

包括支援センターだより

18

～ 知っていますか？認知症 ～

脳の病気によって記憶力や判断力が低下することで、日常生活に支障が出てくる認知症。65歳以上の高齢者の約4人に1人は認知症またはその予備軍と言われています。(平成27年1月厚生労働省発表)

認知症による物忘れは「体験そのものを忘れる」と言われ通常の老化による物忘れと違いがあります。認知症の中には治療可能なものや、発症を予防できるものもあるため、早期発見と早期診断が重要です。また、介護者も一人で抱え込まず、誰かに相談することが大切です。オレンジカフェや認知症疾患センターの相談日などもご活用ください。

「老化による物忘れ」⇒体験の一部を忘れる

この人の名前は
何だったかな？

財布はどこに
置いたかな？

晩ごはんは
何食べたっけ？

「認知症」⇒体験そのものを忘れる

(知ってる
はずの人に)
この人誰？

財布が
無くなった!!

晩ごはん
食べてない!!

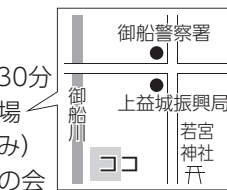
オレンジカフェ すまいる ～お花見会のお知らせ～

『オレンジカフェすまいる』は、認知症の方を介護している家族などが集まり、同じ経験をした人たちが気軽に話せる場です。介護者が少しでもホッとできる場になればと、開催しています。

今回は、お花見会を開催します。桜の下で昼食を食べ、みんなでリフレッシュしてみませんか？

ぜひ、お気軽にご参加ください。

- ・日 時：3月29日(日) 12時30分～14時30分
- ・場 所：若宮堰ふれあい広場
- ・参加費：500円(昼食代込み)
- ・主 催：御船町認知症家族の会



『すまいるクラブ』

※雨天時は、子育てふれあい館にて食事会とします。

要予約 3/22まで



☎ 地域包括支援センター ☎282-2911

元気クラブカレンダー(4月)

介護予防の教室を各地域で行っています。●対象者：65歳以上

11日(火)	【御船、辺田見、滝川】
25日(火)	場所：ひばり荘／時間：10時～11時30分
18日(火)	【滝尾】
	場所：滝尾公民館／時間：10時～11時30分
17日(月)	【水越】
	場所：水越公民館／時間：10時～11時30分
20日(木)	【木倉】
	場所：木倉公民館／時間：10時～11時30分
10日(月)	【高木】
24日(月)	場所：下高野公民館／時間：10時～11時30分
7日(金)	【小坂、陣、豊秋】
21日(金)	場所：陣多目的集会所／時間：10時～11時30分
13日(木)	【七滝】
27日(木)	場所：七滝公民館／時間：10時～11時30分
14日(金)	【上野】
28日(金)	場所：北田代分館／時間：10時～11時30分
19日(水)	【田代東部】
	場所：田代東部公民館／時間：10時～11時30分
19日(水)	【田代西部】
	場所：北田代分館／時間：14時～15時30分

☎ 町社会福祉協議会 ☎282-0785

家で簡単体操！

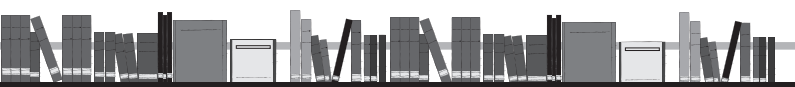
体・肩の体操②

- ①タオルを両手で持ち、腕を前に出します。
- ②手を伸ばしたまま、「1.2.3.4」で腰を左方向にねじります。
- ③「5.6.7.8」で手を正面に戻します。
- ④右方向にも同じようにし、2回繰り返します。

体をひねったり腕を後ろへ動かすことで、背中やお尻周りの衣服を整えやすくなる体操です。



参照・熊本県作業療法士会 生き活き体操



Library Information

としょかんだより

町立図書館
カルチャーセンター1F
☎ 282-0888
休館日／毎週月曜日

4月23日から5月12日は、「こどもの読書週間」です。今年の標語は、『小さな本の大きな世界』。子どもたちが本に親しむようになるには、小さなときから本に接する環境にあることが大切です。短い時間でよいのです。一緒に絵本を楽しんでください。読み聞かせにぴったりの、おすすめの絵本を紹介します。

0歳から はじめての絵本は、動物など、身近なものが登場するものがよいでしょう。文字が少なくても、絵を指さしたり、ことばのリズムを楽しんでください。 ●いないいないばあ 松谷みよ子 童心社 ●どうぶつのおかあさん 荻内 正幸 福音館書店 ●ママだいすき まどみちお こぐま社	2歳～3歳ぐらいから このころから、簡単なおはなしの世界に入ることができます。くりかえしのある昔話、主人公に自分を重ねられるものが楽しめるでしょう。 ●おつきさまこんばんは 林 明子 福音館書店 ●はらぺこあおむし エリック・カール 偕成社 ●おおきなかぶ ロシア民話 福音館書店	すこし大きくなったら ●ちいさいうち バージニア・リー・バートン 岩波書店 ●だいくとおにろく 赤羽 末吉 福音館書店 ●ペレのあたらしいふく エルサ・ベスコフ エルサ・ベスコフ 福音館書店
---	---	---

ここに紹介したのはいわゆる“名作絵本”です。この他にも、新しい個性的な絵本がたくさん出版されています。ぜひ図書館で手にとってみてください。

新刊案内

《一般書》

題名	作者名
★小学校最初の3年間で本当にさせたい[勉強]	中根 克明
★見てる、知ってる、考えてる	中島 芭旺
★帰郷	浅田 次郎

《児童書》

題名	作者名
★うみのとしょかん	森田みちよ
★オオカミから犬へ！人と犬がなかよしなわけ	ハドソン・タルボット
★がっこうたんけん しょうがっこう だいずかん WILLLこども知育研究所	

戦地の図書館 海を越えた一億四千万冊 モリー・グプティル・マニング 著

第二次世界大戦が終わるまでに、ナチス・ドイツは『非ドイツ的な本』の発禁・焚書を行い一億冊を超える本をこの世から消し去った。一方、アメリカは、図書館員たちが全国から寄付された本を兵士に送る図書運動を行った。その数は、およそ一億四千万冊。軍と出版社は、兵士用に作られた新しいペーパーバック“兵隊文庫”を作り、あらゆるジャンルの本を世界中の戦地に送り届けた。ニューヨーク・タイムズ・ベストセラーのノンフィクション。兵隊文庫の全作品リスト付です。

魔法の箱 トモダチがくれた宝物

ポール・グリフィン 著

この世界に自分は必要ないんじゃないか？かわいくもないし、ぜんそく持ちだし。9歳まで児童養護施設で育ったベンは、引き取ってくれる人がなかなかきまらなかった。ようやく里親が現れ、ふつうの子どもの生活がはじまったけれど、学校に行けば、いじめっ子の標的に。ベンにとって、まだ世界は悲惨だった。けれどある日、みずぼらしい犬を拾ったこと、そして図書館で出会った風変わりな少女のおかげで、彼の世界は大きく変わっていく。

図書館の利用案内

4月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

は休館日です

開館時間

- 平日(火～金) 9:30～17:00
- 土・日・祝祭日 9:00～17:00

2月のとしょかんだよりの「お知らせ」に掲載していましたが、2月の間に訂正がありました。

誤：平成29年3月17日～3月24日
正：平成29年3月24日～3月29日