

阿南市 阿波市 小松島市 徳島市 鳴門市 美馬市 三好市 吉野川市

石井町 板野町 海陽町 勝浦町 上板町 上勝町 神山町 つるぎ町 那賀町 東みよし町 松茂町 牟岐町 美波町 佐那河内村

認知症の人を地域で支えよう

認知症の方に対し、心がけておきたい接し方

「理由を考えよう」

○ **「アイシかな？」** (Why are you sad?)
 ○ **「アイシかな？」** (Why are you sad?)
 ○ **「アイシかな？」** (Why are you sad?)

○ **「アイシかな？」** (Why are you sad?)
 ○ **「アイシかな？」** (Why are you sad?)

「話を聞こう」

○ **「話を聞こう」** (Let's listen to the story)
 ○ **「話を聞こう」** (Let's listen to the story)
 ○ **「話を聞こう」** (Let's listen to the story)

○ **「話を聞こう」** (Let's listen to the story)
 ○ **「話を聞こう」** (Let's listen to the story)

「ゆとりを持って接しよう」

○ **「ゆとりを持って接しよう」** (Let's interact with ease)
 ○ **「ゆとりを持って接しよう」** (Let's interact with ease)
 ○ **「ゆとりを持って接しよう」** (Let's interact with ease)

○ **「ゆとりを持って接しよう」** (Let's interact with ease)
 ○ **「ゆとりを持って接しよう」** (Let's interact with ease)

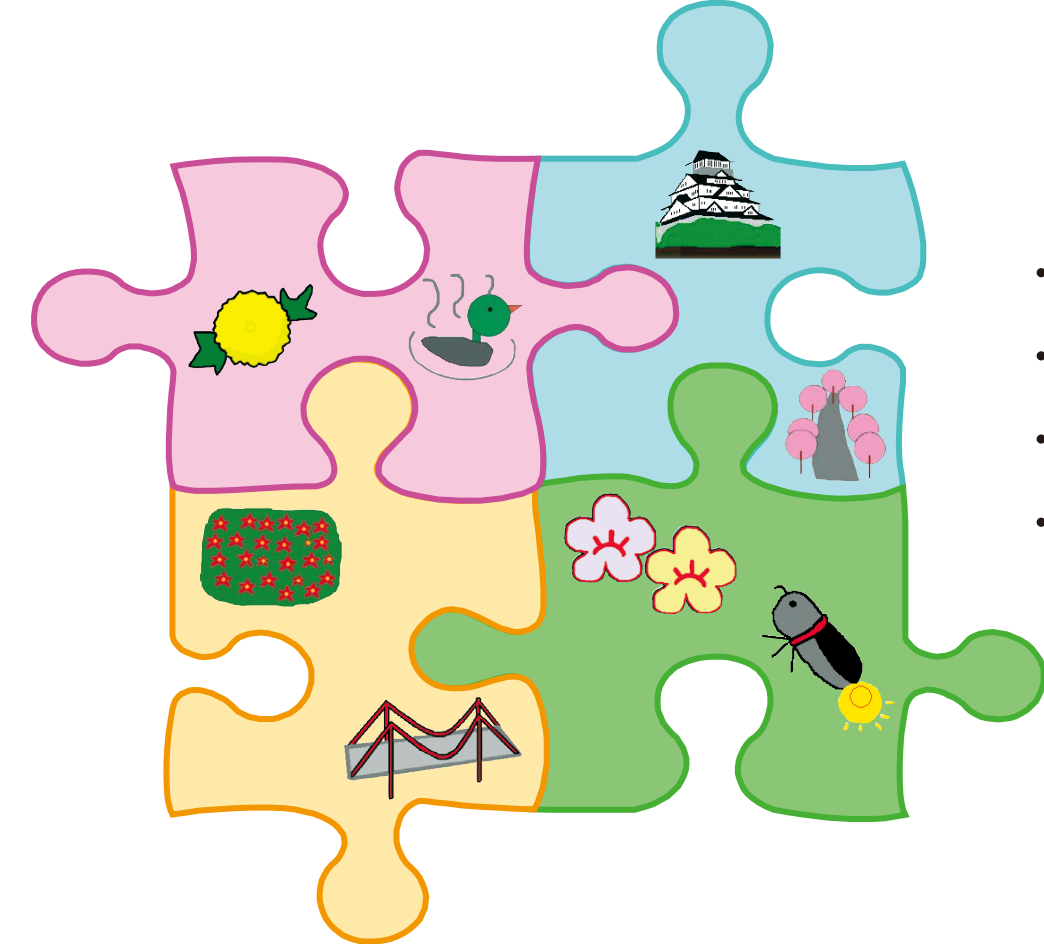
* 周りの理解と気遣いがあれば、穏やかに暮らすことができます

〈お問い合わせ〉
■ 吉野川市地域包括支援センター
 〒776-8611 徳島県吉野川市鴨島町鴨島115-1(吉野川市役所本館2階)
TEL0883-22-2265 FAX0883-22-2260
■ 徳島県地域リハビリテーション地域支援センター
 医療法人 徳寿会 鴨島病院内
TEL0883-24-6565 FAX0883-24-6572
 E-mail renkei@t-group.net URL http://www.t-group.net/tobu2/index.html

吉野川市地域包括支援センター

楽しい脳体操

若々しい脳を保つために



- ・脳が喜ぶ食材
- ・料理を考えよう
- ・ふるさと再確認
- ・地域で認知症を支えよう

次のことに注意して生活しましょう

- ・趣味を持ちましょう
- ・野菜や青魚を食べましょう
- ・人とのつながりを持ちましょう
- ・体験したことを思い出しましょう(日記 家計簿など)
- ・有酸素運動をしましょう(散歩 水泳など)