

楽しい話し合い・相談・情報交換ができる認知症カフェ

オレンジカフェ静岡

11月21日 午後2時～4時

オンラインで行います



- ・日本歯科大学卒業
- ・新潟大学大学院医歯学総合研究科摂食嚥下リハビリテーション学科修了
- ・歯学博士
- ・近藤歯科医院副院長
訪問歯科医としてご活躍
- ・2021年1月
こんどう歯科医院を開設
葵区北安東4丁目31-5

今回の講話はこのようのことを、楽しくわかりやすく、お話しさせていただこうと思っています。十一月二十一日にお会いできることを楽しみにしています。

皆さん、お久しぶりになります。コロナの影響で、ミニ講話も延期になり久しぶりの投稿になりました。また、再開されることを、本当にうれしく思います。今回のミニ講話では、コロナの影響でみんなが予防のためにやっている、「手洗い・うがい」のうがいの話をしたいと思っています。うがいは、日本人の習慣として昔から行われている、大切な習慣です。さて、いつごろから行われているのでしょうか？ ヒント

は、神社で神様に会う前に、私たちは、何をするのでしょうか？
雑談は、このくらいにして、今回の講話は、うがいの効果としての感染予防のメカニズム、「なぜうがいをする」と風邪を予防できるのか？ 感染を防げるのか？。うがいの方法、うがいのタイミング、「どのようなうがいをすれば効果を得られるのか？ うがいはいつしたらいいのか？」。うがいの効果についての研究結果などを紹介したいと思っています。そして、うがいをすることによって、どのような口腔機能に効果をもたらすのか、正しいうがい薬の使い方などを紹介していきます。うがい薬も、正しい使い方や症状での選択が大切です。うがい薬もいろいろな種類が出ています。選んだものを正しく使用しましょう。

ミニ講話

感染が怖い今こそ

正しいうがいを理解しよう

くにはる

近藤匡晴先生 こんどう歯科医院

オンラインのための講習会の案内

十一月十九日（金）午後二時～三時半

会場 城東コミュニティプラザ・ハピスポ

今月は、カフェを行なっていた会場で講習会を行います。講習会に参加するには、パソコン（ネット接続済）、タブレット、スマホのいずれでも可能です。当日お使いになる予定の機器をお持ちください。

オンラインの技術は決して難しくありません。ですが機器の状態等で、うまくいかない場合もあります。その際には何度でもいらしてください。お申し込みは、事前にメールか電話（下記）でお願いします。

オンライン・カフェ参加の申し込み

十一月十一日（日）二時～四時のオンライン・カフェ参

加のための情報は、これまで参加された方には遅くとも前日までにお送りします。申し込みの必要はありません。

オンライン・カフェにこれまで参加されたことのない方は、**十九日（金）までに、左下のメールアドレスまでお申し込みください。**当日までに、オンライン・カフェのZOOMのアドレスと、ミーティングのパスコードをお送りします。

十一月の相談担当者

今月は、伝馬町横内地域包括支援センターから、榎千恵子さん（主任ケアマネジャー・社会福祉士・介護福祉士）がいらして、相談にのってくださいます。

認知症とともに生きる 地域社会をめざして

～「認知症予防」という言葉はやめよう～

当 NPO 法人理事長 松田 純
静岡大学名誉教授

昨年2月のミニ講話で講師の三浦繁雄さん（静岡県希望大使）が「認知症は人生の一部です。認知症になっても大丈夫」というお話をしてくださいました。日本認知症本人ワーキンググループが2019年に出した「認知症基本法案に関する期待と要望」の中で、「認知症予防」という言葉を「認知症への備え」に変え、みんなが認知症に希望をもって向き合える社会を作っていきたいと呼びかけたという話もされました。

アルツハイマー病などでは、中核症状（記憶や判断力の障害など）を治すのは困難です。認知症の人に「ちゃんと覚えておいてよ！」と物忘れを非難し、脳トレなどを強制することは本人をいたく傷つけることとなります。物忘れを「治そう」とする不適切な対応とケアは、行動・心理症状（帰宅願望や暴言、暴力、介護拒否など）を悪化させるだけで、有害です。加齢とともに誰もが認知能力が低下する可能性があることを理解し、そのようになっても安心して暮らせる地域社会を構築していくことが求められています。

静岡市認知症ケア推進センター開設！周年記念

「認知症の未来をみんなで考えるウィーク」で

松田 純さんが上記の講演を行います

11月8日（月）10時～10時40分

場所 かけこまち七間町 問い合わせ（電）054-221-1576

会場 静岡市葵区城東町 34-14

城東コミュニティプラザ
HapiSpo（ハピスポディ和かな）

会場提供 社会福祉法人静和会

共催

NPO 法人ヒューマン・ケア支援機構

社会福祉法人静和会

連絡先 ☎ 090-5620-6070

✉ orange@npo-humancare.jp

十一月のオンライン・カフェのプログラム

- 一、ミニ講話 近藤匡晴先生
 - 二、希望するグループで話し合い
 - ① 人生の最終段階の医療と介護
- 松田純さんと語る

- ② もし私が認知症になったら？
 - ③ 認知症の家族の体験を語る
 - ④ 美紀代の部屋
 - ⑤ 相談（守秘を守ります）
- 当日までに、希望するグループを考えておいてください。