



地域包括支援センターです

■ 問合せ 地域包括支援センター ☎ 47-8009
 地域包括サブセンター(今庄) ☎ 45-1170
 地域包括サブセンター(河野) ☎ 48-2260



「認知症ガイドブック」ができました！

認知症は、誰にでも起こる可能性のある病気です。

地域包括支援センターでは、認知症のこと、認知症の相談窓口、認知症の方と家族をサポートするさまざまな支援を冊子にまとめました。各世帯に配布しますので、ぜひご利用ください。

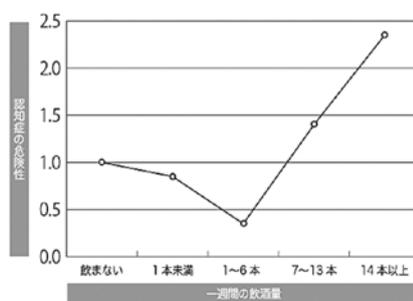
認知症あれこれ Q&A その1「アルコールと認知症」

Q お酒を飲みすぎると認知症になりやすい？

A 大量に飲酒する人には脳が小さくなる脳萎縮が高い割合で見られますが、脳萎縮以外に加齢による記憶・学習低下を促進することが分ってきました。

また1週間に缶ビール(350ml)を14本以上飲む習慣がある場合、飲まない人よりも認知症の危険性が約2.5倍になり、逆に1週間に6本未満の飲酒では、認知症の危険性が下がるというデータもあります。

【アルコール摂取量と認知症の危険性】



(厚生労働省 HP e-ヘルスネットより)



缶ビール1本(350)



日本酒0.7合



ワイングラス1杯ほど



焼酎(25度)コップ半分ほど

「認知症介護者のつどい」を開催します

「認知症介護者のつどい」では、同じように認知症の方を介護している家族が集まり疑問に思っていることや対応方法、利用できるサービスなど講義を交えながら学んでいます。どうぞお気軽にご参加ください。

日時 6月20日(土) 午後2時~4時頃まで
場所 南条保健福祉センター1階 機能訓練室
内容 「認知症と脱水について」
講師 すこやかシルバー病院看護師
対象者 在宅にて認知症の方を介護されているご家族など
 *資料等準備のため事前にお申込みください
定員 20名
申込み 地域包括支援センター ☎ 47-8009
締切 6月12日(金)

認知症に関することは
地域包括支援センターに
お気軽にご相談ください。

