

～在宅医療・介護の連携拠点～

電話番号の
間違い注意!

宇陀市医療介護あんしんセンターから

問 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX 85・2501)



オレンジコラム



地域の方々に認知症について知り、関心を持っていただくことを願い、地域で過ごされている認知症の方やご家族の声、地域で認知症を支援されている方の思い等を川柳と「ちょっと一言」にのせてご紹介させていただきます。

第1回目は医療介護あんしんセンターより・・・

ちょっと一言

川柳 夕暮れに 優しい誰か ありがとう



認知症の方が、夕方になるとソワソワして落ち着きがなくなったり、自宅なのに荷物をまとめて「どうもお世話になりました。家に帰ります」と言って、丁寧に挨拶して出かけようとするのがしばしばみられます。これを「夕暮れ症候群」と呼びます。

夕方は家族が帰宅したり、夕ご飯の用意を始めたり、何かとあわただしくなる時間帯なので、認知症の方も「いつまでもここにいていいのかしら?」「何かしなくてはいけないのかしら?」と落ち着かない気持ちになってしまうと思われます。家族もこの時間帯は何かと忙しく、お世話だけをしてもらえない事情が、この症状に拍車をかけるのかもしれませんがね。

健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

問 健康増進課 (☎ 82・3692/IP ☎ 88・9087)

健康ポイント
健康ポイント事業

ウェルネスイベント

ウェルネスシティ事業の参加者を増やし、健康で幸せと思えるまちづくりを進めていくために、今年度もたくさんのイベントを開催しました。

「ウェルネス」という言葉を見たり、聞いたりする機会を増やし、「市民総合参加で取り組む健康づくり」のキャッチフレーズどおり、市全体で進めていくイメージを広めてきました。その結果、参加者は少しずつ増加傾向にあります。

イベントを楽しみながら参加する機会を増やしたり、健康ポイントを貯めて賞品を当てたり、ラジオ体操などで健康意識を高めることが、『健幸都市“ウェルネスシティ宇陀市”』につながると考え今後も推進していきます。



春のウェルネスウォーク



うだ産フェスタ

平成30年度のウェルネスイベント

- 4月 春のウェルネスウォーク
- 6月 うたのニュースポーツ大会
- 7月 宇陀市立病院まつり
- 9月 がん予防講演会
- 10月 すくすくフェスティバル・医療講演会
うだ産フェスタ
- 2月 大和富士登山大会
- 3月 地域包括ケアシステム推進講演会
こころの健康づくり学習会

