

令和6年度連尺学区福祉委員会「福祉セミナー」

日時 令和6年11月11日(月)午後1時30分～午後3時10分

会場 図書館交流プラザ りぶら 会議室 301 参加人数 49名

次第 総合司会 副委員長 本間 康夫

開会のことば 福祉副委員長 吉見 傅一

委員長あいさつ 福祉委員長 近藤 宗保

相談役あいさつ 相談役 平岩 幸一

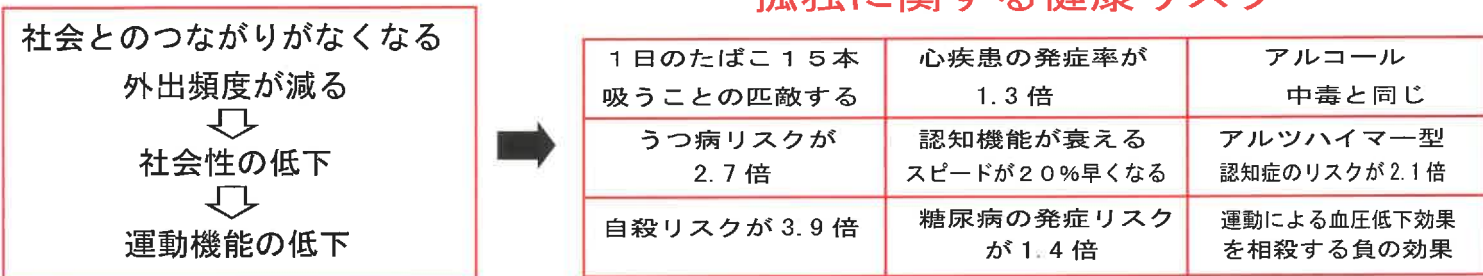


▲ 近藤委員長

講演1 認知症サポート養成講座 さくらの里 地域包括支援センター 香出様 尾崎様

健康とは からだと、こころと、周りの人との関わりがよい状態のこと。

孤独に関する健康リスク



健康でいるためには、毎日誰かしらと会話をしましょう！

日常的な近所づきあい、気軽に行ける居場所を作りましょう！

物忘れ・認知症予防10か条

1. 塩分と動物脂肪を控えたバランスの良い食事を
2. 有酸素運動で血管を美しく、脳血流アップ！
3. 深酒とタバコはやめて規則正しい生活を
4. 生活習慣病の予防・早期発見・早期治療に努めよう
5. 転倒や頭の打撲に気をつけよう
6. 趣味と好奇心を持ち続け、新しいことにもチャレンジ！
7. 日頃から考えをまとめて表現するなど、積極的に頭を使おう
8. 細かな気配りをしたよい人間関係づくりを
9. いつも若々しくおしゃれ心を大切に
10. くよくよしないで明るく前向きに考えよう



▲ 香出様

▲ 尾崎様

認知症・介護などお困りごとは  
相談しましょう  
さくらの里包括支援センター  
☎ 0564-22-3030

# 講演2 岡崎市の福祉政策について 市議会議員 磯部 亮次様 福祉相談課副課長 寺西様

認知症は誰でもなる可能性があります。岡崎市で2024年現在で15,823名の認知症有病者数です。2040年には約2.1万人の見込みがあり、65歳以上の岡崎市民の5人に1人が認知症になる可能性があります。

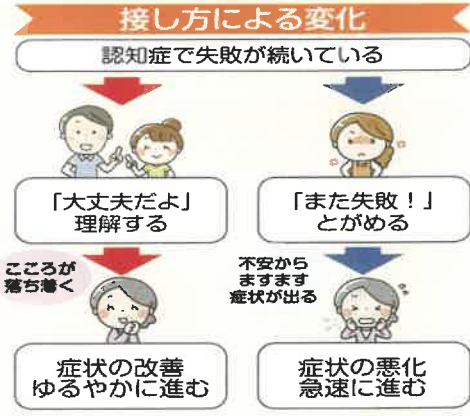


▲福祉部ふくし相談課副課長 寺西 京子  
ふくしの事で相談したい

岡崎市福祉部  
ふくし相談課  
副課長 寺西  
☎0564-23-7584

## 接し方のポイント

- まずは見守る
- 余裕をもって対応する
- 声をかける時は一人で
- 後ろから声をかけない
- 相手に目線を合わせてやさしい口調で
- おだやかに、はっきりした滑舌で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応



## 生活習慣病・介護予防の第一歩は、1年に1回の健康診断！

令和6年度後半 連尺学区の各町内会 行事



▲早川緑道清掃 末広町 11/10



▲自主防災訓練 末広町 ▲老壮クラブバスツアー 11/27



▲交通指導 材木町 9/24



▲学区福祉セミナー 11/11



▲グランドゴルフ大会 11/17 (西康生・康生・板屋・田町)



▲FMB説明会 11/17



▲連尺学区社教委員会グランドゴルフ大会 12/1



▲連尺通餅つき大会 12/22



▲八帖北町餅つき大会 12/22



▲青パト防犯パトロール 12/17



▲末広町年末防犯防災パトロール 12/23

