



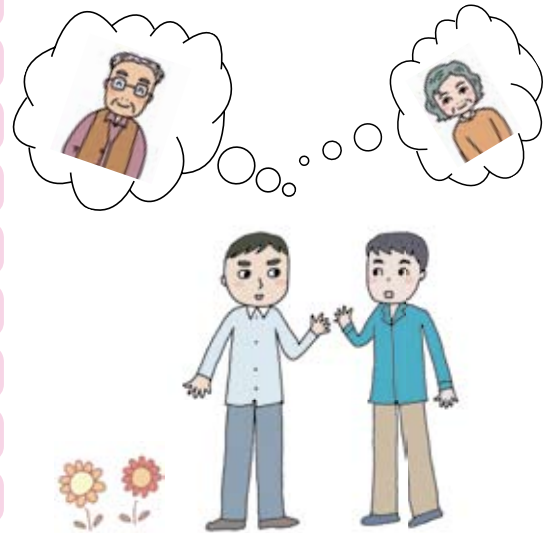
保健福祉課からのお知らせ

問 保健福祉課 ☎ 476-1111 (健康増進係 136 高齢福祉係 143)

◆認知症シリーズ⑧『がんばりすぎない介護の心得 10 カ条』【健康増進係】

実際に介護する家族は、毎日一生懸命、認知症の人をサポートしています。しかし、介護する者が疲れきってしまえば、よい介護もできません。たまには自分をいたわることも大切です。疲れているなど感じたときは、大崎町地域包括支援センター（保健センター内 ☎471-7828）に相談してみましょう。

- ①困ったときに助けてくれる人を見つける
- ②気楽に何でも話せる仲間を見つける
- ③1日に1回は外に出て息抜きをする
- ④介護の失敗をしても自分を責めない
- ⑤もし、怒鳴ってしまった場合は、他人に話して気楽になる
- ⑥家族が認知症であることを隠さない
- ⑦認知症について勉強して心の余裕をもつ
- ⑧楽しみを見つける
- ⑨いつも笑顔で接して安心感を与えよう
- ⑩本人に気づいてもらうために、先に同じ話を繰り返してみよう



◆合同金婚式のお知らせ【高齢福祉係】

町では、今年金婚式を迎えられるご夫婦をお祝いする合同金婚式を10月に計画しています。平成24年度の対象者は昭和37年に入籍し、現在町内にお住まいのご夫婦です。該当される方は7月20日（金）までに申請してください。

申請書は、大崎町役場保健福祉課と野方支所に備えてあります。また、地域の民生委員さんからも入手できます。

◆ハンセン病問題を正しく理解しましょう。

ハンセン病問題に対する解決の促進を図るために、県では『ハンセン病問題を正しく理解する週間』を定めています。誤った隔離政策によって、長い間、偏見や差別に苦しめられたハンセン病であった方々等が、平穩に安心して生活できる地域づくりのために、一人ひとりが、ハンセン病問題とは何かを正しく理解することが大切です。

◆ハンセン病問題を正しく理解する週間

平成24年6月17日（日）～23日（土）

◆ハンセン病問題に関する知識

- ・国の隔離政策などにより、ハンセン病は怖い病気という誤った考えが定着し、そのことが様々な偏見・差別や人権侵害を引き起こしました。ハンセン病であった方々等は、今も根強く残る偏見・差別に苦しんでおられます。
- ・ハンセン病は、らい菌によっておこる感染症で、遺伝病ではありません。また、早期発見と早期治療により、短期間で治癒する病気です。
- ・わが国に感染源となるものはほとんどありません。
- ・元患者であった方々の身体の変形は後遺症です。



ダイエットには、適度な運動と食べ物をよく噛むことが効果的！



ダイエットはじめよう。楽しんで痩せられないかな!?

