



健康だより

認知症を発症しても「人生」を楽しく生きる

認知症は誰でもなりうることから、正しい知識と対応が重要です。認知症を正しく理解していくことで、自身の「人生」を充実させていくことにつながります。

また、国全体でも65歳以上の人口の割合の上昇や、認知症の罹患者数の多さも課題として、2024年1月1日に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、以下の基本理念を踏まえた共生社会の実現が求められています。

- ・ 認知症の人の意思決定支援・権利利益の保護
- ・ 認知症に関する理解の推進
- ・ 社会参加の確保
- ・ 保健医療及び福祉サービス提供体制の整備
- ・ 認知症の人や家族への支援
- ・ 共生社会実現への研修の推進や予防、診断・治療・リハビリなどの環境整備
- ・ 教育・地域づくり・雇用・保健などさまざまな分野での総合的な取り組み

●65歳以上は5.4人に1人が認知症に

日本における65歳以上の認知症の人の数は、2020年は約600万人、2025年には約675万人と推定されており、高齢者の5.4人に1人が認知症になると予測されています。認知症への理解を深め、認知症になっても人の尊厳が保たれながら希望をもって日常生活を過ごせる「共生」の社会を創っていくことが重要となります。

●「認知症」とは

認知症は脳の病気や障がいなどのさまざまな原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。認知症にはいくつかの種類があり、アルツハイマー型認知症や血管性認知症が有名です。

●認知症を早期に発見、早期に対応するために

認知症は、脳梗塞や脳出血を原因とする血管性認知症のように突然発症することもあります。多くの場合は軽度認知障害(MCI)という状態を経過した後に認知症に移行することが指摘されています。軽度認知障害(MCI)の方のすべてが認知症になるわけではありませんが、この段階から運動や食生活の見直しなどの予防的活動を開始することで認知症への進行を遅らせることが期待されています。

●認知症に関する相談先について

町福祉課では、月に1回、認知症疾患医療センターの相談員を交え、「認知症についての相談会」を開催しています。相談会においては、認知症の人に対する対応や、専門医への受診方法、専門医の紹介、利用できるサービスの紹介などについての助言を行っています。

さまざまな社会資源を活用して、自身や家族の「人生」を楽しく過ごしていきましょう。

●お問い合わせ先

町福祉課

☎096-234-1114

Fitness

甲佐町フィットネスセンター

新しい年、新しいスタート。フィットネスで健康な日々を手に入れよう！

新年あけましておめでとうございます。昨年は当施設をご利用いただき、誠にありがとうございました。今年も皆様の健康を全力でサポートし、ご満足いただけるサービスを提

今月の講師



那須 賢志さん
(健康運動指導士)

供いたします。お正月後のリフレッシュに、トレーニングを始めませんか？新年の健康目標を

一緒に達成しましょう。ぜひ当施設をご利用ください。

●インボディ測定会

1月14日(火)から1月31日(金)まで、インボディ測定会を実施いたします。一月太り解消に向けて、まずは身体状態を測定してみませんか？

〈インボディ〉

30秒で体組成が分かる測定機器です。筋肉量、体脂肪、四肢の筋肉量などがわかります。

▶測定料金

550円



▲甲佐町フィットネスセンターで実施するインボディ測定会にぜひお越しください

●お問い合わせ先

甲佐町フィットネスセンター
(町総合保健福祉センター内)

☎096-235-8712

スマイル

わが家の「笑顔」を紹介します

赤ちゃんの笑顔
募集中！未就学児のお子さんの
笑顔を広報紙に掲載しま
せんか？応募期限は

毎月7日まで。

ご応募お待ち

しています▶



■お問い合わせ先

町企画課

☎096-234-1115

久米^{りっ}梨月^{ちゃん}（4歳）

父・修永さん

母・千春さん（麻生原区）

お兄ちゃんいつも遊んでくれて
ありがとう！大好きだよ♡

1月・2月の保健活動

●会場 町総合保健福祉センター

+4か月児健診

1月16日（木）午前9時

2月20日（木）午前9時

+7か月児健診

1月16日（木）午前10時

2月20日（木）午前10時

+ピカピカ1歳教室

2月7日（金）午前9時20分

+1歳6か月児健診

1月14日（火）午後1時

+すくすく2歳児子育て相談

2月21日（金）午前9時20分

+3歳児健診

1月14日（火）午後1時10分

※健診などの日時は変更となる場合があります。対象の方に
個別にお送りする通知を必ずご確認ください。

● 1月の子育て支援カレンダー

●甲佐町子育て支援センター（竜野保育園内）☎096-234-0305

6日（月） 身体測定（身長・体重）

8日（水） 風を作ろう

10日（金） お人形遊び

15日（水） お散歩

17日（金） かるた遊び

20日（月） 駒を作ろう

22日（水） 園庭遊び

24日（金） おやつ作り（要予約）

27日（月） めりえ遊び

29日（水） ブロック遊び

31日（金） 鬼のお面作り

育児相談（電話・面接） 月～金曜日 午前9時30分～午後4時

体験保育 月・水・金曜日 午前9時30分～正午

●休日当番医

月 日	当番医	電話番号
1月1日	桃崎整形外科	096-235-8111
1月2日	甲佐眼科クリニック	096-235-5600
1月3日	谷田病院	096-234-1248
1月5日	甲佐眼科クリニック	096-235-5600
1月12日	荒瀬病院	096-234-1161
1月19日	谷田病院	096-234-1248
1月26日	桃崎整形外科	096-235-8111

●日程は変更になる場合があります。最新情報は町公式ウェブサイトなどをご確認ください