

いなほの里だより



9月の行事

- ・お誕生会
- ・敬老会
- 買物レク



担当者より一言

9月は敬老会です。喜寿 (77)、養老(80)、米寿(88)、 卒寿(90)とたくさんの利 用者の方と出会えたことが 私達にとって人生の肥やしに なっています。これからも いっぱい教えて下さい。

作誕 り生 で日 おケ いしも 41



むら祭つしに 子さんとなっている。 、愛を込い

めロ

プ大納

れた研だ。修 け若生 でいが

大顔です が隣だとそ

いなほ巻 みなさん真剣な表情で がんばりました。 10 m 60cmでした



の待ってますで巣立ちました。 を存から

励まし合い、助け合いの参考として

家族がつくった 認知症・早期発見のめやす

もの忘れがひどい

- □今切ったばかりなのに 電話の相手の名前を忘れる
- □ 同じことを何度も言う・問う・する
- 口しまい忘れ苦き忘れが増え いつも探し物をしている
- □財布・通帳・表類など を盗まれたと人を疑う



料断・理解力が衰える

- □料理・片付け・計算・運転 などのミスが多くなった
- □新しいことが覚えられない
- □詰のつじつまが合わない
- □テレビ番組の内容が 理解できなくなった



人柄が変わる

- □ 些細なことで怒りっぱくなった
- □周りへの気づかいがなくなり 頭囲になった
- □自分の失数を人のせいにする
- 口「このごろ様子がおかしい」 と期間から言われた

不安部が強い

- 口ひとりになると怖がったり 寂しがったりする
- □外出時 持ち物を何度も確かめる
- □「頭が変になった」と 本人が訴える

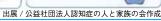


時間・場所がわからない

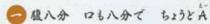
- □約束の日時や場所を 間違えるようになった
- □慣れた道でも迷うことがある

意欲がなくなる

- □下着を替えず 身だしなみを 構わなくなった
- □趣味や好きなテレビ番組に 興味を示さなくなった
- □ふさぎ込んで何をするのも 位動がり いやがる



健康に生活するために



- 学ぶたび パワー充電 脳活性
- 何歳でも 頑張りすぎだば 逆効果
- 回 何よりも 仲間の実顔 妙楽だ
- 翅味を持ち 元気でとしょる 茶飲み会
- 下向くな くよくよしてれば ビンボ神付く

ボランティア まだまだ出来る 役に立つ

- 家族でも あいだ保って 良い関係
- かかりつけ なんでも相談 医医保険
- んでも、俺・私はやっぱりこれ!

この枠に自分の健康一ケ条を書き加えましょう!

(作成:秋田県)

おや?困ったな…と思った時には、お気軽にご相談ください:TEL 58-5811