



9月は「世界アルツハイマー月間」
9/21は世界アルツハイマーデーです



世界アルツハイマーデーは、認知症の理解を深め、正しい知識を学び、介護家族と本人への支援を考える機会となっています。

◆認知症とは？

様々な原因で脳の細胞が損傷を受け、脳の働きが悪くなり、日常生活を送るのが大変になる状態のこと

◆認知症の始まりは家族の気づきも大切

◆早期受診は メリットが大きい



まずは、かかりつけ医に相談

◆認知症の方への対応の基本姿勢

1. 驚かせない



認知症の人であっても
付き合い方は変える必要は
ありません。

2. 急がせない



認知症への正しい理解と偏
見をもたないことが大切。

3. 自尊心を傷付けない



ふだんからの挨拶
やさりげない言葉
がけが大切

体も頭もイキイキ!

<お口の体操>

むせりと認知症の予防に効果的! 大きな
口で言ってみましょう!



あ・か

き・う・い

べえ〜

<漢字の足し算>

① 言 + 火 + 火 =

② 竹 + 木 + 目 =

答え: ① 談 ② 類

健康づくり応援教室



『かえるくらぶ』

9月25日(木) 13:30~14:30

場所:ふれあい館 内容:フィットネスアドバイザー丹治さん出前講座

10月23日(木) 13:30~14:30

場所:ふれあい館 内容:元気サポート生活機能向上センター出前講座

※当日の参加も可能です。

みなさんの参加をお待ちしています!

お問い合わせ

福島市飯坂南地域包括支援センターまで
はななく



542-8779