

包括支援センターだより

第58号 令和元.9.1 発行

運転免許の自主返納を考えてみませんか？

高齢運転者による死亡事故の **3割は操作ミスや踏み間違い**などが原因です。
体力がおとろえてきたり、運転に自信がなく不安になったら、運転免許を**自主返納**することも、交通事故を起こさないための**一つの選択肢**です。

標識や信号などの
見落としが多い…

最近ヒヤリと
することが多く
なった…



よく操作ミスが…

最近、運転すると
疲れやすい…

運転免許を自主返納された方は「**運転経歴証明書**」の交付を受けることができます。身分証明書として認められ、タクシーの割引など受けることができます！

◎申請場所

- ・運転免許センター
- ・運転免許試験場
- ・警察署

◎注意点

- ・代理申請はできず、必ず本人が申請手続きをして下さい
- ・免許証の有効期間が過ぎている場合は手続きできません

氏名	〇〇 〇〇〇	昭和〇年〇月〇日生
住所	〇〇県〇〇市〇〇〇123-45	
交付	〇〇年〇月〇日	
運転経歴証明書 (自動車等の運転はできません)		
第 1234567890 号		
〇〇年〇月〇日		
〇〇年〇月〇日		
〇〇年〇月〇日		

藤崎町地域包括支援センター

相談受付 月曜日～土曜日
時 間 午前8時15分～午後5時

住 所 藤崎町大字常盤字富田67-1

電話番号 TEL 65-4155
FAX 65-4159





おしゃべり&オレンジカフェ

営業中

このカフェは...

認知症について興味のある地域の方々や、認知症の方やその家族の交流の場です。コーヒーなどを飲みながら日ごろの悩みや相談、世間話など気軽にできる居場所です。もちろん、介護の専門家もいますので、気軽に学ぶことができ、専門的な相談もできます。

また、様々なイベントもあります。物作りやトランプ、花札などで自由に過ごすことができます。

一度、遊びにきてみませんか。お待ちしております。

- 藤崎会場：藤崎老人福祉センター 第2金曜日 13:00～15:00
- 常盤会場：常盤老人福祉センター 第3金曜日 13:00～15:00

問い合わせ先
藤崎町福祉課
☎88-8197・88-8198



2019 金曜日 13:00～15:00

おしゃべり & オレンジカフェ

心がかるくなる

どなたでもおいでください。

傾聴ボランティア活動終了者があなたの話を聞き取ります。

ひみつ厳守 申込不要 参加費無料

お問い合わせ 藤崎町福祉課 88-8197・8198 藤崎町傾聴ボランティアの会「おしゃべり」

ふじさき 老人福祉センター	ときわ 老人福祉センター
4月 12日	19日
5月 10日	17日
6月 14日	21日
7月 12日	19日
8月 23日	30日
9月 13日	20日
10月 11日	18日
11月 8日	15日
12月 13日	20日
1月 10日	17日
2月 14日	21日
3月 6日	13日

- 色々おしゃべりができて楽しい。
- 気軽に集まれるからいいね。もっと回数が増えたらいい。

- 今度は手品を披露したい。
- イベントにひかれて参加したけど、今度は認知症を学びに参加したい。

- 本人と一緒に参加しました。慣れてきたので、少し本人と離れて、折り紙や手作りに参加してみたい。
- 色々話をしていると、2時間あっという間に過ぎてしまって。みなさん聞き上手です。

参加者の声



- 介護のイライラや心配事を聞いてもらえるとすっきりするの。
- 家事も介護もだから疲れて気が休まらない。アドバイスをもらったのでケアマネに相談してみようと思う。

《ボランティアの声》

最初は町民の方々の声を聴くことを学び、今はこのカフェに関わり、認知症のことを学んでいます。

参加する方々がおしゃべりをして笑顔になる様子を見ると、つくづく聴くこと「傾聴」の大切さを認識する日々です。

このことに出会え、導かれたことに感謝しています。



☆介護予防教室のお知らせ☆



参加者
募集

9月	藤崎 (筋力あつぷ教室：藤崎診療所 他の教室：藤崎老人福祉センター にこ ² わい ² 教室：藤崎町文化センター)	常盤 (筋力あつぷ教室：ときわ会病院 他の教室：常盤老人福祉センター)
筋力あつぷ教室	(月)：2日	お休みです
脳トレ教室	(金)：6日、13日、20日、27日	(火)：3日、10日、17日、24日
にこ ² わい ² 教室	(火)：3日、17日(藤崎老人福祉センター)	(木)：5日、19日
らく楽教室	(水)：4日、18日	(水)：11日、25日
げんき教室	(火)：10日、24日	(木)：12日、26日
脳トレ咲楽ん坊	(水)：25日	(水)：18日
おしゃべり&オレンジカフェ	(金)：13日	(金)：20日
10月	藤崎 (筋力あつぷ教室：藤崎診療所 他の教室：藤崎老人福祉センター にこ ² わい ² 教室：藤崎町文化センター)	常盤 (筋力あつぷ教室：ときわ会病院 他の教室：常盤老人福祉センター)
筋力あつぷ教室	12月から開始します	12月から開始します
脳トレ教室	(金)：4日	11月から開始します
にこ ² わい ² 教室	(火)：1日、15日(藤崎老人福祉センター)	(木)：3日、17日
らく楽教室	(水)：2日、16日	(水)：9日、23日
げんき教室	(火)：8日、29日(合同：調理実習)	(木)：10日、29日(藤崎会場)
脳トレ咲楽ん坊	(水)：23日	(水)：16日
おしゃべり&オレンジカフェ	(金)：11日	(金)：18日



おれんじ通信



①

最近、物忘れが多くて…。みんなから認知症じゃないかって言われて落ち込んでしまう。気になって夜もなかなか眠れない。



ほんと、物忘れが目立つし、同じ話ばかりするし。日中だって居眠りばかりしているし心配。どうしたらいいの？



②



まずは、**かかりつけ医に相談**してみましょう。できればご家族と一緒に病院へ行くことをお勧めします。必要があれば専門医を紹介してくれますよ。



③

検査したら年相応だって言われた。いや～安心したよ。気持ちもスッキリ、夜もぐっすり眠れるようになったよ。先生から家にばっかりいたらダメだよって言われたから早速出かけよう！



④

安心したわあ。ちょっと周りで気にかけてあげるだけでいいみたい。やっぱり元気できてほしいもの。



良かったですね。これは実際にあったお話です。**早めの受診と治療**はとても大切ですよ。

