



9月は



世界アルツハイマー月間 (認知症月間)です!



1994年「国際アルツハイマー病院協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で、毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、2012年からは、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、認知症についての普及啓発を実施しています。

認知症とは、さまざまな原因により、脳に変化が起こり、今までにできていたことができなくなり、生活に支障をきたした状態をいいます。年を重ねれば、誰もが認知症になる可能性があります。65歳以上の高齢者の3.6人に1人は認知症又はMCI(軽度認知障害)と言われ、とても身近な病気です。「自分ごと」としてとらえ、認知症についての理解を深めてみませんか?

「新しい認知症観」をご存じですか?

「新しい認知症観」とは、認知症基本法(2024年1月)の中で、「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になっても、一人でもできることや、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という新しい考え方です。

古い認知症観

- ①他人ごと なりたくない 目をそらす
- ②認知症だと何もわからない できなくなる
- ③本人は話せない / 声を聞かない
- ④おかしい言動で周りが困る
- ⑤危険重視 過剰制限しても仕方がない
- ⑥周囲が決める
- ⑦本人は支援される一方 負担の存在
- ⑧地域で暮らすのは無理
- ⑨認知症は恥ずかしい 隠す
- ⑩暗い 委縮 あきらめ 絶望的

認知症の人も、そうでない人も
暮らしにくい地域

新しい認知症観

- ①わがこと お互いさま 向き合う
- ②わかること できることが豊富にある
- ③本人は声を出せる / 声を聞く
- ④本人が一番困っている 本人なりの意味がある
- ⑤人権重視 自由と安全のバランス
- ⑥本人が決める(決められるように支援)
- ⑦本人は支え手である 経験者として大切な存在
- ⑧地域の一員としてともに暮らす(施設入所後も)
- ⑨認知症でも自分は自分 自然体でオープンに
- ⑩楽しい のびのび あきらめず 希望がある

認知症の人も、そうでない人も
暮らしやすい地域

「認知症地域支援推進員活動ガイド(2023.3月)より」

「新しい認知症観」を持つことで、認知症の人もそうでない人も、
暮らしやすいまち「上三川」を目指しましょう。



▶問い合わせ先=健康福祉課 高齢者支援係 ☎0285(56)9191

9月は健康増進普及月間です!

全国統一テーマ「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 良い睡眠～健康寿命を伸ばしましょう～」

心身ともに今より健康な状態を目指して、
健康づくりを始め、継続することが大切です!!

町では食生活改善推進協議会と連携して生活習慣病予防のための料理教室「元気アップ栄養教室」を開催しています。ぜひご参加ください。



子どもからお年寄りまで、どの世代も不足しがちなカルシウム…
カルシウムをしっかりとって骨を丈夫に!
カルシウムがとれて、おいしい料理を紹介します♪



元気アップ栄養教室 第4回「生涯骨太クッキング」

- ▶日 時 = 10月2日(木) 午前10時～正午 ▶参加費 = 500円
- ▶場 所 = 上三川いきいきプラザ ▶内 容 = 講話・調理実習(おかず2～3品を調理してお持ち帰り)
- ▶対象者 = 上三川町民で18歳以上の方 ▶申込み = 9月25日(木)までに成人健康係へご連絡ください



託児室の利用が
5名まで可能です

託児の対象は生後2ヶ月～未就学児です。
利用を希望する方は申込み時に伝えてください。
託児の受付は9月25日(木)の午後4時で締め切らせていただきます。



▶問い合わせ先=健康福祉課 成人健康係 ☎0285(56)9133

上三川こぼれ話 第36話「上三川町にあったもうひとつの高校」

現在、町内にある県立高校は上三川高校の1校ですが、上高ができる前にも高校が存在した時期がありました。1947(昭和22)年の学校教育法の改正により、戦前からあった青年学校が廃止され、働きながら学ぶ青少年のための教育の場を設けることが全国的に訴えられ、高等学校定時制の設立が相次ぎました。

そのような中、真岡農業高校上三川分校は、戦争で荒廃した農村を振興させ食糧の増産を図るという当時の切実な願いから、1952(昭和27)年に上三川小学校内に開校しました。初年度の生徒数は、農業科32人、農村家庭科9人の計41名でした。この定時制の教育は週5日制(週30時間)で、生徒に「考える」「創造する力」を養わせることを主要な目的としました。

町は開校当初から援助協力を続け、1956(昭和31)年に校地を購入し、翌年1月に新校舎が完成して移転しました。

定時制高校在学生の学習意欲は高く、学習や体育に熱心に取り組んでいたそうです。バレーボール県大会で優勝、フットボールやソフトボールの県大会で準優勝をするなど、体育においても優秀な成績を残しています。

このように、年ごとに施設が整備され教育内容も充実していた定時制でしたが、1960(昭和35)年ごろからの若者の都会への流出など社会的要因により、だんだん生徒数が減少し、1962(昭和37)年に上三川分校は本校に統合される形で廃校となりました。



定時制分校廃校式

▶問い合わせ先=生涯学習課 文化係 ☎0285(56)3510