

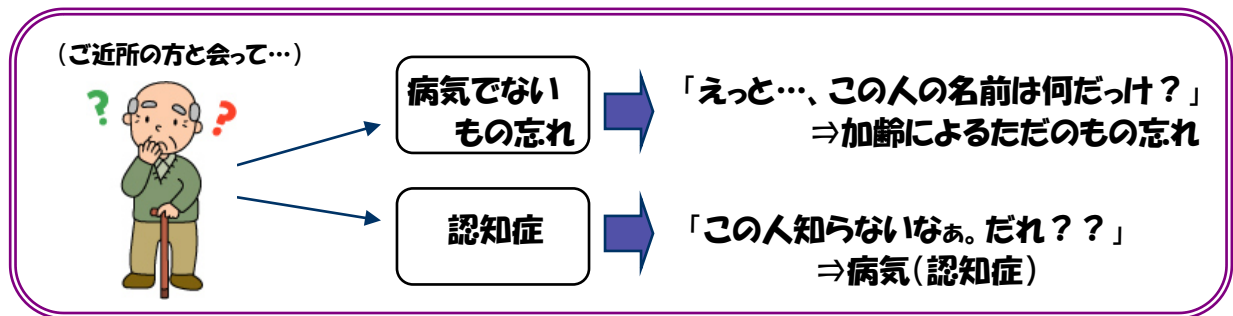
# 包括長森南だより



～いつまでも住み慣れたこの街で…～

11月号

みなさん、「加齢によるもの忘れ」と「認知症」の違いはご存知ですか？



みなさんのちょっとした理解で、認知症となった方やその家族が、安心して住み慣れた地域で生活を送ることができます。  
 私たちと一緒に、認知症について正しく学びましょう。

## 「認知症サポーター養成講座」の開催

第1回 12月10日(火) 10:00～11:30  
 長森南公民館 (切通5-3-14)

第2回 2月1日(土) 13:30～15:00  
 芋島公民館 (芋島2-13-2)

【 講義内容 】

- ① 認知症の症状と予防
- ② 認知症の方への対応
- ③ サポーターとして何ができるのか

※ 内容は同じですので、ご都合の良い日にご参加ください。

※ 資料の準備のため、申し込みが必要です。

ぜひ、一緒に「認知症」を正しく理解しましょう。

《 申し込み先 》 247-8160

【裏面に続く】

# この街の スマイルさん

インタビューしてきました！！

第4回スマイルさんは、

**まめくらタウンにご参加いただいた皆さん**です。

地域包括支援センター主催で、『しゃべる・動かす・考える』をテーマに、介護予防教室 まめくらタウン～みんなであらう介護予防～を、地域の皆さんと一緒に行いました。多くの方にご参加いただきました。



ミニ講座、どなたでも出来るストレッチ体操やゲームなどを通して“介護予防”に対する意識を高め、いつまでもお元気で過ごしていけることを目的としています。

参加者からは、「とても参考になりました。」「身体を動かし、気持ちよくなった。」などの声が多くありました。



## まめくらタウンの今後の予定

◎第3回 『転倒予防』について

11月13日(水) 切通公民館

11月27日(水) 芋島公民館

◎第4回 『失禁予防』について

1月16日(木) 細畑公民館

1月29日(水) 手力公民館

☆全日とも、午前10時～午前11時30分

☆準備の都合上、事前に申し込みが必要です。当日、都合が付き参加される場合は、直接会場までお越しください。男性も女性も、どなたでもお気軽にご参加ください。

☆このコーナーでは、長森南地区で行われている高齢者のクラブやサークル活動などをインタビューさせていただき、皆さんにご紹介していきます。ぜひ載せて欲しい、取り上げて欲しいと思われた方は、下記まで連絡ください。私たちがインタビューに伺います。

# 岐阜市地域包括支援センター長森南 247-8160

ホームページ：<http://www.gifuroujin.or.jp/chikihoukatsu>

〒500-8224 岐阜市高田3-10-16 ビレッジアキ103号室

〔交通のご案内〕 名鉄各務原線「高田橋」駅より 徒歩5分

373バス「高田西」バス停より 徒歩5分

## 【 相談の受付 】

月曜日から土曜日の午前9時から午後5時まで（祝日・年末年始を除く）

○相談は、無料です。相談により知り得た情報・秘密は、厳守いたします。

○電話による相談は、24時間受け付けています。