

オレンジだより

鹿屋市地域包括支援センター 令和4年12月13日発行

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを推進しています

認知症の地域講話

10月14日(金) 鹿屋市農業研修センターにて開催

- 脳卒中
 - ・手足のしびれはすぐ受診！
- 認知症
 - ・生活へ支障があれば鑑別を！
 - ・家族は、何ができてできないか、メモして受診を！

講師：徳田脳神経外科病院 諸木先生

●認知症予防

- ①禁煙
- ②アルコール摂取量の減少
- ③食事バランスの改善
- ④睡眠不足の解消
- ⑤肥満の改善
- ⑥孤独を予防
- ⑦運動不足の解消

講師：池田病院 住吉先生・山内先生

ほっと会

11月14日(月) 開催

- 【出席者】
- ★介護者：6家族(8名)
 - ★アドバイザー：介護施設施設長、鹿屋市薬剤師会 認知症疾患医療センター

●アドバイザーより

- ・介護の基本は頑張らないこと！
- ・薬に関することは薬局でもアドバイスできる。活用して！
- ・精神科は抵抗があるだろうが、気軽に相談して！

認知症サポート医より

◆ 認知症の疑似体験？ ◆

気の置けない仲間との酒宴は、日常のストレスを解消してくれる。しかし酒が進むと、狐につままれた様に場が鎮まる。「その話。もう何回も聞いてますよ。」笑って誤魔化すしかないが、翌朝になると、その辺りからの事は何も覚えていない。かつて、機嫌よく呑んでいる親父から、いつも同じ昔話を聞かされた。(こんな大人にはなりたくない)と思ったものだが、残念ながらこれも血なのかと。(いや。これが認知障害の世界か?) 記憶障害を深酒のせいにしてはいる内はまだ良いが、現状では認知症は「進行性で不治の病」だ。これが終日・終生続くのだ。不安・焦燥・恐怖・猜疑・怒り・憎悪・悲しみ・寂寞・失望・諦念・・・心が負の感情で支配され、ダークサイドに堕ちてしまう。自分を取り巻く現実の解釈に戸惑い、しつこく事実を説く者に敵意を持つ様にすらなる。心配して声を掛けてくれ、手を伸ばしてくれても、素直には受け入れ難い。患者さんの心情を慮る一助になるだろうか。その先に対応策が見えてくる気がする。



的場クリニック
 的場 公男 医師



世界アルツハイマー月間



認知症
パネル展

9月は『世界アルツハイマー月間』です。鹿屋市役所市民ホールで認知症のパネル展示を行い、「**認知症になっても安心して暮らせるまち**」ってどんなまち？というテーマで市民の声を聞きました

物事を忘れてしまうということは、感動をもう一度味わうことができるということ

認知症の方も一緒になって、未来と街を創っていけるまち

認知症の方たちが楽しく笑顔でいられる街。そんな方たちと一緒に楽しんで、笑い合える街



本人の声

～ 認知症になっても希望を持って生きられる。希望の輪を広げよう～



拡大

自分らしく、目標を持って生きる姿が、広報かのかやへ掲載されました。デイケアやオレンジカフェを通し、人との繋がりが出来ることで、明るさを取り戻し、「75歳までは働きたい」とご本人。

【ポスター】
「認知症と生きる」
わたしたちの声。



入院中の
認知症の
方の作品

パネル展(リナシティかのか)



子どもたちにも 認知症の学びを！



認知症の方が尊厳を持って自分らしく生きていく社会を創るには、子供の頃から認知症を知ることが大切です。包括支援センターでは、講座や絵本を活用し、小中学生向けの認知症啓発活動を実施しています。

講座で

写真は、令和3年花岡学園小学4～6年生を対象に、Pepperを活用した認知症サポーター養成講座の様子です。今年度は、11/18に串良小5年生を対象に実施しました。



認知症サポーター養成講座
(小中学生用テキスト)



※ 認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り支援する『**応援者**』です。

絵本やウェブで



「老い」「認知症」「介護」をテーマに描かれた絵本が数多く出版されています。



子どもたちに認知症を学ぶ機会を！と、認知症の人と家族の会が作成。指導者用テキストもあり、学校でも活用できるサイトです。

★『令和4年度 第3回ほっと会（介護者家族交流会）』

令和5年3月7日(火) 10時～12時 リナシティ2階ボランティア室

★ 鹿屋市地域包括支援センターホームページもご覧ください。

生きる 鹿屋市

検索

