

充実の内容で皆さんをお待ちしています!



# ウォーターランド通信

ウォーターランド南条 ☎ 47-3711

## ☆会員種別と月会費

定期利用される方に便利でお得な会員制度を設けています! ぜひ、ご利用ください!!

**マスター会員**(大人教室受講会員)

(A) いつでも施設利用可能、週1回教室受講 4,000円

(B) いつでも施設利用可能、教室受け放題 4,800円

**1 Day 会員**(大人曜日指定会員)

週1回の指定曜日のみ、教室受け放題 3,000円

**ジュニア会員**(幼児〜中学生) スイミングまたはダンス

(A) いつでも施設利用可能、週1回教室受講 3,500円

(B) いつでも施設利用可能、週2回教室受講 5,300円

(選手コース) 競技会参加を目指して活動 5,800円

**パスポート会員**(フリー利用会員)

(A) 購入日から1カ月間いつでも施設利用可能 3,500円

(B) 購入日から6カ月間いつでも施設利用可能 19,500円

※月会費は、町民向けの料金です。

※1回利用もできます(施設利用料金: 500円/回)。

## ☆4月から始まる新規教室

4/24まで 教室無料体験実施中!!

日時	教室名	指導員
月曜 午後2時10分	大人の水泳塾(プール)	梅田 水元・吉原
火曜 午後7時	フレッシュエアロ(スタジオ)	小幡 佐々木
火曜 午後7時10分	ピラティス(スタジオ)	佐々木 佐々木
火曜 午後8時10分	シェイプファイト(スタジオ)	佐々木 佐々木
水曜 午後7時	太鼓エクササイズ(スタジオ)	三代
木曜 午後2時20分	水中アタック(プール)	梅田 三代
木曜 午後7時	ダイエットエアロ(スタジオ)	中澤
金曜 午後6時50分	ストリートダンス(スタジオ)	伊藤

こころのバリアフリー社会を作ろう!  
～地域で支える認知症①～

こんにちは

## 地域包括支援センターです

保健福祉課内 地域包括支援センター TEL 47-8009

### 認知症の種類

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気です。いつ、自分や家族が認知症になるかわかりません。現在、福井県内では65歳以上の高齢者の約1割が認知症を患っています。認知症は、高齢化に伴い、今後ますます増加することが予想されています。

「認知症の人は、何もわからない」と決めつけず、周囲の人が、その障害(記憶・認知障害)を理解し、偏見を持たず、本人や家族を温かく見守ることが大切です。そうすることで、認知症患者の「尊厳ある暮らし」が守られていきます。

「住み慣れた自宅や地域で、自分らしく暮らしたい」と誰もが願う、この望みをかなえるため、認知症を知り、地域で支えあい、安心して暮らせるまちづくりを目指しましょう。

認知症には、主に3つのタイプがあります。

### アルツハイマー病(5割)

原因は不明ですが、脳の神経細胞が少しずつ壊されていくことによって起こります。

### 脳血管性認知症(2割)

脳血管障害の後など、脳血流が低下し、脳の働きが悪くなり起こります。

### レビー小体型認知症(2割)

脳の神経細胞に、ある種のたんぱく質が溜って起こります。溜まる場所が異なるので、症状も異なります。

※その他、頭部外傷や腫瘍など、さまざまな原因で発症します。

### 介護、ひとりで悩んでいませんか?

介護について困ったときや、不安なときは気軽に相談ください。

