

むし歯のない 3歳児



このコーナーでは、町の健康診査で「むし歯のない3歳児」として表彰されたお子さんを紹介いたします。

付き添いの保護者から、むし歯ゼロへの取り組みなどをお聞きしました。



いしかわ らいし
石川 禮至 くん

「仕上げ磨きをしっかりとやっています」



さとう ふうき
佐藤 風希 ちゃん

「パパママと一緒に楽しくバイキンマン退治の劇をしながら歯磨きをしています」



ちば しおん
千葉 詩桜 ちゃん

「きちんと夜の仕上げ磨きをしています」

地域で支える「認知症」



全国的に高齢化が進む中、町の高齢化率も年々上昇し、町民の3人に1人が65歳以上となっています。長生きする人が増えたのは喜ばしいことですが、それに伴って増えてきた病気があります。そのひとつが「認知症」です。

認知症ってどんな病気？

認知症は、さまざまな原因で脳の細胞が死んでしまい、脳の働きが悪くなる病気です。

認知症によって生じる症状は、大きく分けて2つあります。

■中核症状

- ▽ついさつき起きたことを忘れる
- ▽物の名前が出てこなくなる
- ▽時間や場所、人を認識できなくなる

▽着替えができなくなる

▽旅行や料理など、計画や手順を考へて実行することが困難になる

【中核症状の対処方法】

中核症状は、治すことはできませんが治療により進行を遅らせることができます。

■周辺症状

▽暴言や暴力

▽外をあてもなく歩き回る(徘徊)

- ▽目の前にないものが見える(幻覚)
- ▽あり得ないことを信じて疑わなくなる(妄想)
- ▽落ち込んだり、何をすることも意欲が湧かない(うつ状態)
- ▽不安や睡眠障害

【周辺症状の対処方法】

周辺症状は、本人の性格や周りの人の接し方などで現れやすい、その人特有の症状です。周囲の人が配慮することで、症状の発生を抑えたり、緩和したりすることができます。

認知症の人にどう接する？

認知症の人は、「何も分かっていない」わけではありません。物忘れが増えたり、今までできていたことができなくなったりする変化に誰よりも本人が驚き、混乱している状況です。まずは、その気持ちを思いやりましょう。

認知症かも?と思ったら

早めに医療機関を受診することが大切です。まずは、信頼できるかかりつけ医に相談してみましょう。ただし周囲が勧めても本人が受診を嫌がる場合もあります。そのようなときは、高齢者総合相談センター

(地域包括支援センター)までご相談ください。

▽高齢者総合相談センター

☎34-4601

家族が認知症になったら

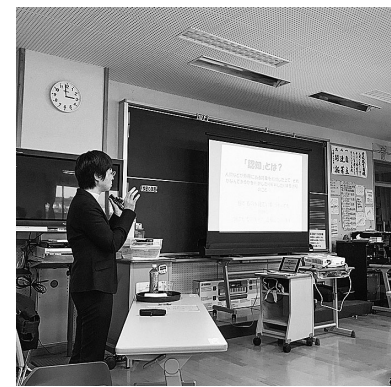
認知症は、適切な介護を長期的に行う必要のある病気です。家族だけで抱え込まず、地域にある医療や介護、福祉サービスなどを上手に活用しましょう。

町の取り組み

町では、認知症の人やその家族を支える地域を目指して、次の取り組みを行っています。

■孫世代のための認知症講座

町内の小中学校を対象に、認知症に関する講座を開催しています。認知症に対する誤解や偏見をなくすとともに、孫世代の視点から自分の祖父母や近所の高齢者への思いやりやいたわりの心を育むことを目的としています。



思いやりの心を育む認知症講座



認知症について学ぶ平泉中の生徒

■ほほえみカフェ平泉

物忘れの心配がある人や家族、認知症予防に関心のある人などを対象とした集いの場で、毎月1回第2木曜日に開催しています。

参加を希望する場合は、町社会福祉協議会までお問い合わせください。

▽町社会福祉協議会

☎46-5077

認知症を予防するために

認知症の発症には、食事や運動、栄養、喫煙といった生活習慣が大きく影響するといわれています。日々の生活を見直し、認知症を予防しましょう。

また、趣味や友人知人との交流は心を豊かにし、認知症の予防にも役立ちます。積極的に社会との接点を持ち、人との絆を大切にしましょう。



ままごとあそび

子どもが好きな遊びの一つであるままごと。お皿を重ねる、こちそうを盛り付けるなど単純な動きから、役になりきって楽しむなど、成長とともに遊び方が変わっていきます。今回はままごとあそびをする際にお勧めのアイテムをご紹介します。

- トレーやおぼんを用意する
- 発達とともに、ままごとも体全身を使った遊びになっていきます。食器だけでなくトレーもあると、料理を運んだり、食器を片付けたりする動きなどができるようになります。
- 食べ物はお手玉やフェルトを使ってみる
- ままごとセットの食べ物だけでなく、お手玉などを用意すると「これは○○だよ」と、別の物



ままごとに夢中の子どもたち

に見立てる力が付き、相手に説明するための言葉なども身に付いていきます。

1月の予定

- ◎ 園開放日(園庭・園舎)
 - ▽子育て支援センター 毎週月・水・金曜日
 - ▽長島保育所 毎週水曜日
 - ※4日から園を開放します。
- ◎ のびのびクラブ
 - ▽「クッキング」 10日(木)
 - ▽講師：佐藤渉さん
 - ▽持ち物：エプロン、三角巾、マスク
 - ▽材料費：親子500円
 - ▽参加申込期限：4日(金)
- ◎ みんなの広場
 - ▽「伝承遊び」 21日(月)
 - ◎ 給食試食会 21日(月)
 - ※参加申込期限 15日(火)
- 問い合わせ先
 - 子育て支援センター (平泉保育所内) ☎46-2767

一関保健所からののお知らせ 申し込み・問い合わせ先…一関保健所保健課 ☎26-1415

こころの健康相談 (事前予約必要)

- 専門医師が無料で、こころの健康相談に対応します。
- 日時…1月10日(木) 13:30~15:30
- 場所…一関地区合同庁舎千蔵分庁舎

フリースペースひだまり (事前予約必要)

- 家の外に出ることができないなどひきこもりで悩んでいる人が利用できます。ご家族の情報交換や交流も行っています。
- 日時…1月7日(月)、21日(月) 13:30~16:00
- 場所…一関市勤労青少年ホーム(一関市田村町)

血液検査、骨髄バンクドナー登録 (事前予約必要)

- 日時…1月8日(火)
 - ※骨髄バンクドナー登録 9:00~9:30
 - ※血液検査(HIVなど) 10:30~11:50
- 場所…一関保健所
- 血液検査の種類…①HIV抗体検査
②梅毒抗体検査
③肝炎ウイルス検査
④クラミジア病原体検査
※④のみ尿検査になります。
- 検査料金…無料