

包括北浜新聞

令和5年度 第2号

暑さの厳しい時期になりました。
室内にいても熱中症になることがあります。
暑さを避け、こまめに水分補給をすることが必要です。
体力作りを心がけ、熱中症を予防しましょう。

五八会で認知症サポーター養成講座を開催しました♪

5月21日（日）に認知症を支える地域作りを目指すため、
東美園で認知症講話を行いました。

五八劇団の皆さんと一緒に認知症症状と正しい対応方法を学びました。
今後も劇団員の皆さんの活躍が楽しみです。

五八劇団
大活躍

認知症を知ろう！

否定
しない

驚かせ
ない

急がせ
ない

自尊心を
傷つけない

接し方を学ぼう！

地域で
支え合っていこう！

浜北区 認知症サポーター座談会

対象者：認知症サポーター養成講座を受講したことがある人

★参加者はオレンジリングをご持参ください。

日時：令和5年9月26日（火）14：15～16：15（受付 14：00～）

会場：浜北ふれあい交流センター2階（浜北区小林1272-1）

内容：第1部 「認知症サポーターの心構え」

講師：石間秀美（包括北浜）

第2部 「認知症と軽度認知障害（MCI）」

講師：磯貝聡医師（聖隷三方原病院認知症疾患センター）

※参加希望の方は地域包括支援センター北浜までお電話下さい。

締切 9/15

認知症の父との奮闘記 No.14

「おしりから血が出る！」 体調の変化に気づけずごめんなさい。

父が大腸癌の診断を受けたのは1年前。きっかけは「おしりから血が出る」の一言。病院受診し検査をすると既に末期の状態。「余命1年」いつも元気に自転車で地域を勝手にパトロールし毎日近所のスーパーに刺身を買に行き好きなお酒を飲んでいた父。時々思い出したように「俺の金をお前が盗って行く」と怒鳴る父。妄想がおさまると「いつもありがとな」と笑顔で感謝してくれる父。対応する私は「悔しい」と思ったり「まともな事も言えるじゃん」と少し照れてみたり何だか振り回されながら・・・元気な父を目の前にとすると主治医の「余命1年」なんて信じられない（信じたくない）気持ちでした。認知症の人は自身の体の変化にも気が付きにくく、本人が自覚した時には病状が進行しているという事・・・気が付いてあげられなかった事を悔やんでいます。「気が付いてあげられなくてごめんなさい」振り回される事が面倒に感じて向き合えていなかった事に今更悔やむ毎日。

こんな私と一緒に
「認知症」について
お話しませんか？

認知症家族会について

開催日： 偶数月 第4土曜日

(8月26日・10月28日・12月23日開催予定)

13:30～15:30 (13:15～受付)

場所： 浜北愛光園 (浜北区高蘭208-2)

ご本人を自宅に一人にしておけない等
心配な方は家族会開催中に
「浜北愛光園デイサービス」で
専門職による楽しいレクリエーション
に参加できます！おやつ付きですので
参加希望の方は1週間前までに申し込
みをお願いします。

郷中ふれあい・いきいきサロン(貴布祢4区) ロコトレサロン開設！

ロコモーショントレーニングとは・・・

「片足立ち」と「スクワット」の
2種類の簡単な運動です。

サロンに集まり近所の人とおしゃべりしながら、
ついでに運動をして元気になりましょう♪



令和5年7月28日に第1回目を開催！

郷中ふれあい・いきいきサロン



地域包括支援センター北浜

住所：浜松市浜北区高蘭208-2
(浜北愛光園内)

電話：053-584-2733

ホームページは
こちら 

