



# 結ま～るだより



# 10月号

西原一区・二区自治会



西原公民館では毎週木曜日に『いきいき健康クラブ』をやっています。百歳体操や脳指を使った脳トシ、レクリエーションなど内容盛りだくさんで参加されている皆さん楽しそうに過ごしていました。



発行元：地域包括支援センターゆいまある  
連絡先：098-917-5320  
担当者：新垣

**総合相談窓口**

気になる方は包括ゆいまあるまで ご連絡ください！



# 結ま～るだより

# 10月号

## 当山自治会



当山自治会の神山自治会長さん  
も参加して体操頑張っていただ  
ワン！！

当山地区の皆さん毎朝浦添大公園で  
ウォーキングやラジオ体操、笑いヨガを  
行っているそうです。僕も参加したけど  
1日とても気持ちよく過ごすことが出来  
ただワン！！  
参加してみたいという方は気軽に当山の  
大公園（沖縄紙業近く）まで足を運んで  
ほしいワン♡。



発行元：地域包括支援センターゆいまある  
連絡先：098-917-5320  
担当者：新垣

**総合相談窓口**

気になる方は包括ゆいまある  
まで ご連絡ください！



# 結ま～るだより

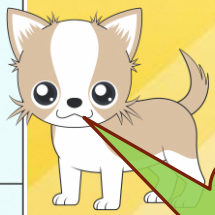
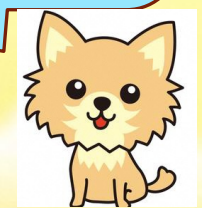


# 10月号

## 第1回:『認知症』について

	老化による物忘れ	認知症による物忘れ
物忘れの内容	一般的な知識（地名や人の名前など）	自分が経験した出来事
物忘れの範囲	体験の一部 食事を食べたことは覚えているが、何を食べたかを忘れる。 眼鏡をどこにしまったか忘れる。 旅行に行った地名を忘れる。	体験した全体 食事をしたこと自体、忘れる。 眼鏡をしまったこと自体、忘れる。 旅行に行ったこと自体、忘れる。
進行	進行・悪化しない	進行していく
日常生活	支障なし	支障あり 何度も同じことを聞く。 洗濯機の使い方が分からなくなる。 鍋を火にかけっぱなしで出かける。 慣れた道で迷子になる。 約束の時間や、病院の受診日時を忘れる。
物忘れをした自覚	自覚している。 「うっかり」が多くなったことを認める。 思い出そうとしたり、思い出すまでには時間がかかる。 ヒントがあれば思い出せる。	自覚がない。 自分が忘れていないことに気がついていない。 ヒントがあっても思い出せない。
学習能力	判断力や理解力には問題はない。	新しいことを覚えられない。 判断力や理解力が低下する。 料理や掃除など順序だてて行動することができなくなる。
日時の見当識	今日が何月何日何曜日か分かる。	今日が何月何日何曜日か分からない。 季節に適した服装が選べない。
感情・意欲	保たれている	怒りっぽくなる。 やる気がないようにみえる。 何事にも億劫になる。 疑い深くなる。

『結ま～るだより』では地域の皆様に役立つ情報を掲載していきたいワン♥  
今回は『認知症について』  
いろいろなテーマをシリーズで掲載していきたいので知りたい情報があればぜひゆいまあるまで連絡下さいね



今回は【加齢に伴う物忘れと認知症の違い】についてだワン!!



【認知症の基礎知識】  
『老化に伴う物忘れと認知症の違い』  
について詳しくはこちらから!!

発行元：地域包括支援センターゆいまある  
連絡先：098-917-5320  
担当者：新垣

総合相談窓口

気になる方は包括ゆいまあるまで ご連絡ください!