

# 認知症

～一緒にいるから大丈夫～

## 「お金の計算が難しくなる編」

(画) 実重裕香さん



ハナさん



めぐみちゃん

ハナさん(70歳)は、孫のめぐみちゃんと2人で近所のスーパーマーケットに買い物に来ています。

### アドバイス

認知症になると、財布の中からどれを出せば、払えるのかわかりません。とりあえず、大きなお金(お札)なら、なんとかかなると思い、お札で払うようになります。

あせらせずにゆっくり待つ、声をかけるなどちょっとした手助けをすることで、できることをひきだしてあげましょう。



### 認知症についてのご相談は

大山町地域包括支援センター

☎0859-54-5207

## 地域の健康づくりをTUNAGU(繋ぐ)講習会

### 参加者募集のお知らせ

健康を支え守るためには、地域の繋がり強化と健康づくり活動にかかわる人の増加が必要です。長野県が長寿日本一となった背景には、食生活改善推進員による減塩活動が大きく寄与しており、あわせて高齢者や単身者の社会性の維持と住民同士の繋がりが、生きる力の活力になっていると報告されています。

大山町でもその例にならい、町民のみなさんと一緒に健康寿命をのばすことを目的に講習会を行います。ぜひお誘いあわせてご参加ください。

- ◆日時 1月20日(月) 10:00～
- ◆場所 保健福祉センターなわ
- ◆対象 40歳から70歳代の方
- ◆テーマ 「減塩」と「野菜ワンプレート」
- ◆内容 食生活改善推進員による講話、調理実習など
- ◆定員 30人  
(定員になり次第締め切ります)
- ◆締切 1月14日(火)
- ◆参加費 無料
- ◆携行品 エプロン、三角巾、筆記用具、ご家庭の汁物(塩分測定をします)
- ◆申込み先 保健課内 食生活改善推進員協議会事務局 0859-54-5206