



脳とからだの健康チェック2014 がはじまります

市では、国立長寿医療研究センターと協働で認知症予防に関する取組みを行っており、今年度は、「脳」と「からだ」の機能に着目した高齢者機能健診を実施します。

7月から実施している特定健康診査・後期高齢者健康診査において、記憶力などの低下が少し気にかかるかと回答した方に、健康チェックの案内を送付します。

この健康チェックは、認知機能検査、質問調査、運動機能検査などが含まれていて、健康長寿であるために必要な機能状態の確認をします。同年代の方と比較して、「脳」や「からだ」の機能が低下し始めていけば、健康を保持するための取組みが必要です。

まずは、検査を受けて、自分の状態を知ることが大切です。心身の機能は、加齢とともに自分ではわからないくらいゆっくりと低下しますので、検査をとおして調べなければ機能低下に気づきません。

案内が届いた方は、ぜひ、参加してください。



問合せ先 いきいき広場内保健福祉グループ ☎ 52-9871

コラム

認知症とこれから

今月のテーマ
「徘徊②」

先日、私は徘徊しているおばあちゃんを保護しました。遠くを見つめ道路の真ん中に立ちつくしており、車が停まって渋滞していました。

「…仏さんの花をちぎりに行って…わからなくなっちゃった。ここはどこですか？」と周りを見渡し、不安げな表情でした。「どこから来たの?」「京都です。」と答えましたが、住まいを聞くと近くの集合住宅を指さしました。しかし、どの棟なのかかわからないようでした。いっしょに帰りましょうと促すと、私の腕につかまって歩きはじめました。本当に困惑したようでした。

私はゆっくりと1つずつ質問し、笑顔で接しました。ふだん家族は仕事で夜まで不在、おばあちゃんは時々買い物に出ることがあると言われました。顔には大きな青あざがありましたが覚えておらず、暑い日でしたが厚着をし、長靴を履いていました。部屋に着くと、何度もお礼を言って見送ってくれました。

おばあちゃんは認知症のため、自分のいる場所の見当をつけるのが苦手になっているのでしょうか。私はおばあちゃんの表情を思い出し、どんな混乱した世界に生きているのか、想像して胸が痛くなりました。家族は困っていないだろうか、また迷子にならないだろうか…。心配で、その市の地域包括支援センターに連絡をしておきました。

昨年、認知症による行方不明者は全国で1万人を超えました。認知症は誰もがなりうる病気です。認知症になっても安心して生活できるよう周囲のちょっとした声かけ、見守りが増えるとよいと思います。

認知症についての相談
はこちらへ

いきいき広場内福祉まるごと相談グループ ☎ 52-9610

認知症介護相談(認知症の人と家族の会)平日(月～金)午前10時～午後4時 ☎ 0562-31-1911