



やさしい精神保健福祉講座

ところ 城町庁舎(2階)

とき	講座名	講師
9月7日(土)	うつ病について ~知っておきたいこと~	小泉病院医師 宇野田 剛宏さん
9月21日(土)	それって認知症? ~認知症とその周辺について~	三原病院医師 富田洋平さん
10月5日(土)	統合失調症への援助について ~薬との上手な付き合い方~	小泉病院医師 小野晴久さん
10月12日(土)	こだわりと付き合う ~思春期の方々への支援から~	NPO法人ちゃんくす 西上忠臣さん

※時間は13時30分~15時。

申し込み先 保健福祉課(☎0848・67・6061)

ヘルシー講座

とき ①5日(木)10時~13時②

19日(木)10時~12時(全2回)

ところ サン・シープラザ(3階)

内容 ヘルシーランチ、ウォー

キング、ストレッチなど

対象 おおむね40歳以下の人

定員 20人(申し込み先着順)

参加費 無料

※ランチの材料費(実費)が必要。

申し込み 4日(水)までに保健

福祉課(☎0848・67・6060

53)へ

運動普及リーダーによる

ウォーキング企画 運動し隊

~高原の風7km健脚コース~

とき 29日(日)9時~12時

コース 吉田コミュニティホー

ム~野間川ダム~岩海の往復

対象 完歩できる人

定員 40人(申し込み先着順)

申し込み 20日(金)までに保健

福祉課(☎0848・67・6060

53)へ

献血に協力を

◆19日(木)9時30分~11時30分

三原税務署(宮沖二丁目)

◆19日(木)13時~16時 小泉病

院(小泉町)

◆24日(火)12時30分~14時 大

和文化センター

認知症予防講演会

とき 29日(日)10時~11時30分

ところ 市民福祉会館

演題 脳健康法で認知症予防

講師 おくむらクリニック院長

奥村 歩さん

申し込み先 高齢者福祉課(☎

0848・67・6055)

うつ予防講演会

とき 10月5日(土)10時~11時

30分

ところ 中央公民館

演題 笑いで気持

ちもスッキリ!

講師 日本笑い学

会 井上進さん

申し込み先 高齢者福祉課(☎

0848・67・6055)

健康相談

とき 12日(木)13時15分~15時

15分

ところ サン・シープラザ(3階)

内容 健診結果の相談、食生活

相談、血圧測定など

定員 6人(申し込み先着順)

申し込み先 保健福祉課(☎08

48・67・6053)



こんにちは 高齢者相談センターです

認知症が疑われる場合は、早めの受診を

ある日、「どうも母親がぼけてきたようだ」と高齢者の家族から電話がありました。テレビ番組で見た認知症の検査をして、驚いて電話したということだったので、すぐに専門医を受診するよう伝えました。

このように認知症が疑われる場合、早めに医師の診察を受けることが重要です。認知症を発症する前の軽度認知障害の時点で、診断・治療を行うことは、その後の進行に大きな影響を与えます。中でも、アルツハイマー型認知症は、薬で進行を遅らせることができるといわれています。

物の名前が出てこない、置き忘れや物忘れが目立つ、同じことを何度も聞く・言う、財布を盗まれたなどと周りを疑うなど、気になることがあれば、早めにかかりつけ医や専門医に相談しましょう。

高齢者相談センター 三恵苑 柳原節子

いつでもなんでも相談

とき 19日(木)13時30分~15時

30分

ところ サン・シープラザ(4階)

内容 精神科医師による相談

定員 2人(申し込み先着順)

申し込み 17日(火)までに保健

福祉課(☎0848・67・6060

61)へ

ひきこもり相談

とき 25日(水)13時30分~16時

ところ 県東部建設事務所三原

支所(円一町二丁目)

内容 精神科医師による相談

申し込み 24日(火)までに県東

部保健所(☎0848・25・2011)へ

難病講演会

とき 26日(木)14時~16時

ところ 県尾道庁舎(尾道市古

浜町)

内容 ①講演「笑いが元気を作

る!」病気を持ちながら楽し

く生きるヒント②笑いヨ

ガ体験

講師 ①公立みつき総合病院副

院長 沖田光昭さん②広島笑

いヨガ協会 松岡俊彦さん

申し込み 17日(火)までに県東

部保健所(☎0848・25・4640)へ