



9月は、アルツハイマー月間（認知症月間）です。 図書館と認知症関連コラボイベントを開催します！

町では、9月のアルツハイマー月間に合わせて、図書館と共同で認知症関連イベントを開催します。この機会に認知症について学んでみませんか？

9月中は、認知症に関する図書等の展示を行い、10月以降貸出もします。

- ・映画鑑賞会：9月8日（金）午後1時～2時40分

「ぼけますから、よろしくお願いします。」

認知症の母と老老介護する父の暮らしを記録したドキュメンタリー映画です。

- ・介護・認知症の相談会：9月8日（金）午後2時40分～4時00分

9月19日（火）午後1時30分～3時30分

物忘れや認知症、介護などに関する疑問や悩み・不安があれば、気軽にご相談ください。保健師や相談員等が対応します。

- ・“認知症の人を支える家族の会”の集い：9月19日（火）午後1時30分～3時30分

誰かに話したい！聞いてほしい！現在介護をしている方・すでに看取った方が集まって、お互いの話を通じて交流を深め、ストレス解消ができる会です。体験集の無料配布もあります。

- ・認知症サポーター養成講座：9月9日（土）午前10時30分～12時（要予約）

※5人未満の場合は中止になる場合があります

町内に認知症高齢者等を見守るサポーターを増やす取組みを行い、小・中学校でもキッズサポーター養成講座を開催しています。



開催場所は、上記すべて余市町図書館です。お気軽にお越しください。

※1994年「国際アルツハイマー病協会」は、世界保健機関（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症についての知識の普及活動を実施しています。

また、2012年からは9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、様々な取組みを行っています。

問合せ・申込み 保険課 介護保険係 ☎ 21-2119



9月4日「認知症の理解と予防について」の講演会開催のお知らせ

認知症の予防には、発症を遅らせる「一次予防」、発症後も進行を遅らせる「二次予防」、進行した後も合併症を防いだり日常生活を維持できる「三次予防」があります。認知機能の部分的な不具合（MCI）をできるだけ早く見つけて、ゆるやかな運動を継続し、積極的に人と交わり、血糖値や血圧を正常にすることで、「一次予防」の効果があると言われています。認知症を正しく理解して、「一次予防」に加えて認知症の人本位の「二次予防」「三次予防」を実現していくためにも、講演会を開催しますので、皆さんの参加をお待ちしています！

日 時：9月4日（月）午後1時～3時

場 所：余市町中央公民館 3階

参加費：無料 ※事前申込みが必要です

内 容：「認知症の理解と予防について」

講演者 小樽商科大学特認名誉教授 NPOソーシャルビジネス推進センター理事長 相内 俊一氏
「介護予防・認知症予防体操」

指導者 NPOソーシャルビジネス推進センター運動指導士 佃 菜穂氏

余市町で開催している地域まるごと元気アッププログラム教室（通称まる元）の先生です！

「あたまの元気度（認知機能測定）チェック」

参加者皆さんでワイワイ楽しみながら体験できます！

「介護・健康相談」

講演会終了後、保健師や介護相談員が個別でご相談にのります！

その他：脳トレクイズと脳トレ体操紹介が1冊になった小冊子のプレゼントがあります。

主 催：生活協同組合コープさっぽろ

共 催：余市町・NPOソーシャルビジネス推進センター・日本コープ共済連合会

問合せ 保険課 介護保険係 ☎ 21-2119