高齢者の相談窓口　地域包括支援センターです（26）

地域包括支援センターとは
　高齢者が住み慣れた地域で安心して過ごすことができるよう、主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などの専門職が連携をとり、高齢者の支援をします。「認知症や介護予防について知りたい」「退院後の生活が心配」「介護サービスについて知りたい」などお気軽にご相談ください。
　今回は、「認知症になっても安心して暮らせる街を目指して」についてです。

9月は認知症への理解を深める月間・9月21日は世界アルツハイマーデーです

　認知症はだれでもかかる可能性がある身近な病気です。家族や大切な人が認知症になることも珍しいことではありません。また、症状として、老化などさまざまな脳の病気により、脳の神経細胞の働きが徐々に低下し、認知機能が低下して日常生活において支障が出てきます。
　日常生活に支障がでた場合でも、重症化を予防しながら本人のできることや能力を生かして、本人や家族が希望を持って暮らしていける街を目指し、支援の輪を広げていきましょう。

認知症の方や介護者の方を支える取り組み

　認知症の方や介護者など身近な方は、日々さまざまな気持ちを抱き、不安や戸惑いを感じることもあると思います。そのようなとき、自分の気持ちを理解してくれる人や同じ気持ちを持っている人と出会い、気持ちをほぐすことも必要な時間です。また、認知症に関係する情報が欲しいときに情報を共有できる仲間は介護を続ける中で欠かすことができない存在になることが多くあります。
　次の場所では、認知症に関する情報や共有できる仲間を作ることができます。

『ぴーなっつカフェ』（認知症高齢者等をかかえる家族交流会）
場 総合保健福祉センター

『だれでもカフェ』（認知症について語るカフェ）
場 秘密基地カフェSPOON（八街ほ238・88）

『北部からだれでもカフェ』
場 北部地域包括支援センター

『南部からだれでもカフェ』
場 南部老人憩いの家

『認知症サポーター養成講座』
　認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守る応援者を養成します。
　開催日などくわしくは、地域包括支援センターにお問い合わせください。

問 地域包括支援センター
☎443・1207
北部地域包括支援センター
☎488・6393

はじめてのロコモ美立体操

　立ったり座ったりするための身体能力（移動能力）の低下を防ぎ、ゆがみのない柔軟性のあるしなやかな身体を目指しましょう。

時 9月14日(土)・28日(土)
10月19日(土)・26日(土)
11月9日(土)・23日(土)
各日午後1時30分～2時30分
（全6回ステップアップ式）
場 南部老人憩いの家
内 整形外科医監修の運動で、全身をバランスよく動かしながら正しい呼吸方法と立ち方を学び筋肉を鍛えます。
講師 ロコモ美立体操インストラクター　藤崎 みどり氏
対 市内在住で60歳以上の方（原則、全6回参加できる方）
定 10人（先着順）**費** 無料
申 9月3日(火)午前9時から電話または来所で申し込み。
持 ヨガマットまたはそれに代わる物・飲み物
問 南部老人憩いの家
☎445・2976

ゆうゆうのすこやか運動教室 その13

時 10月3日(木)・24日(木)
11月7日(木)・21日(木)
12月5日(木)・19日(木)
各日午前10時～11時
場 老人福祉センターゆうゆう
内 介護予防リーダーによる健康体操、レクリエーション、脳トレなど
対 市内在住で60歳以上の方
定 各回20人（先着順）
費 無料
申 9月10日(火)午前9時から電話または来所で申し込み。
※申し込みは本人のみです。
持 上靴、タオル、飲み物、動きやすい服装
※感染症などの拡大状況により変更する場合があります。
問 老人福祉センターゆうゆう
☎443・5211

八街少年院などと土のう作りを行いました

　7月2日(火)、浸水被害などに備えるため八街少年院在院者45人、八街市社会福祉協議会および八街市の協働により、土のう約2,200袋を作りました。
　今回の土のう作りは、国の第二次再犯防止計画に基づき、在院者による社会貢献活動の一環として実施したものです。
　また、在院者から「自分は今まで社会に迷惑しかかけてこなかったので、今回自分が作った土のうが役に立ったら本当にうれしいです。」などのメッセージカードが届きました。

八街少年院などによって作られた土のう

防衛大学校・防衛医科大学校の学生募集

募集種目		資格	受付期間
防衛大学校学生	推薦	・18歳以上21歳未満の高卒者（見込含む） ・高専3年次修了者（見込含む） ※学校長の推薦が必要	9月5日(木)～9日(月)
	総合選抜	・18歳以上21歳未満の高卒者（見込含む） ・高専3年次修了者（見込含む） ※自衛官は23歳未満	9月5日(木)～9日(月)
	一般		10月17日(木)まで
防衛医科大学校医学科学生		・18歳以上21歳未満の高卒者（見込含む） ・高専3年次修了者（見込含む）	10月9日(水)まで
防衛医科大学校看護学科学生（自衛官候補看護学生）		・18歳以上21歳未満の高卒者（見込含む） ・高専3年次修了者（見込含む）	10月2日(水)まで

　都合により日程などが変更される場合があります。
問 自衛隊千葉地方協力本部成田地域事務所
☎0476－22－6275

自衛官募集HP
千葉地方協力本部成田地域事務所HP

9月の移動交番情報

日		月		火		水		木		金		土	
1		2		3		4		5		6		7	
			⑤	⑫	③	④	⑨	⑧		②	⑩		
8		9		10		11		12		13		14	
		⑥		①	⑦	⑧	⑩		⑤	①	③		
15		16		17		18		19		20		21	
				④	⑨	①	⑪	②		⑥	⑩		
22		23		24		25		26		27		28	
					③		⑤		⑨	②	⑦		
29		30											
		④										午前	午後

① ファミリーマート八街五方杭店
② ランドローム東吉田店
③ イオン八街店
④ コメリハード&グリーン八街中央店
⑤ カスミ朝日店
⑥ 上砂やすらぎの家
⑦ 文違コミュニティセンター
⑧ 南部老人憩いの家
⑨ 一区コミュニティセンター
⑩ 富山コミュニティセンター
⑪ 泉台区民センター
⑫ セブンイレブン山田台店

午前…午前10時～11時30分
午後…午後2時～3時30分
※事件事故の発生、天候により変更になる場合があります。
問 佐倉警察署八街幹部交番
☎484・0110内線515

記号の見方
時 日時
場 会場
内 内容
対 対象
定 定員
費 費用
申 申し込み
〆 締め切り
持 持ち物
問 問い合わせ

FAX 444・0815