

平成28年度 ふれあい・いきいきサロン研修会



6月28日(火), 『認知症の人への関わり方』をテーマに, 県立広島大学 保健福祉学部 作業療法学科 西田准教授を講師にお迎えし, ふれあい・いきいきサロン研修会を開催しました。また, 三原市高齢者福祉課 砂田保健師による『いきいき百歳体操』の紹介を行いました。お忙しい中, たくさんの方にご参加いただきありがとうございました。



県立広島大学
保健福祉学部
作業療法学科
准教授 西田様

《認知症とは?》

脳の障害により認知機能が低下し, 日常生活や社会生活に支障が出る状態で, 中核症状と周辺症状がある。

『中核症状』…ほとんどの人が持つ
 ・覚えることや思い出すことが苦手
 ・時間, 場所, 人が分からなくなる
 ・言葉の理解や表出が難しくなる

『周辺症状』…個人差が大きい
 ・不安, 焦り
 ・妄想, 幻覚
 ・イライラ, 暴言, 暴力, 介護抵抗
 ・睡眠障害

《認知症の人への関わり方のポイント》

- 気持ちを分かろうとし, 歩み寄る
- 指摘・叱責・説教をしない
- 自尊心を傷つけない配慮・さり気ない援助
- 安心する声かけ・賞賛・感謝
- できることを見つけ役割を担ってもらう

●認知症になっても, 日頃の付き合いから
 ●普段の様子を気にかけて合い支え合える
 ●地域づくりに向けてサロンが期待されています!



三原市
高齢者福祉課
保健師 砂田様



ご興味がある方は
高齢者福祉課へ
お問い合わせ
ください。

《いきいき百歳体操》

DVDを見ながら
参加者みなさんで体験しました。



御作事サロンに おじゃましました♪

御作事サロン					
地域	港町御作事町内会				
結成	平成17年6月				
登録会員数	参加者	支援者		計	
	男 女	男 女	33		
	0 15	8 10			

三原駅前の道を西に
約300メートル。
JRの高架下にあります

ちょうど10周年!

港町会館



7月14日(木), 港町にある御作事サロンにおじゃまして来ました。まだ梅雨明け前にもかかわらず, 夏空で暑い日だったため, みなさんの体調を心配しながら伺ったのですが, 心配ご無用! 私たちのほうが元気をもらってしまいました。おおよそ週に1回活動をされていて, 広島弁のラジオ体操でサロンスタート! 食事会やカラオケ, 出前講座などに加えて, お花見や紅葉狩りなど季節に応じたイベントもあります♪ 今年はお花見もあじさいを見に行く予定も雨で中止になったそうで, 秋の紅葉狩りに期待ですね!

今日はボール体操
です。
みなさん一緒に
頑張りましょう!



御作事サロンの魅力は「自由で何でも笑い飛ばすところ」, 「週1回運動するいい機会」と, みなさんこのサロンを楽しみにされています。長く住んだ港町は顔見知りも多く居心地がいいと, 引っ越した後も毎週福山から通っておられる方もいらっしゃいます。また, いつもサロンに参加される方だけでなく, 参加が難しい方や気になる方にも地域で声かけ・見守り活動が盛んで, 民生委員→町内会長→三原市へと相談の体制ができています。サロンを通して支え合う地域づくりを, 社協はこれからも応援していきます。



梅干しと野沢菜のおにぎりと
玉ねぎたっぷりのお味噌汁♪
食中毒が怖いこの季節。
食中毒予防のため, みなさん
が食べられる量にするなど,
工夫をされています。