

講座・催し

料理講習会

◇太巻き寿司(コスモス、さざえ)

日時 9月25日(木)13時30分

会場 農村ふれあいセンターやまべの郷

参加費 1,700円

第37回(令和7年度第6回)東千葉メディカルセンター市民公開講座

日時 9月8日(月)15時~16時

会場 東千葉メディカルセンター2階講堂

演者 東千葉メディカルセンター 整形外科 医長 坂本 卓弥 医師

演題 膝の痛み、病院で何が出来る? 受診のタイミングと治療法

参加方法 事前申込不要です。当日会場

令和7年度 第2回「保育のしごと就職相談会」

日時=9月27日(土)11時~15時(受付開始10時30分)
会場 船橋市民文化創造館(きららホール)
内容=保育士などの求人のある施設・事業所などの採用担当者との個別面談・相談
対象=子どもに関わる仕事に興味がある方
参加方法=事前予約不要、直接会場へお越しください(参加費無料、履歴書不要)
ちば保育士・保育所支援センター
043(306)1468
043(306)1469

にお越しください。
東千葉メディカルセンター
事務部総務課
050-1199



東千葉メディカルセンターホームページ

市老連コスモスシニアクラブからのお知らせ

走らない、ゆるい運動会
ふれあいスポーツ大会を
開催します。楽しく、笑って、
ちよつと競って、けがのない
1日を仲間と過ごしましょ
う。ひとりでも、お友だちと
一緒に、ご参加ください。

日時 10月9日(木) 予備日
11日(土) 9時30分~14時

会場 運動広場
対象 市内在住で、概ね60
歳以上の方

申込方法 電話
申込締切 9月18日(木)

持ち物 昼食、運動靴
申込 老人福祉センターコ
スモス荘

077-4466

日曜カラオケ教室

カラオケ指導に定評のある
高山なお先生を迎えて、カ
ラオケ教室を開催します。歌
唱力のレベルアップを目指し

ましよう。

日程
10月5日、11月16日、12月
7日

令和8年1月11日、2月8
日、3月8日

時間 9時30分~12時

会場 老人福祉センターコ
スモス荘

申込方法 申込書を提出

申込締切
11月20日(土)

12月25日(木)

募集人数 各20人

参加費 1クール3千円

申込 老人福祉センターコ
スモス荘

077-4466

市社会福祉協議会
072-1995

人生の後半戦を前向きに
麗しきセミナー参加者募集!

もしもの時を笑顔で迎える
準備のために、明るく!楽し
く!美しく!年齢を重ねるコ
ツを学んでみませんか。

日時 10月7日(火)、28日(火)

10時~11時50分(開場9時45分)

会場 農村環境改善セン
ターいずみの里

※令和8年1月に中央公民館
でも開催予定。

内容 新しい認知症観、ア
ドバンス・ケア・プランニン
グ(人生会議)、自宅ででき
る介護予防体操

対象 市の要件を満たす方

1本市に住居登録がある方

265歳以上の方

3両日参加できる方

募集人数 先着20人

申込方法 電子申請、電話

申込開始 9月1日(月)

持ち物 筆記用具、タオル、
飲み物、動きやすい服装

参加費 無料

申込 地域包括支援センター

070-0439

気になったらすぐ相談!
「もの忘れ相談会」

専門職への早期相談によ
り、状態に合わせたアドバイ
スや認知症に対する支援制度
の説明などが受けられますの
で、お気軽にご相談ください。

日時 9月12日(金)、10月10日(金)

13時30分~14時15分

会場 地域包括支援センタ
ー

14時30分~15時15分
※予約制。

会場 中央公民館2階談話室

内容 専門職(保健師、社
会福祉士、介護支援専門員な
ど)による認知症の個別相談

対象 市内在住で、もの忘
れや認知症について不安があ
る方、家族、事業所

申込方法 電話(随時受付)

利用料 無料

申込 地域包括支援センタ
ー

070-0439

認知症カフェ「あつたか
スペースモクセイ」

日時 9月18日(木)13時30分
~15時30分
※「九十九里地域認知症家族
の会 あんとんねえさ」に
大網白里市」同時開催。
※飲食の提供はありません。

会場 中部コミュニティセ
ンター1階会議室

内容 認知症の相談、参加
者同士の交流、レクリエーシ
ョンなど

対象 認知症の方とご家
族、認知症に関心のある方、
地域の方などでも歓迎

日時 9月10日(水)10時~11時

会場 デニーズ大網白里店
(みやこ野2-2-10)

募集人数 20人程度

申込方法 電話、窓口

参加費 1人1品の注文
※自己負担。

申込 地域包括支援センタ
ー

070-0439

070-1093

いきいき体力測定会

ご自身の身体の状態を知
り、理学療法士・作業療法士
から体力維持・増進や転倒予
防などのアドバイスが受けら

地域包括支援センターだより ~認知症になっても安心して暮らせる地域に~

性格の変化=疑い深くなる、怒りっぽくなる
など

認知症が疑われる人への接し方

- 穏やかな表情で優しく話しかける
目線を合わせてから話しかける
1度に多くのことを話すと混乱しやすいので、1つずつゆっくり、はっきり話す
認知症の人は言葉が出にくいこともあるので、話を聞くときは急がずにゆっくりと対応する
できないことを責めずに、できることを褒める
些細なことでも、家庭や社会での役割を担ってもらおう

大網白里市の取り組み

傾聴や見守りなどを行うチームオレンジの活動を通じ、安心して暮らし続けられる地域づくりを進めています。

誰もが気軽に集い会話を楽しみながらつながりが持てる交流の場として、認知症カフェ「あつたかスペースモクセイ」を中部コミュニティセンターで毎月開催しています。令和6年度からは新たに、レストランを会場に開催しています。

9月のアルツハイマー月間には、市役所本庁舎ロビーや大網白里市図書室で展示コーナーを設けていますので、ぜひお立ち寄りください。
地域包括支援センター 070-0439

地域包括支援センターだより

2025年度認知症の日(世界アルツハイマーデー)「あなたの地域で認知症とともにいきいきと暮らす」

毎年9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。認知症は誰でもかかる可能性のある病気です。認知症への理解やご本人やご家族への支援を進めるために、9月は世界アルツハイマー月間として、世界各国で啓発活動が行われています。

認知症とは

さまざまな原因で記憶力や判断力など、脳の機能(認知機能)が正常に働かなくなり、日常生活に支障が出る状態をいいます。

認知症として最も多いのはアルツハイマー型認知症で、その他にレビー小体型認知症、前頭側頭型認知症、血管性認知症などがあります。認知症の種類や脳のどの部分が損なわれたかによって症状は異なります。

認知症の症状

- 記憶障害=新しいことを覚えられない、覚えていたことを忘れる
見当識障害=日時や場所、季節、人関係などがわからなくなる
理解、判断力の障害=複雑な話が理解できず、わずかな変化にも対応できなくなる
意欲や自信の低下=長年の趣味をやめる、整理整頓、掃除ができなくなる、入浴などの生活行動がおっくうになる

測定ブースの専門職
にも、随時相談ができます。
この機会にご自身の身体と
向き合ってみませんか?

日時 10月31日(金)
9時~10時、11時~13
時、14時~

会場 中央公民館

測定事項 質問調査(アン
ケート)、体力測定、インボ
ディ測定(身体の各部位の筋
肉量などを測定)、足部のト
ラブルチェック

募集人数 各時間先着20人

申込開始 9月1日(月)

申込方法 電話、窓口

申込 地域包括支援センタ
ー

070-0439

味噌作りでの施設利用の受付

対象会場=農村環境改善センターいずみの里、
農村ふれあいセンターやまべの郷
申込開始=10月1日(水)8時30分~
申込方法=所定の申込書を各会場窓口に提出
※電話不可。
注意事項
・4~10人程度のグループで申し込みください。
・1日1組のみの利用となります(廻返しのみ同日時間
差での利用可能)。
・作業日は、申込状況により調整させていただく場合が
あります。
申込 農村環境改善センターいずみの里
070-5111
農村ふれあいセンターやまべの郷
072-7413