

認知症を学び、地域での支えあいをすすめよう！

平成24年には全国の65歳以上の7人に1人となる462万人の認知症患者がいますが、7年後には5人に1人、約700万人に増えるといわれています。認知症は他人事ではないのです。

■認知症を支える7つのポイント■

- ① まずは見守る
一定の距離を持ち、さりげなく見守ろう。
- ② 余裕をもって対応する
焦らず、自然な笑顔で対応しましょう。
- ③ 声をかける時は一人で
複数で対応すると恐怖心をあおります。
- ④ 後ろから声をかけない
相手の視野に入った所で声かけを。
- ⑤ 優しい口調で
相手に目線を合わせて対応しましょう。
- ⑥ おだやかに、はっきりした話し方で
ゆっくり、はっきり話しましょう。
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応
相手の反応をみながら会話しましょう。

気になる方を見かけたら
福祉村までご一報を！



★認知症を予防する4つのポイント★

- ① 笑おう
笑うことで意欲をもたらす脳内物質が放出されます。
- ② 人との交流を持とう
社会との接触が少なくなると認知機能の低下が進みます。
- ③ 人の役に立とう・日課を持とう
生活を充実させ、認知機能が高まります。
- ④ ほめよう！ほめてもらおう！
ほめて、やる気が起こると脳が活性化します。
ほめてもほめられても脳内物質が放出されま

福祉村サロンに参加して
楽しく交流したり、ボラン
ティアとして地域に貢献で
きますよ！



♪コマ回しする人、よっといで♪1月12日(土) 13時~16時 ~サロン昔遊びからのお誘い~

場所：南部福祉会館1階会議室



皆さん、子どもの頃のお正月遊びと言ったら何でしたか？
凧揚げ、羽根つき、コマ回し、カルタ…いろいろありましたよね。
今回は、コマ回しに挑戦です。ウン十年前に戻って力試しにぜひご参加
ください。女性の方も、現役の小学生も大歓迎です。コマは福祉村でも
ご用意します。お待ちしております！

花水地区町内福祉村（月・火・木・金曜日10時~15時開村）

電話/FAX 0463-21-3401 e-mail hana-fkm@mb.scn-net.ne.jp

※福祉村ホームページのご案内※ <https://hanamizu-fukushimura.jimdo.com>