

認知症になっても安心して暮らせる町づくり

三月十七日、横田コミュニティセンターにて認知症に関する正しい理解と対応、介護のこつをテーマに講演会が開かれました。

まず、東北大学加齢医学研究所 老年医学分野の荒井啓行教授から認知症に関する正しい理解についての講演がありました。

新井さんは「認知症にならないためには生活習慣を正しく過ごす事が大事。規則正しい生活は認知症の予防になる。他にも運動をする、野菜や魚を食べる、緑茶やコーヒーを飲む等が良いとされている。逆に不規則な生活や、高血圧、糖尿病は認知症になりやすい」と説明されました。

順に分からなくなるといわれて、何度同じ事を聞いてきたり、言うことが伝わらない等の症状が悪化する事もよく知られています。

竹下さんは「認知症の介護は、介護する側が認知症を理解し、自分に置き換えて考えることが大事。自分自身が今いる場所が分からない、知らない人が話しかけてくる等の場面に、とてモストレスを感じるのは、認知症の方は常にそういったストレスを抱えている。怒ったり急かしたりせず、お互いにストレスを感じない、ゆったりとした生活を心がけるようにしてほしい」と説明されました。参加者は時折うなずきながら講演を聞き入っていました。



消防庁長官表彰 永年勤続功労賞

奥出雲町消防団
副団長 村尾 紀代之氏
(大呂)



村尾さんは、昭和五十五年十二月に横田町消防団員を拝命以来、平成九年に鳥上分団副分団長、平成十三年には鳥上分団分団長に就任されました。

また、平成十七年三月に奥出雲町消防団となった際には、本部分団本部長に就任し、更に平成十九年四月一日からは本部分団本部長に就任されました。

若い力が世界と戦う!

十六歳以下ホッケーアジアカップ兼二〇一四年ユースオリンピックアジア予選と、二〇一三年JOCジュニアオリンピックカップ兼全日本ジュニアスキー選手権大会アルペン競技の出場選手激励会が三月十四日、行われました。



▲左から 池田さん、杜さん、野原さん、長谷川さん

ホッケーは四月四日から七日までシンガポール、スキーは三月二十九日から三月三十一日まで北海道歌志内市にて行われ、健闘されました。

さくらおろち湖 ウォーク開催



三月三十一日、県内外から約百五十人が参加し第一回さくらおろち湖ウォークが開催されました。

**奥出雲病院に
新しい先生が
着任されました**

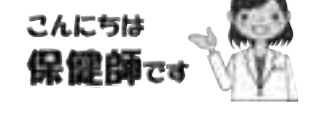
**整形外科
柿丸知之 医師**

(コメント)
四月一日に整形外科に赴任しました。奥出雲町に貢献できるよう努力してまいります。

**民生児童委員に
石原牧子 さん
(八代東部)**

二月末日をもって解職された石原武志民生児童委員さんに代わり、石原牧子さん(八代東部)が新たに就任されました。担当地区は、八代東部、中村自治会です。よろしく願います。

脳ドックの実施について



脳ドックは、脳の血管の状態などを検査することにより、脳卒中などの予防や早期発見・治療に役立つ検査です。特に、生活習慣病のある方、家族の中で脳の病気になった人がある方などに受診をお勧めします。

- 対象者
 - ・40~74歳までの方で、過去5年間脳ドックを受けていない方
 - ・75歳以上の方で、過去5年間脳ドックを受けておらず、申し込み時点において医療機関を受診していない方



※ペースメーカーおよび人工心臓弁を体内に入れている方、約1時間の安静に耐えられない方は受診できません。

| 医療機関 | 検査内容 | 負担金 | 定員 |
|---------|--|--------|-----------------|
| 永生クリニック | MRI、MRA、頸動脈エコー、心電図、血液検査、検尿等 (MRI、MRAの検査は、雲南市立病院での受診となります) | 9,000円 | 60人 (1~2人/週) |

- 申し込み期限 5月31日(金)
- ※定員に達した時点で申し込みを締め切りますので、お早めにお申し込み下さい。
- ※申し込み後、医療機関から日程調整等の連絡があります。

【お申し込み・お問い合わせ先】
役場 健康づくり推進室 (有線 31-5783/電話 54-2781)
※お申し込みの際、氏名・生年月日・住所・電話番号をお知らせ下さい。