

❀ さくらんぼ通信 ❀ 第10号

認知症のこと、 ひとりで悩んでいませんか？



高齢化の進展とともに認知症高齢者の方が増えています。認知症は様々な原因で脳の細胞が壊れたり、脳の働きが悪くなったりすることで様々な障害が起こり、日常生活上で様々な支障が出てきます。認知症は誰でもなりうる症状です。

認知症の早期発見、早期受診、診断、早期治療はその後の認知症の人の生活を左右します。お気軽にご相談ください。



認知症サポーター養成講座



家族介護教室



介護予防の出前講座



オレンジカフェ

さくらの里地域包括支援センターでは、介護予防を推進するために色々な取り組みを行っています。お気軽にご参加ください。

さくらの里地域包括支援センター ☎ 22-3030



特別養護老人ホームと 介護老人保健施設の違いは？

特別養護老人ホーム（特養）

要介護度が重く、在宅での生活が難しい方のための生活の場。原則として65歳以上で要介護3以上。ただし65歳以下でも16種類の特定疾病は可。日常生活の介助、健康管理、生活支援が中心。長期入居が前提であり、終の棲家(すみか)となることも。月額利用料は、月6～15万円ほどが目安。(所得によって負担が違う。)



特別養護老人ホーム アルクオーレ岡崎六名
外出行事と花火大会観覧のようす

介護老人保健施設（老健）

リハビリテーションを通じて、自宅での生活復帰を目指す。原則として65歳以上で要介護1以上。特養同様で65歳以下も可。医師・看護職員やリハビリ専門職が常勤しており、短期間で集中的なりハビリが行われる。入居期間は3か月が原則で、3か月ごとに延長を判断。月額利用料は、月6～17万円ほどが目安。(所得によって負担が違う。)



介護老人保健施設 さくらの里
リハビリテーションのようす

10月10日は転倒予防の日

転倒予防のためにできること

- ・**適度な運動**: 筋力トレーニングやバランス運動を習慣化する
- ・**生活環境の改善**: 手すりの設置、滑り止めマットの使用、照明の確保など
- ・**健康管理**: 栄養バランスの取れた食事、定期的な健康診断
- ・**靴選び**: 転倒しにくい靴を選ぶ
- ・**薬の見直し**: 転倒リスクを高める薬を服用していないか確認する



スタッフのペット紹介



♂ トイプードル
びび 5歳
人懐っこい性格