

認知症

にやさしいまちが拡大中！

もの忘れ検診が市役所でも受けられるようになります！

「最近、もの忘れが多くなってきた気がする…」そんな悩みを抱えていませんか？
もの忘れ検診は、認知症の早期発見につながる検診で、タッチパネル式のパソコンで簡単な質問に答える検査です。市役所でも実施することとなりましたので、ぜひ、受診してみてください(予約制)。

NEW 市役所検診(1日4名)

日時…7月5日(金)・19日(金)
10:00～12:00
場所…市役所1階相談室

個別検診(1日1名)

日時…7月11日(木)・18日(木)・25日(木)
13:00～13:30
場所…健生五所川原診療所



「認知症カフェ」金木会場がはじまります！

認知症の方やその家族、認知症に関心のある方など、どなたでも参加できる場です。認知症や介護の悩みを語り合ったり、専門職によるミニ講座などがあります(茶菓子代200円)。

NEW やどかり café かなぎ

日時
▷7月7日(日) 10:00～12:00
▷8月4日(日) 10:00～12:00
場所…金木総合支所2階会議室
テーマ
▷7月7日(日)
ゆたかな生活・あじわい深い生活は健康から
(講師…青森県作業療法士会 平川 裕一氏)
▷8月4日(日)
認知症の人と取り巻く人を支える支援について
(講師…青森県作業療法士会 金谷 圭子氏)



カフェ de つえぎ

日時…7月14日(日) 10:00～12:00
場所…中央公民館2階第1会議室
テーマ…よりよく生きるためのエンディングノート (講師…法永寺 住職 小山田 和正氏)

耳鼻科医が教える！無料補聴器講座

NEW

人との会話や電話で音が聞き取りづらい、補聴器が合わなくて困っているなど、聞こえに不安のある方やその家族、支援に携わる方のための講座です(定員30名)。

日時…7月17日(水) 14:00～15:00(受付13:30～)
場所…五所川原市役所 2階 会議室2B・C
講師…あきた耳鼻咽喉科クリニック院長 秋田 二郎氏

(日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会 青森県地方部会 福祉医療委員会 委員長)

内容…聞こえと難聴、ヒアリングフレイル、難聴と認知症、補聴器の適切な購入・トレーニング方法、ヘッドホン・イヤホン難聴などについて

申込み…7月12日(金)までに電話でお申し込みください。

問い合わせ・申込先…地域包括支援課 内線2453

ご自宅で治療しながら生活している方のための相談窓口

NEW

家族介護出張相談(無料)

介護職員がご自宅等へ出張して、身体介護に関する実技指導・相談に対応します。(例)オムツ交換、体位交換、移乗介助、入浴介助など

希望される方には状況をお聞きし、日程調整させていただきます(予約制)。

対象…要介護状態の方を在宅介護している家族
問い合わせ・申込先…地域包括支援課 内線2453

在宅医療相談

医療介護関係者や本人・家族の方が利用できる相談窓口を設置しています。自宅で療養生活を送られる方の医療や介護に関する相談に応じますので、気軽にご利用ください。

窓口…白生会胃腸病院地域連携室
Tel38-4688(直通)

受付時間…平日8:30～17:30

あなたの力を地域が必要としています！アクティブシニアポイント研修会

施設や市の介護予防教室、在宅高齢者のお手伝いなど、ちょっとしたボランティアをしてみませんか？まずは、研修会を受講しましょう(申込制)。詳しくは、QRからご覧ください。

対象…要介護認定を受けていない65歳以上の市民

日時…7月22日(月) 10:30～12:00

場所…生き生きセンター

事業概要…おおむね1時間のボランティア活動で1ポイント(1日2ポイントまで)。1年間(1月から12月まで)で最大120ポイントまで貯めることができます。貯めたポイントは、商品券と交換できます(1ポイント100円)。

問い合わせ・申込先

▷五所川原市社会福祉協議会 Tel34-3494

▷地域包括支援課 内線2464



各種介護予防教室について

市では、高齢者になっても生きがいを感じながら元気に生き生きと暮らすために、さまざまな介護予防教室を実施しています。

「いきいき教室」「ノルディック・ウォーク」「ゆーゆー元気教室」は、いずれも無料で参加できますので積極的にご参加ください。詳しくは、右QRから市ホームページをご覧ください。



「いきいき教室」の取組の様子

耳よりな情報を発信しています ラジオ「包括ナビ」

地域包括支援課の事業や、高齢者の医療・介護・福祉に関するお役立ち情報を、毎週様々なテーマでお届けします。ぜひお聴きいただき、地域包括支援課まで質問や感想をお寄せください。

日時…毎週月曜日9:05～9:15

放送局…FMごしよがわ76.7MHz