

町長の動き 9月 9月1日～9月30日

- 1日 防災訓練、庁議
- 3日 議会全員協議会
- 9日 議会定例会
- 10日 総務文教常任委員会
- 11日 まちづくり厚生常任委員会
- 13日 神崎中学校体育祭、敬老大会
- 17日 議会定例会、成田空港に関する四者協議会（千葉市）
- 18日 議会定例会
- 20日 神崎小学校・米沢小学校秋季大運動会
- 24日 成田第3滑走路実現を目指す有志の会設立総会（富里市）

11月1日～11月30日 保健・介護行事予定

11月

保健事業

■健康相談

10日④ 13:00～15:00 一般町民対象

■すくすく相談（育児相談）※要予約

16日⑤ 10:30～15:30 ☎⑦ 1 6 0 3

■1歳6か月児・3歳児健康診査

27日⑥ 13:00～13:30受付

対象 ・平成26年4月～5月出生児
・平成24年4月～5月出生児

介護事業

●元気あっぷ教室（郡地区）

4日④ 10:00～12:00 65歳以上が対象
郡やすらぎの家

●ふれあい介護セミナー

12日④ 14:00～16:00
神崎ふれあいプラザ

☆保健事業の会場は神崎ふれあいプラザです。

☆発酵の里きらきら健康メモ☆ 認知症！

誰にでも起こりうる脳の病気が「認知症」。現在、日本における認知症患者は170万人で、85歳以上の4人に1人がその症状が見られると言われています。さらに今後20年で2倍以上の患者数になると見込まれています。

1. 認知症の出現率

85歳以上 4人に1人
80～84 7人に1人
75～79 14人に1人
70～74 28人に1人
65～69 67人に1人
(厚生労働省HPより)

2. 脳を守るライフスタイル

- ・週に3回くらい立って足腰を使う運動を（ウォーキングがおすすめ）
- ・野菜、果物、魚をバランスよく食べましょう。
- ・おしゃべり、お出かけなど外出する用事を作りましょう。
- ・十分な睡眠！（できれば30分程度の昼寝を）
- ・お口の中はいつもきれいに！



3. 認知症サポーターをご存知ですか？

認知症サポーター養成講座は、認知症のかたやその家族が住みなれた地域で安心して生活が続けられるように、地域で正しく認知症を理解し、支援していく為にサポーターになるための講座です。神崎町ではH19年から講座を開いており140人以上の人がサポーターとなっています。



◆◆◆お問い合わせは◇◇◇
神崎町地域包括支援センターへ
【0478-72-1607】