



シルバーリハビリ体操とは、介護予防を推進するために茨城県で考案された体操で、道具を使わずに、いつでも、どこでも、誰でもできる体操です。腰痛、膝痛、転倒、失禁の予防などに役立ちます。これからもますます元気であるために、ぜひこの機会に受講して、体操の指導をしながら地域で活動をしてみませんか。

▶日時・場所 全6日間

①紫波町会場（紫波町役場 3階301～303）10:00～16:00

5月17日(水)、5月19日(金)

5月24日(水)、5月26日(金)

5月31日(水)、6月2日(金)

※申込期限 5月10日(水)まで

②矢巾町会場（さわやかハウス）10:00～16:00

6月13日(火)、6月15日(木)

6月20日(火)、6月22日(木)

6月27日(火)、6月29日(木)

※申込期限 6月2日(金)まで

▶受講資格 町内在住でおおむね60歳以上の方、地域で体操普及のボランティア活動ができる方、6日間の全日程に参加できる方

▶内容 解剖運動学、体操の実技など

▶講師 南昌病院の理学療法士、作業療法士、言語聴覚士

▶受講料 無料

▶申し込み・問い合わせ 役場健康長寿課長寿支援係 (☎611-2828 有線3222)

養成講習会参加者募集!!

シルバーリハビリ体操3級指導者

おしえて!  
好きな食べ物  
北川保育園 3歳児



ブドウ

あいだひなたちゃん



スイカ

あさのこまつくん



イチゴ

くどうあやのちゃん



イチゴ

さいとうももかちゃん



バナナ

やなたけんじんくん



モモ

よしだりのちゃん

やはば文芸の森

「やはば短歌の会」会員の作品から

新田一区 菅原 勝利

三陸の二度の津波に遭ひたりし人が矢巾の冬を越えたり  
吹き曝しに薄むらさきの小花つけかきどほし咲きさらぎ半ば

高田三区 北田みどり

目を浴みてわが庭歩む鳥の子飛び来し雀と寄りて餌を食む  
いろ淡き朝の光に落のたう常より早く畦道に萌ゆ

下北 今野 文子

去年の秋畑に埋けたる大根がおでんとなりてわが席にあり  
父の転勤決まりし孫は号泣し三原を離る辛さを言へり

下北 藤原オイロ

それぞれに異なる緑に芽吹く木々居久根に見つ蕪を摘みある  
朝々に霜は降れどもクロッカス落葉押し上ぐ白と紫

※やはば短歌の会からのお知らせ…毎月二回、金曜日に町公民館で短歌の勉強会を開催しています。皆さんお気軽にご来場ください。

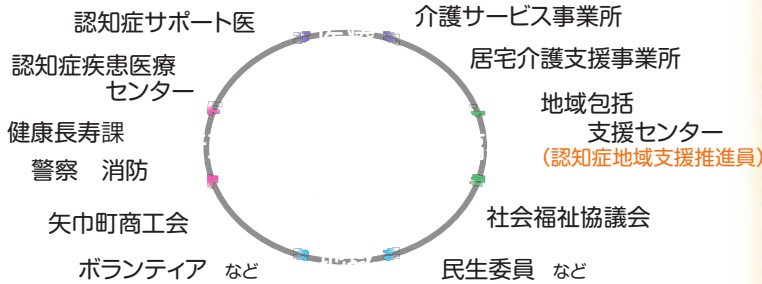


# 認知症の

## 早期発見、早期治療のために

認知症とは、何らかの脳の病気によって一度獲得した知能が継続的に低下し、さまざまな生活の支障が現れる状態をいいます。  
町では、認知症の方とそのご家族をみんなで支えるネットワークを構築し、認知症になっても安心して住み続けることができる町づくりを推進しています。

### やさしさはばたく 認知症支援ネットワーク連絡会



町では、認知症の方とご家族を地域みんなで支えるため「やさしさはばたく認知症支援ネットワーク連絡会」があります。医療・介護・福祉だけでなく、地域のいろいろな組織や団体の協力を得て「認知症になっても安心して住み続けることのできる町づくり」を目指しています。

#### ほっと一息♪

#### 認知症カフェ、いかがですか？

認知症カフェは、地域でともに暮らす認知症の方とご家族を応援するカフェです。  
★ゆっくりお茶ができる居場所

★語らいの場として ★専門員に気軽に相談できます

【おれんじカフェ】▶日時 毎月第2土曜日、10:00~12:00

▶場所 やはぱーく (矢巾町大字又兵衛新田6-15-5 ☎656-6610)



#### 【高齢者見守りSOSステッカーの無料交付をしています】



町では、盛岡広域シルバーケアSOSネットワークシステムに登録をした方に、靴や杖などに貼る登録ナンバーの入ったステッカー（シール）を交付しています。

認知症高齢者が、靴や杖などにこのステッカーを貼ることで、徘徊や保護された場合にステッカーの登録

番号から身元が分かります。ステッカーは、車のライトなど反射して光る蛍光色なので、交通事故防止にもつながります。

#### 〈盛岡広域シルバーケアSOSネットワークシステムとは?〉

認知症の高齢者などが一人で道に迷ったり、行方不明になって捜索が必要になった場合に、警察と関係機関、協力者が情報を共有・連携することで早期発見と安全保護を目指すシステムです。

▶問い合わせ 矢巾町地域包括支援センター (☎697-5570)、役場健康長寿課長寿支援係 (☎611-2828)

#### 矢巾町の認知症地域支援推進員を紹介します!

推進員は、認知症の方やその家族の相談や支援を行います。また、医療や介護などのサービスが利用できるように、関係機関との支援ネットワークを構築しています。



推進員: 鱒沢陽香さん  
「物忘れなど気になることがあったら、お気軽にご相談ください」

▶問い合わせ 矢巾町地域包括支援センター (☎697-5570)

#### 「やはば脳とカラダのいきいき健診事業について

矢巾町では、平成28年度から岩手医科大学と共同で「やはば脳とカラダのいきいき健診」を実施しています。この健診は、高齢化率が高い13行政区にお住まいの65歳以上の方を対象に、認知症・脳卒中・うつなどの予防法を明らかにする調査・研究を岩手医科大学と連携して行っています。3月28日には、健診の受診者を対象とした報告会がさわやかハウスで開催されました。

なお、今回の健診を受診され、もの忘れの心配がある方の相談窓口として、岩手医科大学附属病院の専門医が認知症の早期発見、治療のために4月から神経内科（もの忘れ外来）を矢幅駅西口のごずかた診療所に開設しました。

▶日時 毎週金曜日 受付時間 8:30~11:30 13:15~17:00  
診療時間 9:00~12:00 13:30~17:30

※診療には、予約が必要です。

▶問い合わせ先 ごずかた診療所 (☎698-3033)