



Inclusive support

## 地域包括支援センター

行方市地域包括支援センター

☎ 0299-55-0114

いつまでも健やかにすみなれた地域で生活していけるよう、高齢者やご家族のみなさんを、医療、保健、介護及び福祉などさまざまな方面から総合的に支援します

### 家族の対話を増やそう

日頃家族とどのくらい対話していますか。自分以外の家族のことをどれだけ知っていますか。夫と妻、親や子、嫁と姑という関係でも違うかもしれません。また同居や別居、遠距離でも違うかもしれませんが、親の老化のサインを見逃さない自信はありますか。一緒に暮らしていれば自然と分かることも、離れて暮らしているとかなり意識しないと知らないままです。多いのが実情ではないでしょうか。もちろん、同居なら知っていて、別居だから知らないとはいいません。聴く耳がなければ同じことです。かかりつけ医を知っていれば、様子がおかしい時に電話して状況を尋ねることもできます。趣味や老人会の開催日時、親しくしている友人の連絡先を知っていれば、家に電話をして電話に出なくても慌てることはありません。親のプライバシーを詮索しようというわけではありません。どのような生活をしているのかおおよそを知っておくことが大事です。そして、親自身も判断する能力があるうちに、からだが弱ってきたら、どこでどのように暮らしたいか、延命措置に対する思い、大切な書類の保管場所、だいたいの収入額や資産について話しておきましょう。



親の異変を早期に察知するためにも、そして自分自身が納得のいく終焉<sup>しゅうえん</sup>を迎えるためにも「対話」を増やすことが重要です。

### ◆認知症の家族のつどい in 鹿行◆

認知症のさまざまな症状からの行動に困惑したり、対応に悩んでいませんか。介護の方法はさまざまですが、同じ悩みを抱えてる方が他にもいるかもしれません。一人で悩まずに『つどい』で思いを話してみませんか。

【日 時】11月20日(木) 午後1時～午後3時

【場 所】鹿島病院 社会復帰センター 会議室  
(鹿嶋市平井 1129-19)

【対 象】認知症の方を介護されているご家族

【問い合わせ】潮来保健所 保健指導課 TEL0299-66-2174



## 行方市で いっしょに 健康づくり

《交通事故などによる打撲・捻挫等の施術受付》

◆心地良いマッサージ効果・最新型ウォーターベット導入

**\* AED 設置 《緊急時の救命対応》**

《各種健康保険・交通事故傷害・労災 受付》

柔道整復師・はり師・きゅう師 厚生労働大臣 免許

行方市船子7-4 山下鍼灸整骨院 TEL 0299-77-5959