

いきいきすこやか

健口教室に

参加しませんか？



いつまでも元気にいきいきと過ごすには、美味しくご飯が食べられること、人と笑顔で会話が楽しめることがとても大事です。

その為には口を健康に保つ必要があります、市では、介護予防事業として「いきいきすこやか健口教室」を地域で実施しています。

口の渇きやむせ、口臭などが気になる方、今は特に困った症状はないが今後予防をしていきたい方など、この機会に口の健康について学んでみませんか？

歯科衛生士による口腔の講話および歯や入れ歯のお手入れ方法、毎日自宅で続けられるお口の機能低下を予防する方法について。

◆対象者

市内在住の65歳以上の方

◆時間

10時～11時（受付9時45分～10時）※全会場で共通。

◆会場

左記の会場毎に、3回で1コースの実施です。内容は各会場で共通。

①保健センター

9月29日(火)、10月27日(火)、11月24日(火)

②本納公民館

10月7日(水)、11月11日(水)、12月2日(水)

③二宮福祉センター

10月2日(金)、10月30日(金)、11月27日(金)

④五郷福祉センター

10月2日(金)、10月30日(金)、12月4日(金)

◆定員

各会場20人（定員になり次第締切）

◆持ち物

筆記用具、眼鏡（必要な方）、タオル

◆申込締切

9月18日(金)17時

お申し込み・お問い合わせは、地域包括支援センター（2階）
☎(20)1583、FAX(26)6788へ。

認知症への

取り組みを

紹介

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心にアルツハイマー病の啓蒙を実施しています。わが国でもその日にあわせ、全国各地で記念講演などの啓蒙活動が行われています。

また、市でも、認知症への取り組みが行われています。

この機会にアルツハイマー病や認知症について考えてみませんか？

茂原市の認知症への

主な取り組み

①認知症の方を介護する家族の会

認知症の方を介護する上で不安や悩みなどを話し合う場として、介護者の方が集まっています。参加者からは、「同じような境遇の方と話して気持ちが軽くなった」との感想をいただいています。

一人で悩まず、認知症を介護する方と話をしてみませんか？

◆日時 奇数月の第3木曜日 10時～12時

◆場所 市役所5階会議室

②認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解する為に年2回、市民向けにサポーター養成講座を行っています。また、随時、受講希望者10人以上のグループに無料で講師を派遣し講座を行っています。

受講された方にはサポーターの証であるオレンジリングを差し上げます。

お申し込み・お問い合わせは、地域包括支援センター（2階）
☎(20)1583、FAX(26)6788へ。

◆日時 10月13日(火) 13時30分～15時（受付13時）

◆場所 市役所1階102会議室

③茂原市ほっとみまもり運動

地域で困っている認知症の方や、認知症の方を介護している家族を見かけたら声をかけるボランティア活動です。

「認知症サポーター養成講座」を受講した方に登録していただき、登録証を発行しています。また、年2回のフォローアップ研修の開催を予定しています。

第2回茂原市ほっとみまもり隊フォローアップ研修（講演会）

◆日時 10月21日(水) 13時30分～15時（受付13時）

◆場所 市役所市民室

◆内容 一緒に考えよう！認知症のこと（具体的な対応方法を学ぶ）

◆講師 作田 滋氏（医療法人静和会 浅井病院精神保健福祉士）

お申し込み・お問い合わせは、地域包括支援センター（2階）
☎(20)1583、FAX(26)6788へ。