



高齢者お元気予報

(第25回)

「明るく・楽しく介護予防」地域包括支援センターだより

楽しく認知症予防してますか？

春の陽気が心地よい季節になりました。皆さん元気にお過ごしですか？

最近、人の名前や地名が出てこず、「あの～、あの人。ほら、顔は出てるんやけど・・・」とか、「去年行った場所。あの～、あの人と行ったやん。あれよ、あそこよ」などの会話で、「あの～、あれ」でよく通じるなあと大笑いしたことは、誰にでもありますよね。

そこで出てくるのが「アンタ、もう認知症やわ」のひと言。でも、『物忘れ』と『認知症』では、忘れる内容や範囲が異なります。

『物忘れ』は、前述のように人名や地名などの一般的な知識や断片的な記憶を忘れる傾向があり、忘れたことに自覚があります。ヒントやきっかけがあれば思い出すこともあります。

しかし、『認知症』は自分の経験した出来事そのものを忘れるのが特徴です。

例えば、食事をしたことを忘れてしまい、また食事をしようとするなどです。こうした症状は進行することがあり、記憶力や判断力が低下し、日常生活にも支障をきたします。

そこで、日ごろから、頭の健康を意識してみてください。地域包括支援センターでは、コロナ禍に自宅で認知症予防に取り組んでいただくため、手作りの「脳トレーニング問題」を作成し、毎月発行しています。今年の2月で50号を迎え、ひと月の発行部数は800部以上で、好評をいただいている。間違い探しや計算問題、難読漢字などバラエティに富んだ問題を掲載しています。

役場福祉課や図書館で配布していますので、ぜひチャレンジしてください。



▲脳トレーニング問題

問 地域包括支援センター ☎0749-42-4690

みんなのこくほ

愛荘町国民健康保険

人間ドック・脳ドック助成のお知らせ



愛荘町国民健康保険では、被保険者の健康づくりの一環として、人間ドック・脳ドックの費用の一部を助成します。

助成申込期間

令和7年4月24日(木)から令和7年5月30日(金)まで
8時30分～17時15分 ※土日・祝日の受付はありません。

助成対象期間

令和7年6月1日(日)から令和8年1月31日(土)まで
この期間内の人間ドック・脳ドック受診が助成対象となります。

助成対象者

愛荘町国民健康保険に加入している18歳から74歳までの方
国保税に滞納がある場合は申込みできません。



助成申込書

人間ドック・脳ドック助成申込書(特定健康診査受診券裏面)は4月下旬頃に郵送する特定健康診査の案内に同封します。ただし、40歳未満の方には郵送されませんので、住民課(保険年金係)または秦荘支所までお越しください。

助成申込方法

人間ドック・脳ドック助成申込書(特定健康診査受診券裏面)に必要事項を記入して、助成申込期間内に役場 住民課(保険年金係)または秦荘支所へご持参ください。助成申込期間を過ぎますと申込みできません。また、郵送、FAXでの申込みはできません。

*なお、人間ドック等の受診は必ずすべての項目を受けてください。コース内容を変更して受診されると、助成できない場合があります。

問 住民課 ☎0749-42-7692

わたしのギャラリー

秦荘東小学校6年
沢本 香歩さん

「あねすびこり」というお話を版画にしました。あねすびが転がっているところと、その後の展開を表しました。丸太や音符など、細かいところの色のこさを工夫しました。

秦荘東小学校6年
西澤 快星さん

絵に合わせてほり方を工夫しました。特に、あじいさんの身体をがんばりました。色をぬるときは、もう一枚に試しうりをして、何度も色を調整しました。

少年センターだより

オンラインゲームで、子どもが犯罪に巻き込まれるリスクについて 注意喚起をお願いします！

【オンラインゲーム】の危険性について

オンライン上のリスクとして 保護者等に知りたいこと

- (1)オンラインゲーム起因の被害児童数においては小学生が年々増加しています。
- (2)オンラインゲームの「ボイスチャット」や「メッセージ交換」の機能を悪用して子どもを犯罪の標的にする者がいます。
- (3)ゲームを協力しながら行うことで「仲間意識」を持たせ、有料の「アイテム」をプレゼントし、子どもの信頼関係を得たうえで犯罪行為を行う者がいます。
- (4)ゲームの上級者に対する「憧れ」の感情を利用し、ゲーム攻略のアドバイスをするなど「ゲームの上手な優しい人物」を演じて子どもの信頼を得たうえで犯罪行為を行う者がいます。

トラブルや不安があったら

電話：#9110 <警察相談窓口>

最寄りの警察署につながります。

左記事項を踏まえた注意喚起

保護者等の皆様には、次の点についてぜひお子さんとお話ししてください。

★ペアレンタルコントロールの活用

ペアレンタルコントロール機能を活用し、オンラインゲーム利用を適切に管理しましょう。

★家庭でのルール作り

オンラインゲーム内もSNS同様に、他人への個人情報や不適切なメッセージを送らない。

ゲーム内で知り合った人と連絡先を交換したり会ったりしない。

少しでも不安を感じたら大人に相談するといった家庭内のルールを作りましょう。

詳しくは

警察庁 オンラインゲーム Q 検索 で検索してください。

問 愛荘町少年センター ☎0749-42-8018

ぶんか 情報発信中

びん細工手まりを作つてみませんか？

・愛知川びんてまりの館 ☎0749-42-4114
開館時間 10:00～18:00 休館日 月・火・毎月最終水曜・祝日

びん細工手まりは町を代表する工芸品です。伝統の技を次世代に伝えることを目的に、町では複数の教室を開いています。いずれも初心者を対象とした教室です。日程や内容は変更する場合があります。詳細は各館にお問い合わせください。

教室の名称	対象	実施期間(予定)	受講料(予定)	場所・問い合わせ先
びん細工手まり教室	町内在住者	令和7年6月～令和8年3月 毎月第1・3火曜日 19時30分～21時30分	年間3,000円 (材料費別)	川久保地域総合センター ☎0749-42-2003
びん細工手まり教室	町内在住者	令和7年6月～令和8年3月 毎月第2・4火曜日 9時30分～11時30分	年間3,000円 (材料費別)	山川原地域総合センター ☎0749-42-2478
はじめての方のための びん細工手まり講習会	町内在住者	令和8年3月14日(土)、21日(土)、28日(土) いずれも10時15分～17時 直径15cmの愛知川びん細手まりを1個作成します ※募集開始は10月頃の予定	7,000円 (材料費含む)	愛知川びんてまりの館 ☎0749-42-4114 ※会場を変更する場合があります。
小さなびんてまり教室	どなたでも 参加いただけます。	令和7年7月～12月 月2回土曜日(全12回) 午前教室:10時15分～12時15分 午後教室:13時15分～15時15分 直径9cmの小型サイズのびんてまりを作成します。 ※募集開始は5月頃の予定	12,000円 (材料費別)	愛知川びんてまりの館 ☎0749-42-4114 ※会場を変更する場合があります。

問 愛知川びんてまりの館 ☎0749-42-4114