

9月21日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、国際アルツハイマー病協会（A.D.I.）が認知症の理解をすすめる、本人や家族への施策の充実を目的に1994年に制定されました。現在、9月を世界アルツハイマー月間として、世界各国で啓発活動が行われています。高島市内でも世界アルツハイマーデーに合わせて、9月16日には街頭啓発、9月22日には認知症フォーラムを開催します。

認知症フォーラム

認知症みんなの笑顔で支えよう!!  
 ~集い・支え合い・広がる地域の輪~

700万人。これは、2025年に予想される認知症の方の数と言われています。認知症の方の増加に伴い、地域における見守りや支援がますます必要となっています。

現在、市では認知症について正しく理解し、認知症の方を地域で支える取り組みが広がってきています。今回のフォーラムでは、この取り組みについて紹介し、認知症の方や家族が安心して暮らせるまちづくりについて考える機会とします。

日時 9月22日(木) 13時30分~16時  
 場所 安曇川ふれあいセンター  
 対象 市内在住、在勤の方(定員170人)  
 内容 【基調講演】  
 「認知症ケア 地域で寄り添い支えるには」  
 講師 永田 かおりさん  
 【取り組み報告】  
 高島市キャラバンメイト…小田由美子さん  
 まちの縁側…浅田千代子さん  
 介護家族の会(紅葉の会)…山本雅代さん  
 安曇川住民福祉ネットワーク…地村喜代子さん  
 申込期間 9月1日(木)~20日(火)

あなたの地区でも  
 認知症サポーター養成講座  
 を開催しませんか?



地域や企業、小中学校で認知症サポーター養成講座を開催し「認知症の方の応援者」は平成28年7月末現在、8,758人です。(平成29年度末までに10,000人を目指しています)  
 今後も高齢化が進むなかで、住み慣れた家で、地域の方と協力しながら安心して暮らせるまちにするために、「認知症」について学び、今私たちができることを一緒に考えませんか。

家族介護教室

高齢者を介護されている家族の方、過去に介護経験のある方、介護に関心のある方、皆さんで情報交換をしたり、介護の知識や技術について学んでみませんか。  
 学習会のみ参加も可能です。

日時 9月9日(金) 11時~15時  
 場所 マキノ保健センター ホール  
 内容 11時~ 情報交換  
 13時~ 学習会  
 「排泄ケア~おむつの選び方と正しい使い方~」  
 講師 オムツフィッター1級 中村 真理 氏  
 申込締切 9月8日(木)

9月は、がん征圧月間です

年1回は胸部レントゲン検診を受けて、肺をチェックしましょう。



「がん」は高島市民の死亡原因の第1位です。しかし、一方では治療技術も向上し、がんとともに生きる方もたくさんおられます。

がん検診を受けるタイミング

がん検診は、自覚症状のないときこそ受けましょう。体調で何か気になることがあれば、病院を受診しましょう。早期発見により、発見が遅れた場合に比べて軽い治療で済む場合があります。

検診を受けたら大丈夫?

結果が「要精密検査」の時は、必ず医療機関を受診しましょう。検診だけでは本当にがんなのかどうかわからないのです。

検診(健診)のお知らせ

	肺がん検診	結核健診
対象	40歳以上	65歳以上
検査方法	胸部エックス線検査 ・喀痰検査(喫煙指数* 600以上の方のみ)	胸部エックス線検査
料金	500円	無料
実施日	9月17日、11月29日、 12月1日、12月5日	秋頃~
実施場所	たかしま健康だよりを ご覧ください	対象の方へ受診券を 送付します

65歳以上の方で、喫煙指数が高い方(600以上)以外は結核健診をおすすめします。  
 \*喫煙指数=1日の本数×喫煙年数

敬老の日

つしまでも元気で長生きついでわろ

医療技術の進歩や栄養状態の改善により日本の平均寿命は70年間で飛躍的に延びています。直近の厚生労働省の調査(平成22年度)では、滋賀県民の平均寿命は男性80・6歳、女性86・7歳といずれも全国平均を上回っています。一方で、健康で活動的に暮らせる期間を示します「健康寿命」は男性70・7歳、女性72・4歳と女性に関しては全国最下位という結果であります。平均寿命と健康寿命との乖離は男性で9・9歳、女性で14・3歳あり、この間は介護等が必要になると言われています。この2つの寿命の乖離を縮めることが大変重要であり、「健康であり続けたい」という皆様の願いでもあると思います。

近年は、第一線を退かれた後もまだまだ元気な方が多く、企業や地域の人手不足が深刻になっていきます。長年培ってこられた豊富な経験や知識を活かし、これからの積極的に社会参画していただきたいと思っています。



福井 正明

市長雑記

9月19日は敬老の日、ご長寿を心よりお祝いいたしますとともに、いつまでもご健康でありますようお祈りいたします。