

400mL 献血ご協力ください

日 時 9月20日(土)
受付時間 13:30~16:00
場 所 堤公民館(堤校区・堤丘校区共同開催)



400mL 献血のご協力いただける方

- ◆年齢: 【男性】17~69歳 【女性】18~69歳
※65歳以上の方は、60~64歳の間に
献血経験がある方に限ります。
- ◆体重: 男女ともに 50kg 以上



堤丘校区献血推進協力会

カフェつつみがおか

日 時 9月30日(火)
10:00~14:00
場 所 堤丘公民館 講堂

10時から12時の間、
第4いきいきセンターの方が
お見えになります。
高齢者に関するちょっとした困り事、
介護保険の事、何でも個別に相談できます。
ぜひご利用ください!



堤丘校区自治協議会

さわやかウォーキングの会

日 時 9月1日(月) 9:00
集合場所 堤丘公民館
※雨天時は室内運動



水筒・タオルを忘れずにご持参ください。

堤丘校区環境衛生連合会/さわやかウォーキングの会

男女共同参画を学ぼう!

~「普通」って何?働き方・介護、
自分らしい生き方のヒント~

男女共同参画社会とは、
『職場、学校、家庭、地域などの社会のあらゆる分
野で、性別にかかわらず個性と能力を充分に発揮
し、喜びや責任を分かち合うことができる社会』
のことです。

日 時 9月13日(土) 10時~12時
場 所 堤丘公民館
講 師 中川 裕美さん
福岡市男女共同参画推進サポーター
テ マ みんなで学ぼう!男女共同参画
定 員 40名 9/1~受付開始
申 込 み 堤丘公民館窓口
もしくは電話 092-861-4821

堤丘校区男女共同参画協議会

あなたの「骨」は大丈夫? 骨粗しょう症予防の食事

骨粗しょう症予防に効果的な食事について、
管理栄養士さんのお話を聞いてみませんか?

講 師 管理栄養士 出嶋 洋子先生
日 時 9月17日(水) 10時~12時
場 所 堤丘公民館 講堂
申し込み 堤丘公民館 ☎092-861-4821
【先着】35名 9/1~受付開始



主催:堤丘校区環境衛生連合会
城南区保健福祉センター
地域保健福祉課

三世代交流 eスポーツ大会

日 時 9月28日(日) 10時~12時
場 所 堤丘公民館 講堂
申し込み 9月1日(月)~
TEL: 092-861-4821
対 象 大人18名 / 小・中学生18名
※飲み物をご持参ください※



公民館と共催でeスポーツ大会を開催します。
大人と小・中学生のペアになってTVゲームで
対戦します!ゲーム機の操作も簡単で
初めての方でも楽しめます。
脳トレ感覚でeスポーツに挑戦しましょう!



堤丘校区社会福祉協議会

今月のすこやか広場

9月の開催日 1日・8日・29日
時 間 10:30~12:30
場 所 堤丘公民館 講堂

「すこやか広場」では、子ども達は元気に遊び、
大人は情報交換の場所としても利用されています。
初めての参加の方、大歓迎です♪
新しいおもちゃも仲間入りしました!!
9月8日は「子どもプラザ」より子育て支援コンシェルジュ
北川氏が来られます。

【10月の予定】

10月は6日・20日・27日に開催を予定しています。
※6日は仁愛保育園の先生が来館されます。

お楽しみに!!
堤丘校区社会福祉協議会/子育てサロン

堤丘紙リサイクルステーション のご案内

紙リサイクルステーションで「紙資源」「雑がみ」のリサイクル回収を行っています。

日時:土・日曜日 9時～17時

場所:樋井川公園(樋井川2丁目)

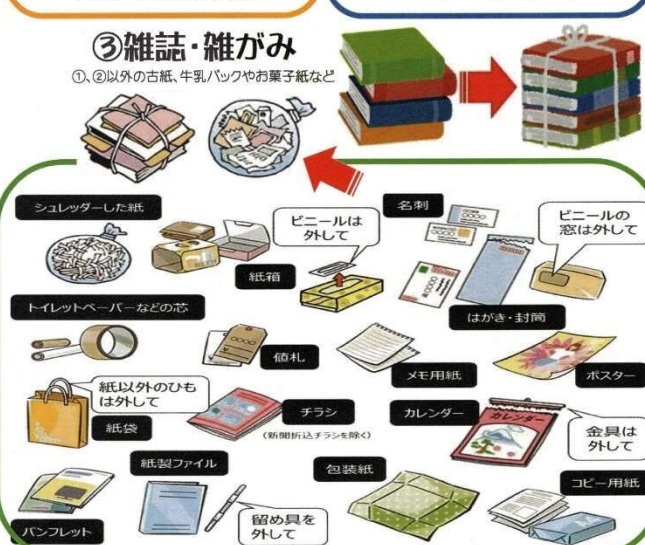
※長尾中学校向かい

紙資源を持ち込む際、公園隣の
医院駐車場は利用しないでください。

資源物の出し方

古紙

古紙は3種類に分けて、なるべくひもで縛るか、紙袋に入れて出してください



※次のものは古紙に出せません。「燃えるごみ」として出してください。
●ビニールコーティング加工紙 ●布張りの紙 ●カーボン紙 ●写真紙 ●油紙 ●感熱紙
●紙コップなどのフックス加工紙 ●絵の具やクレヨンで描いた画用紙 ●シール類など

出し方は簡単！
新聞や段ボールはひもで十字に縛る
雑紙も縛れるものは、ひもで十字に縛る。
小さな紙は、紙袋などにまとめて回収場所に出すだけです。

知っておきたい認知症のこと

認知症ってどんな病気？

「認知症」とはさまざまな脳の病気により、
脳の神経細胞の働きが徐々に低下することで、
認知機能(記憶、判断力など)が低下して、
社会生活に支障をきたす状態をいいます。

認知症の方が体験している世界

●周りの世界が飛ぶように早く感じられ、
ついていけない

情報処理や見当識の力が落ちてくると、
現実世界のスピードについていけず、
焦りや混乱を感じやすくなります。



●周りと自分の世界がずれ、見知らぬ世界に
迷い込んだ感覚

記憶や判断、見当識などの障害で、現実世界を
適切に把握する事が難しくなり、
周囲の環境や出来事を不可解に感じ、
不安や緊張感が強まります。



認知症の方への対応の心得「3つのない」



認知症の正しい知識をもって、
一人ひとりに合わせて柔軟な対応を
探っていくことが必要です！

9月は「世界アルツハイマー月間」です。
65歳以上の3人に1人が認知症または
軽度認知障害と言われおり、とても身近な病気です。

～具体的な対応のポイント～

1. まずは見守る

近づきすぎたり、
ジロジロ見たりするのは禁物です。



2. 声を掛けるときは可能な限り一人で

複数人で声掛けをすると、恐怖心から強い
ストレスを感じ、精神的に不安定な状態を
招きます。

3. 背後から声を掛けない

背後からの声掛けは、
驚いて混乱してしまいます。
本人の視野に入ってから声を掛けます。



4. やさしい口調で穏やかにはっきりと話す

高圧的な態度や口調は、「怖い」という印象を
強く与えます。目線を本人と合わせて優しい
口調で対応しましょう。早口、大声、甲高い声
でまくしたてるのは禁物です。

5. 本人の言葉に耳を傾け、ゆっくり対応する

会話するときは、短く簡潔に伝え、答えを
待ち、確認しながら次の言葉を発しましょう。
先回りをして結論を急ぐのは避けましょう。

一人ひとりが認知症について
正しく理解し、認知症になっても
安心して暮らせる地域を作って
いくという意識を持つことが
大切です。

