

今年も同時開催 参加者を募集します！

# 東庄スポーツフェスタ & 高齢者いきいきレクリエーション

子どもから大人まで、気軽に参加できます。楽しく運動しながら、交流を深めましょう。

さまざまなアトラクションを用意して、皆さまのご参加をお待ちしています。

### ●東庄スポーツフェスタ

**日時** 10月12日(日) 9:30～  
**会場** 町民体育館・町公民館・東庄小学校  
**内容** ボッチャ、スタンプラリー、バグー、ラダーゲッター、モルック、トランポリンなど  
※キッズエリアには、輪投げ、パターゴルフ、キックターゲットがあります。

教育課 生涯学習係 ☎86-1221



### ●高齢者いきいきレクリエーション

**日時** 10月12日(日) 10:00～(受付9:00～)  
**会場** 町民体育館  
**参加者** 町内在住のおおむね60歳以上の方  
**申込期限** 9月19日(金)

健康福祉課 福祉係 ☎79-0910

こじゅりん体操の

## 輪



私たち「ふれあいこじゅりん体操会」は約2年前に発足しました。下宿地区で始まったのがきっかけで、当初は8人程度の小さなサークルでしたが、現在は18人で幅広い世代の町民が参加しています。小南地区の町民で構成されており、農家が多いため、野菜の出荷が休みである火曜日を活動曜日に定めています。週に1度のこじゅりん体操をはじめ、月に1度、食事を開催したり、シニアクラブ連合会のイベントにも参加し、さまざまな形で交流を深めることができます。暑さもあってつい自宅にこもりがちになってしまいますが、体操会があると体を動かしながら、みんなで色々な話ができて楽しいです。これからも和気あいあいと、仲良く健康づくりに励んでいきたいと思ひます。



代表  
岩瀬乙子さん(左)  
青野委子さん(右)

地域包括支援センター  
☎80-3155

## 交通事故の治療前には、必ず届け出を！

交通事故による傷病の治療費は、通常、加害者がその責任に応じて負担することになります。国民健康保険、後期高齢者医療保険に加入の方は、市町村に傷病届を出すことにより、健康保険を使って治療を受けることができます。これは、本来、加害者が負担すべき治療費分を保険者が一時的に立替払いをするもので、後日、保険者が第三者である加害者に請求をする制度です。

ただし、加害者から先に治療費を受け取ったり、示談を済ませてしまうと、国民健康保険での治療が受けられなくなる場合があります。交通事故にあつたら、警察署への届け出と併せて、役場町民課国保年金係に事故で負傷したため健康保険使用を希望する旨の届出をしましょう。また、単独事故も同様に届出が必要です。

損害保険会社が代行することもできますので、必ずご一報ください。

様式は町ホームページからダウンロードして印刷することもできます。

(不明点はお問い合わせください)  
※なお、届け出をせずに無断で保険証を使用した場合は、後日国民健康保険が負担した診療費を返金してもらうことがありますのでご注意ください。

町民課 国保年金係 ☎86-6071



# 知ってほしい、『認知症』のこと。

認知症への正しい理解が進むことを目的に、9月は「認知症月間」、9月21日は「認知症の日」と定められました。認知症の症状は加齢に伴い出現率が高まることから、世界中で認知症の方は増えています。誰にでも起こるといわれており、本人としてだけでなく、介護者などとして関わる可能性もあるため、認知症について正しく知り、認知症になっても暮らし続けられるよう、みんなで協力し合うことが大切です。

### ●認知症とは

加齢(老化)や病気・ケガなどによって、脳細胞が失われ、慢性的に認知機能が低下し、日常生活に支障をきたしている状態をいいます。具体的な症状としては、中核症状といわれる「新しいことを覚えることができなくなる」「思い出せない」「時間や場所、人物がわからなくなる」ほか、行動心理症状といわれる「不安」「徘徊」「幻覚」などが現れます。

### ●認知症かな?と思ったら…

認知症といっても、「アルツハイマー型認知症」、「脳血管性認知症」、「レビー小体型認知症」、「前頭側頭型認知症」など、さまざまな種類があります。

まずはかかりつけ医に相談し、必要に応じて専門の病院へ受診しましょう。

▼老化によるもの忘れと認知症によるもの忘れの違い

生理的老化によるもの忘れ	認知症のもの忘れ
体験の一部分を忘れる	体験そのものを忘れてしまう
もの忘れをした自覚がある	もの忘れしたことを自覚できない
人物、場所などは覚えている	日時、人、場所などがわからなくなる
日常生活に支障はない	日常生活に支障はあり
もの忘れに対する取り繕いなし	もの忘れに対する取り繕いあり

### ●認知症の方も、共にいきいきと暮らせる地域にー

町では、偶数月の第3日曜日に、オレンジカフェを開催しています。オレンジカフェとは、認知症の方やそのご家族、地域住民の方など、予約不要で誰もが気軽集える場です。和やかな雰囲気の中で話をしたり、相談したり、さまざまな活動をしています。

認知症について正しい知識や対応方法、予防方法を知ってもらうために、「認知症サポーター養成講座」も開催しています！5人から開催可能なので、グループなどで聞いてみたいという方がいましたら、ぜひ地域包括支援センターまでご相談ください。



地域包括支援センター ☎80-3155

### ●認知症についての相談先

- 東庄町地域包括支援センター ☎80-3155
- 認知症疾患医療センター(国保旭中央病院) ☎0479-63-8111
- ちば認知症相談コールセンター ☎043-238-7731