

	託麻西	月出	西原
人口	15917人 (+30)	10314人 (-82)	14551人 (+8)
高齢者数	3129人 (+49)	1650人 (+39)	3024人 (+38)
高齢化率	19.5% (+0.3)	16.0% (+0.5)	20.8% (+0.3)

※高齢者数は65才以上の方の人数です。
 ※高齢化率＝高齢者数÷人口×100
 ※十一は前号との比較です。

～ こんにちは、ささえりあ保田窪です ～
 熊本市高齢者支援センターささえりあ保田窪では、地域の皆さまと共に、安心して生活できる暮らしやすい環境づくりに取り組んでいます。

介護予防教室を開催しました！

平成26年6月28日(土) 14:00～ 鶴田病院5階コンベンションホール

テーマ: **うつ病(うつ状態)を正しく理解するために知っておきたいこと**



ニキハーティホスピタル
寺岡和廣医師

ニキハーティホスピタルの寺岡医師を講師に迎え、介護予防教室を開催しました。老年期うつ病の特徴も含めた内容でお話頂き、約70名の参加となりました。

「うつと認知症の関係が理解できた!」「身近な誰でも起こりうる病気である事がわかった!」「うつは治ると

言われて安心した!」等の好評で、質疑応答も活発な教室でした。これからも皆さんのお役に立つ教室開催を目指していきます。



わくわくシニアクラブ

市の介護予防事業として「わくわくシニアクラブ」が実施されています。体の機能が低下していると認められた方に機能回復を図る取組みです。郵送で案内が届いたら、基本チェックリストに記入して返送してください。



該当された方には、区役所から連絡がありますので、ぜひこの機会に参加下さい。



♡ ちょっと気になる **認知症** について ♡

最近、認知症で徘徊をされて行方不明になっている方や保護されても身元不明なまま亡くなられた方について、報道で取り上げられることが多くなっています。

◇認知症とは？

脳の病気で、脳の働きが悪くなったりして障害がおこり、生活に支障が出ている状態をいいます。

認知症は、誰でもなる可能性がある病気です。



◇認知症にみられる症状は？

- ①物忘れ
- ②意欲低下
- ③睡眠の障害
- ④見当識障害 「今がいつか(時間)」「ここがどこか(場所)」がわからなくなる状態
- ⑤妄想
- ⑥徘徊
- ⑦夕暮れ症候群
- ⑧拒否
- ⑨せん妄 「ある時急に落ち着きがなくなる、幻をみる、荷物をばらまく、裸になってうろろろするなどの症状を示す。
- ⑩興奮と暴力行為

※症状には個人差があります。
専門医の受診を検討しましょう。

認知症のことで困ったら悩まないで、気軽にお電話を！

熊本県認知症コールセンター

096-355-1755

さー こ こ い い な こ こ



4月入職、期待のイケメン(?)保健師の紹介です！



田村 一海 (たむら かずうみ) 31才
「初めての保健師活動でご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、頑張りますのでどうぞ宜しくお願いします！」長身のバスケットマンです♪

～認知症関連行事のお知らせ～

○認知症サポーター養成講座

8月12日(火)14:00～東区役所

対象は東区全域にお住まいの皆さんです。
申込み先着50名です。サポーターは認知症のことを知って見守る応援者です。

○認知症サポーターフォローアップ研修

9月(日時未定) 鶴田病院コンベンションホール

日時は後日回覧でお知らせします。
申込み先着80名。サポーターになっていない人も是非ご参加ください。

○西原校区徘徊者捜索・

声かけ模擬訓練

11月30日(日)9:00西原小学校集合

西原小学校周辺で訓練を実施します。「認知症で徘徊している人」に扮した人に実際に声をかけてみましょう。
参加申込み及び問合せは下記まで。

熊本市高齢者支援センター ささえりあ保田窪

住所 熊本市東区保田窪本町10-114
グランフィーネ保田窪1F(保田窪2丁目バス停前)

電話 096-387-8201

