療を開始することで、進行を遅らせることができ、今後の生活について事前に考える時間を持つことが可能です。地域包括支援センターは、認知症や介護のことなど高齢者の相談窓口です。お気軽にご相談ください。

STEP 3

認知症を理解する

「認知症の本人は自覚がない」という考えは間違いです。最初に症状に気付き、誰より不安になって苦しむのは本人です。理解力が落ちているものの、感情面はとても繊細です。温かく見守り、適切な援助を受ければ、自分でできることもたくさんあります。認知症という病気を理解して、さりげなく自然で優しいサポートを心掛けましょう。