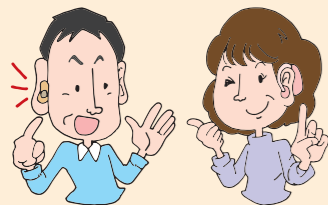


やっばい
元気がよか!

自立支援型介護予防
「聴覚低下による
認知症への影響」

次に当てはまる場合や家族が気付いた場合は耳鼻科受診の目安です。

- スーパーなど騒がしい場所で会話が聞き取りにくい(聞き取ってもらえない)
- テレビの音が大きと言われる(言った)
- 話しかけられても気づかない(気づいてもらえない)
- 何度も聞き返す(聞き返される)ことがある



加齢とともに耳の聞こえが悪くなくても「まだ大丈夫」「歳だから」とそのままにしていませんか。最近の研究で「予防できる認知症の要因の中で、難聴が認知症の最も大きな危険因子である」ということが明らかにってきています。

難聴になると、難聴を指摘されることや自覚することが嫌で、人との関わりが減少する傾向にあります。そういった刺激の低下が認知症の原因の1つと言えます。

認知症の症状が出てきてからでは、補聴器の操作方法や必要性の理解ができず装用できない、しないことも考えられるため、事前の耳鼻科受診・相談が重要です。

最近の補聴器は、簡単に音量や音質の調整ができます。まずは、専門家に相談してみましょう。

難聴のある人と話す際は、声の高さを低くすることや1音1音聞き取れるようにゆっくり話しましょう。周囲の私たちが適切な配慮をすることで、誰もが社会とつながり、長く地域で生活できることを目指しましょう。

【問】長寿介護課 Tel 23-1140

福祉情報をお届けします

社協タイムズ

重層的支援体制整備事業(スコープ事業)で
誰ひとり取りこぼさない地域づくりを

社会の変化に伴い複雑・複合化する悩みを解決するために

社会の変化に伴い人びとの生活が変化の中で、さまざまな困難・生きづらさの多様性や複雑性から悩みを抱える人が増えています。

これまでの子ども・障がい者・高齢者・生活困窮者といった対象者ごとの支援体制だけでは、人びとが持つさまざまなニーズへの対応が困難なため、重層的な支援体制の整備が必要とされています。

小林市でも①属性を問わない相談支援/②参加支援/③地域づくりに向けた支援を柱に、重層的支援体制整備事業の本格実施に向けた取り組みが始まっています。

重なった困りごとの解決は、優

れた専門家でも1人では難しいため、相談窓口や専門職がチームになって解決を考えていきます。

また、悩みを抱えながらも自ら相談できない人が多いため、支援者から困りごとを抱えた人を訪ねる「アウトリーチ」も使い、困っている人の孤立を防ぎます。

「参加支援」は社会参加をつなげていく取り組みで、現在、ひきこもりなどの生きづらさを抱えた人の居場所「まる灯」や「ひきこもり家族会」を支援しています。

ひきこもり支援プラットフォーム
新たな取り組みとして、「小林市ひきこもり支援プラットフォーム」を設置し、関係機関や団体が実態調査やサポーター養成などに

ついて意見交換を行いました。

その中で元当事者は、「心に寄り添った支援が回復への後押しとなる。支援者の自己満足でなく、相談者が満足できる支援が大切」と話していました。

重層的支援体制整備事業は来年度の本格実施に向け協議を重ねています。誰ひとり取りこぼさない地域づくりのため、地域全体で連携できる体制づくりを進めます。



小林市ひきこもり支援プラットフォームで意見交換の様子

※「スコープ事業」は小林市での愛称

【問】市社会福祉協議会(本所): Tel 23-3466

健康の
まちづくり

10月27日、健康のまちづくりをテーマとした啓発作品コンクールの表彰式が行われました。同コンクールは、生活の基本となる「健康」の重要性について自ら考え、健康づくりへの積極的な取り組みを啓発するために実施。市内の小中学校から552点の応募があり、健康の大切さと小林市の魅力を力強く表現した作品20点を選出され、代表して最優秀賞の2人が表彰されました。最優秀作品は、「健康のまちづくり」の啓発用ポスターとして市内公共施設などに掲示し活用されます。

小学生の部最優秀賞



ポスターを見て、みんなが健康の取り組みを実践してもらえるといいなと思いながら描きました。コスモスを本物に見えるようにするのが難しかったです。

中学生の部最優秀賞



小林市にあるたくさんの魅力を伝えられるよう描きました。工夫したのは星の描き方で、絵の具をブラシにつけ、とぼしながらかきました。

ポスターで健康のまちづくりを啓発
健康の大切さと小林の魅力を表現

お酒を正しく上手に楽しむ
だれやめ通信

第9回

「お酒をめぐる法律の話」

寄稿…(医)見松会 あきやま病院 福田 貴博 医師
※前勤務先(独法)国立病院機構 肥前精神医療センター

今回は、お酒をめぐる法律の話です。実は、日本はお酒に対して甘い国なのです。24時間お酒を販売できたり、居酒屋で飲み放題があったり、公共の場でも飲酒できるなど、国によっては禁止されています。また、酒の席では無礼講など、酔っ払いにも甘い文化といえます。このままではよくないということで、2013年にアルコール健康障害対策基本法という法律ができました。国として、アルコールによる健康障害に取り組む必要性を認めています。特徴として、依存症だけでなく、健康問題としてアルコールの飲みすぎを取り上げています。この法律の効果として、酒類のCMで「ごくごく」「ぐびぐび」などの効果音を酒造会社が自主規制

しています。今後は、この連載で以前紹介した「ドリンク」という単位を酒類に表記することや、酒税を引き上げること、「酒は百薬の長」という考えから「節度ある飲酒は2ドリンクまで」に変えていくなどの対策が望まれます。

1日の適正量(2ドリンク)の目安	
ワイン 2杯 (120ml×2) 12%	缶チューハイ 1本 (350ml) 7%
瓶ビール 1本 (500ml) 5%	焼酎 0.7合 (約125ml) 20%

※記載の“%”はアルコール度数
※純アルコール10%を含むアルコール飲料が1ドリンクです

【問】①健康都市推進室: Tel 23-0456 ②健康推進課: Tel 23-0323