

9月は認知症月間です

～認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために～



認知症はさまざまな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなったりすることで、記憶、判断、認知する力が低下し、生活に支障をきたした状態を言います。認知症は、自分も家族も身近な方もかかる可能性がある病気です。生活習慣病など他の病気と同様に、早期診断・早期対応が大切です。町では、認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、さまざまな取り組みを行っています。

▼認知症地域支援推進員

保健福祉課、保健センター、地域包括支援センターには、認知症地域支援推進員（通称 よりそい隊）がいて、認知症の方やその家族への対応についての相談受付や情報提供等を行っています。

認知症は本人に自覚症状がないことがあるため、早期発見には家族など身近な方の「気づき」が必要です。身近な方が認知症かもしれないと思ったら、まずはご相談ください。

▼認知症ケアパス

認知症の症状に応じてどのような医療や介護サービスを受ければよいかを表した「認知症ケアパス」を作成しました。保健福祉課、保健センター、地域包括支援センター等で配付しています。また、町ホームページからもダウンロードできます。

▼健康的な生活で認知症を予防しましょう

認知症予防には、生活習慣病を防ぐことや食事や運動習慣に気を配った健康的な生活が大切です。

○青魚、野菜や果物が効果的

食事では抗酸化作用の高い食物である青魚、野菜や果物の摂取が、認知症のリスクを軽減させます。

○運動は脳の神経を成長させる

脳を使いながら運動すると、脳が刺激を受け、神経細胞が活性化しやすくなると考えられています。

※感染対策をしっかり守りながら、近所の方と声をかけあって地域活動へ参加する等、社会参加も効果があるといわれています。

▼問合せ

○保健福祉課 ☎(72)6910

○地域包括支援センター

☎(71)1138

○保健センター ☎(72)5858

福祉・介護職スタート講座のご案内

▼対象 福祉、介護職未経験者や興味・関心がある方

▼日程 9月26日(土)、10月17日(土)、11月21日(土)、1月16日(土)

▼時間 午前10時～正午

※10月17日のみ、午後0時15分まで

▼分野 高齢分野

▼内容 ①講話(60分) 福祉職(各職種)の仕事内容、やりがいやうれしかったことについて等

②ふりかえり、懇談会(30～60分)、講話を聞いての感想や講師への質問等

③施設見学(30～45分)

※10月17日のみ

▼場所 とちぎ福祉プラザ(宇都宮市)

※10月17日のみ、ケアパートナー 宇都宮南・エルダーガーデン梁瀬

▼定員 各回20人(定員になり次第締め切ります)

※10月17日のみ10人

▼参加費 無料

▼申込方法 電話または、申込書をファクシミリ、郵送のどちらかで送付

※申込書は、町保健福祉課の窓口にあります。

▼申込み・問合せ 栃木県社会福祉協議会 福祉人材・研修センター

☎028-643-5622

Fax 028-623-4963

〒320-8508

宇都宮市若草1-10-6

ケア・アシスタントを募集しています

ケア・アシスタントは、介護事業所で職員をサポートし、直接介護以外の周辺業務に従事する方のことです。具体的な業務内容は、食事の配膳、片付け、ベッドメイキング、清掃、話し相手等です。

ケア・アシスタントとして働いてみたい方と事業所のマッチングを当センターが行います。

▼対象 ケア・アシスタント職を希望する方、介護職に興味・関心のある方

※資格、経験は問いません。

▼場所 とちぎ福祉プラザ、各事業所(県内各地)

▼定員 定員なし

▼参加費 無料

▼申込方法 電話または来所

▼申込み・問合せ 栃木県社会福祉協議会 福祉人材・研修センター

☎028-643-5622