



第11回

みんなで知ろう♪

# 認知症



こんにちは。認知症地域支援推進員の竇田です。今回は末吉町見帰体操教室で行われた認知症サポーター養成講座を紹介します。9名が参加され新たに認知症サポーターになりました。

## 認知症サポーターとは…

認知症の正しい知識を学び、地域に暮らす認知症の人やそのご家族に対してできる範囲で手助けをする人のことです。何か特別なことをするわけではありません。

## 受講者の感想

- ・親と同居しているので認知症について何でも学べればと思い受講しました。
- ・今回認知症の方を介護している家族の体験談を聞いて勉強になりました。
- ・認知症の人との接し方を学び、認知症の方が地域で生活していくうえで思いやりを持って支援をしていきたいと感じました。

皆さんも認知症サポーター養成講座を受講してみませんか？  
興味のある方はぜひご連絡ください。



## 相談窓口・活動内容のお問い合わせ

【福祉介護課 地域・高齢者支援係】【曾於市地域包括支援センター】

☎ 0986-76-8807

☎ 0986-76-8824

「最近、物忘れが気になる」  
など、心配や不安があったら  
お気軽にご相談ください。



# 健康 information

## わたしたち「花きりん体操教室」です

【お問い合わせ】福祉介護課 地域・高齢者支援係 ☎ 0986-76-8807



平成30年から菅渡西自治公民館で活動しています。新しい体操も取り入れながら頑張っています!!  
コロナ禍前は毎年1日研修にも出かけていました。  
年末の大掃除や花壇に花を植えたりと自治会活動にも貢献しています。

わたしたちの教室の  
**キラリさん★**  
中山 賢一郎さん

体力年齢が2年連続で10歳若い結果となりました! ご夫婦で仲良く参加しています。元気の秘訣は体操教室・グランドゴルフなどの運動・民謡を歌うこと・盆栽など楽しみをもつことだと笑顔で話されていました。



■市報6月号の「あじさい体操教室」に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。  
誤 令和6年から活動を始めて 正 令和元年6月から活動を始めて

次回は大隅町の「ひまわり体操教室」です。お楽しみに♪