

## 総合相談窓口を ご利用ください



高島市民病院では、総合相談窓口を開設しています。日頃、悩んでおられる健康のこと、保健・医療・福祉等の総合的なご相談をお受けしています。お気軽に地域医療連携室までお問い合わせください。

- 相談日  
4月・7月・10月・1月…毎週月曜日・木曜日  
5月・8月・11月・2月…毎週火曜日・金曜日  
6月・9月・12月・3月…毎週水曜日
- 時間 9時～12時
- 場所 相談室1(正面玄関守衛室横)
- 対応職員 看護師長、社会福祉士  
★内容に応じて各分野の職員が対応します。

〒高島市民病院 地域医療連携室  
☎(36) 0220 (代表)

## 大募集 病院ボランティア

高島市民病院では多くのボランティアスタッフが活動しています。

患者さんが安心して受診できるようにお手伝いをしたり、入院している患者さんやご家族の気持ちを和らげ、快適な入院生活を送る手助けをしたりするなど、さまざまなボランティア活動を行っています。

高島市民病院で一緒にボランティア活動をしていただける方を募集します。お気軽にご連絡ください。

〒高島市社会福祉協議会 ☎(36) 8220

## 認知症 みんなの笑顔で 支えよう!

### みんなで理解

# 認知症



## 自信を失わせない 接し方の ポイントは?

認知症の症状の中には記憶障害などの認知機能障害に、身体の状態や本人の性格、素質、周囲の環境や人間関係などが影響して出てくる症状があります。

周囲の対応としては、**本人が自信を失わないようにすることが大切です。**自信をなくすような言葉は避け、本人の尊厳を傷つけないようにすることが重要なサポートです。

### ▼例えば

・これまでテキパキできていた料理も手順が悪く、時間がかかるうえに、うまくできなくなります。

→「味が違う」「おいしくない」などと言われ、自信を失います。毎日の食事も出来合いのお惣菜ですますようになったりします。

### 接し方のポイント

そばで見守り、声をかける人がいれば料理を作ることができます。

「今日のみそ汁は、大根と油あげだよね」「炊飯器のスイッチはそろそろ入れたほうがいいかな」と声をかけてくれる人がいれば、食事の準備はできます。

また、認知症の症状が出てくると、周りの人が気づく前から、本人は何かおかしいと気がついています。そして認知症を疑って将来の望みを失い、うつ状態になることもあります。

「できることをやってもらう」ことは必要ですが、できたはずのことができなくなるという経験をして、本人の自信をなくすという結果になったのでは逆効果です。**それとなく手助けをして成功体験に結び付ける支援が重要です。**

### 地域高齢者社会参加事業

#### 【 助成金額 】

- ①補助対象費用の10/10 (1,000円未満は切り捨て)
- ②備品単価は15万円以内のものとします。
- ③予算の範囲内で補助するものとし、審査の上決定します。

#### 【 申請期間 】

8月1日(金)～29日(金)

※申請書は市内各保健センターにあります。



## 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。

日時 8月22日(金)  
11時～15時

場所 高島保健センター

内容  
11時～ 情報交換  
13時～15時  
講演 「認知症についての話  
～排泄について～」  
講師 西村優子さん(認定看護師)

#### 申し込み・お問い合わせ

8月20日(水)までに、各地域包括支援センターまでお申し込みください。

### 北部健康いきいき応援センター

☎(22) 5101…今津保健センター  
☎(22) 0193…地域包括支援センター

# 高島あしたの体操

## の取り組みを応援します!

地域の元気な高齢者の方が主体となって、介護予防に取り組むことができる身近な通いの場や交流の場づくりを目指し、「高島あしたの体操」を活用した取り組みが地域に広がっています。しかし、体操はしたいけれど「イスがない」「DVDを見る機器がない」などの理由で体操に取り組むことができないという地域(グループ)もあるのではないのでしょうか。市では「高島あしたの体操」等を取り入れた介護予防の取り組みに対して、必要な費用を助成します。介護予防に自主的、継続的に取り組みたいという地域・グループがありましたら、下記までご相談ください。

### 『高島あしたの体操』とは…

琵琶湖周航の歌に合わせて、イスに腰掛けたまま、またはイスを補助にして行う高島オリジナルの介護予防体操です。8種類からなり、自分の体力レベルに合わせて運動することができます。

3人以上の組織やグループで、最初に3回以上の研修を受けていただければDVDを貸し出します。(特別な講師がいなくても、DVDを見ながら自分たちで介護予防体操に取り組めます)興味のあるグループや地域のリーダーの方はぜひお問い合わせください。

