

白鷹町認知症高齢者
見守りネットワーク

**見守り
支え合い**

お年寄りが地域で安心・安全に暮らせるよう応援します

認知症・介護に関するご相談は
地域包括支援センター Tel.86-0112

毎日の活動で認知症予防

認知症のような症状があっても、本人の信じたくない気持ちや家族の「そんなはずはない」と否定したい気持ちが対応の遅れにつながる可能性があります。

「以前と違う」「何か様子が変だ」というサインに早めに早く気付けるかが重要です。

例えば：

- ・外出しなくなつた
- ・物を置き忘れる。いつも探し物をしている
- ・同じ質問を何度もする
- ・同じものを購入する
- ・財布が小銭でいっぱいだった
- ・身なりを気にしなくなつた
- ・習慣にしていたことや趣味

もしなくなつた最近のできごとが思い出せない（ヒントを与えても思い出せない）など

この状態を放置し、進行してしまうと：

- ・昼と夜の区別がつかない
- ・正しく服が着られない
- ・食後すぐに食事をしたことを忘れる
- ・家族に「誰ですか？」とたずねる など

認知症は誰もがなる可能性があります。しかし、生活習慣の改善によって、ある程度予防できたり、進行をおさえられることもあります。

- ・無理せず、自分でできることを自分でやる
- ・交流や趣味活動を積極的に行う
- ・体を動かす習慣をつける
- ・新しいことに挑戦する
- ・複数の作業を同時に行うなど

サインに気付いたら、早めに専門医やかかりつけ医に相談しましょう。

また、町では認知症の方やその家族の方が安心して在宅で生活していけるよう認知症支援訪問事業を行なっています。話を聞いてみたい方、利用してみたい方は、地域包括支援センターまでご連絡ください。

「認知症の人と家族の会」

認知症介護の経験者の話を聞いてみませんか。

介護について一人で悩まずにご相談ください。

▼いつ 12月24日（水）

午後1時30分～3時

▼どこで 健康福祉センター

▼申し込み 12月19日（金）までお申し込みください。



■申し込み・問い合わせ

健康福祉課地域包括支援センター
☎86-0112

不法投棄防止強化月間（11月）活動報告

11月5日、滝野地内の不法投棄箇所（旧国道348号）で、地元の方々と不法投棄防止対策協議会（県産業廃棄物協会会員、県・町職員）で原状回復作業を行いました。

ごみの投棄箇所は広範囲にわたり、一般ごみの他にもタイヤやガスボンベなどの不法投棄もありました。ごみや建具などのごみが多い箇所は、ユニツクでワイヤーを使って引き上げ、約870kgのごみ、61本のタイヤを回収しました。

不法投棄の原状回復には多大な労力と費用がかかります。「誰も見ていないから」と安易に捨てていませんか？

不法投棄は犯罪です。美しいしらかの自然を守るためにも、不法投棄は絶対にやめましょう。

■問い合わせ

町民課くらし環境係
☎85-6131

