長寿会たより

2026年11月号
（発行）事務局

【 認知症　講話 】

10月23日に在宅支援センターの伊崎、伊藤さんによる「認知症」の講話があり、19名の参加がありました。

テーマ①　認知症への正しい理解を深める

認知症の発症率は、80歳で22%程度、85歳で40%程度、90歳で60%以上となっており、四日市市では認知症の方が8378人（R6.8)いますが、中学生約7500より多くなっており、認知症は誰にでも起こりうる身近なものになっています。

現在では、認証であっても活躍している人が増え、認知症に対する考えが「認知症になっても、できること・やりたいことがあり自分らしく生きることができる」という考え方に変わってきています。

テーマ②　地域で支え合うヒントを得る

認知症に気付いてからも、今まで通りの暮らしを継続し、地域にいる仲間と出会えるような機会を大切にしましょう。

認知症の方に声をかける時は、① 驚かせない　② 急がせない　③ 意思、自尊心を尊重する　ことを心がけてください。認知症の方への接し方で、症状が改善することもあるようです。何か失敗をしたときには、「大丈夫だよ」と理解し、本人に安心してもらうことにより症状がよくなることがあるようです。余裕を持って接しましょう。





【 内部地区文化祭 】

11月8日に内部小学校で文化祭が実施されました。
今年は天候に恵まれたくさんの方が見え、売店は大行列でした。



長寿会員からは、絵画とパッチワークの作品が展示されていました。







今後の活動予定

11月23日（月） 長寿会 グランドゴルフ大会 9時集合
12月14日（月） 年末大掃除
コミュニセンターを掃除 9時集合
11月行事として予定していた「健康講座」は行事が多いため中止とします。

次回、采女が丘長寿会役員会は、12/7（月）9時です。
よろしくお願いします。