



瀬戸の里地域包括支援センター第69号

支援センター便り

～高齢者の方々の身近な相談窓口です～

介護や福祉に関するご相談など、ぜひお気軽にお問合せください。☎(0573)66-6999

過ごしやすい季節となりましたね。前回の8月号で69号と名乗りましたが、
今回が本当の69号です。どうぞご容赦ください。

みなさんは「秋の七草」パッと浮かんでできますか？

わたくしも、介護施設でご高齢の方から教えていただきました。

忘れた頃に、一生懸命、連想して思い出してみる…これも頭の体操です。

ぜひ、おひとつ。

秋の七草



どんなことも
脳の活性化
になります♪



～認知症カフェ～

苗木あったカフェ

苗木地区ではじめての開催！
皆さまのご協力あってこそです。
今後も開催していく
計画です。



認知症サポート医であられる上田医院の上田医師の「認知症の話」は、なぜ？どうする？という具体的な内容でとても分かりやすく、また質問コーナーでは先生とのユーモア溢れるやりとりもあり、楽しく勉強になったという感想を多くいただきました。

苗木地区のたくさんの方がご来場くださり、瀬戸の里地域包括の相談員以外にも、苗木地区の城山・ふくろうの杜・瀬戸の里の3つの事業所のケアマネさん、西地区支援センターの相談員さん、高齢支援課の職員…と介護福祉の専門職のとのお喋り交流もあり、「まちの交流の場」というカフェ気分も味わっていただけけたようです。ご参加ありがとうございました。

ごあんない

苗木交流センター

のびのび楽ちん体操教室

月1回第4水曜日午後1時半～

- ◆椅子に座ってできるストレッチ体操
 - ◆講師：健康運動実践指導者 林厚子先生
- 楽しく身体を動かしたい方♪

無料・出入り自由

お気軽にご参加ください♪

東美濃ふれあいセンター歌舞伎ホール

中津川市

認知症講演会

◆講師：若年性アルツハイマー

の当事者の丹野智文さんです

「認知症とともに生きる」というご本人の生の声をぜひ聞きにきてください 12/11(水)

★中津川駅と健康福祉会館から無料のマイクロバスが出ます、ぜひご利用ください

◆裏面の連絡先まで お気軽に お問合せください◆



地域イキイキ 予防教室のご報告コーナー

◆背戸川サロンへ

「苗木地区の地名クイズ」
今も使われている地名以外にもたくさん！みなさんご存じでしたか？並べてみました。ぜひ、脳トレにどうぞ。



上から下まで
なんと72の地名！

◆室屋区サロンへ

「動物鳴き声クイズ」
聞いたことあるある！と
一生懸命考え、脳の活性化
をしていただきました。



◆独居の会 第1水曜の午後

～参加者の声より～
月1回みなさんに会えるのが
楽しみです。先月はこんな可愛
い人形作りをしました。家でも
作る楽しみができました。

不安を感じる方、予防教室に興味ある方、
地区の集まりへの講師依頼、など、お気軽にお問合せください！



パズルで 脳トレ！ 27

認知症予防！脳トレの問題です。是非挑戦してみてください！

※脳トレ27の答えは次号に掲載します。お楽しみに！

【1】漢字の計算問題 ★バラバラの文字を足したり掛けたりそれぞれ熟語を作りましょう

- ① 自 + 木 + 心 + イ + 舌 (二文字)
- ② 人 + 十 + 十 + 十 + 一 + 豆 + 、 + 又 (二文字)
- ③ 口 + 京 + 口 + 日 + 口 (二文字)
- ④ 刀 + 土 + 八 + ノ + 皿 + 一 + 口 (二文字)

【2】ひらがな計算問題 ★ひらがなで書かれた計算式を、頭の中で
数字と+・-の計算記号に置き換えて解答を導き出しましょう

- ① にじゅうよんたすろくじゅうはちひくさんじゅうご = ()

前回の答え

- [1] ①封筒
- ②結晶
- ③緊張
- ④協力
- [2] ①10
- ②231

市から委託を受けた福祉・介護の総合相談窓口です

中津川市瀬戸の里地域包括支援センター

電話・訪問・来所

お気軽にご相談ください

TEL (0573) 66-6999



～電話相談は24時間365日

(夜間は特別養護老人ホーム瀬戸の里の職員が
受付します)

担当： 原・伊藤

Fax 0573-66-3343

〒508-0111 中津川市瀬戸 1387-8

社会福祉法人 五常会

ホームページ <http://www.gojoukai.or.jp>

赤坂(伊) 留美 谷 新井 井ノ口 須の山 後山ノ町 上久郷 大久牧 岡田東 大野北 柿上狩 酒下谷 霜上北 陸川 背戸間 浅柴 高峯 高森 高津中 中平 八木 中那 並松 西八 根畑 馬場 八比野 日深 富士ヶ根 礼古本 丸山 丸山 南八幡 夫井松 向並山 向表屋 室下ノ木 柳柳ノ町 八幡 瀬戸 坂橋 上平 馬地 上馬地 上上地 上下地 真中地 中平地 中野平 原久保 原野 向田 山の田 峠

…以上です！