



安心して暮らせるまちをめざして

認知症について考えてみませんか

認知症は、早期発見、早期治療につなげることで、症状の進行を穏やかにしたり、家族の負担を減らしたりすることができま

す。認知症のかたが住み慣れた場所です。自分らしく暮らし続けることができ

るように、周りの人が正しい知識を持ち、優しい気持ちで接することが大切です。

認知症についてのご相談は
お近くの地域包括支援センターへ

認知症に関する支援、医療・介護サービスなどの情報提供を行っています。また、関連機関と連携するため、認知症により行方不明になるおそれがあるかたの情報の登録なども行っています。お住まいの地区のセンターがご不明の場合は、長寿福祉課へお問い合わせください。

セリオンを

オレンジ色にライトアップ！

9月30日(金)まで、セリオンを認知症啓発のシンボルカラーであるオレンジ色にライトアップしています。

学ぼう！

認知症サポーター養成講座
& ステップアップ講座

受講無料

定員各25人

認知症を正しく理解し、認知症のかたやその家族を応援する「認知症サポーター」になりませんか。養成講座受講後は認知症サポーターの証である「オレンジリング」を差し上げます。



また、すでに養成講座を受講したかたを対象に、ステップアップ講座も開催します。認知症のかたやその家族のために、何か活動してみたいと思っ

【時間】

① ② ③ ④ ⑤

① 午後2時～3時30分
② 午後1時30分～3時
③ 午前10時～11時30分
④ 午前10時～11時30分
⑤ 養成講座が午前10時～11時30分
ステップアップ講座が
午後2時～3時30分

①市老人福祉センター(八橋)が会場
養成講座 10月13日(木)
ステップアップ講座 11月24日(木)
申し込み 八橋地域包括

☎(8833)1465

②明徳地区「コミュニティセンター」が会場
養成講座 9月15日(木)
ステップアップ講座 10月20日(木)
申し込み 東通地域包括

☎(884)1405

③西部市民サービスセンターが会場
養成講座 9月15日(木)
ステップアップ講座 9月29日(木)
申し込み 新屋地域包括

☎(888)8761

④雄和市民サービスセンターが会場
養成講座 9月30日(金)
ステップアップ講座 10月28日(金)
申し込み 雄和地域包括

☎(881)3511

⑤外旭川地区「コミュニティセンター」が会場
養成講座 9月29日(木)
ステップアップ講座 10月31日(月)
申し込み 外旭川地域包括

☎(889)7755

問い合わせ▶長寿福祉課…認知症について☎(888)5668、標語について☎(888)5666



市では、「老人の日」(9月15日)がある9月を「老人保健福祉月間」と定めています。

高齢者を敬うとともに高齢社会に関心と理解を深め、誰もが生きがいを持ち、健康で安心して生活できる明るく豊かな長寿社会をめざしましょう。

老人保健福祉月間の
最優秀賞標語決定！

令和4年度「老人保健福祉月間標語」最優秀賞

大きい手小さい手
重ねて感じる
あたたかさ

小学生を対象に募集した作品の中から、北嶋千紗さん(大住小5年)の右の標語が最優秀作品に選ばれました。おめでとうございます。また、次のみなさんが入選されました。表彰式の様子は、広報あきた次号で紹介いたします。

【優秀作品受賞者】

- 越後谷瑚心さん(下新城小4年)
- 佐々木唯さん(寺内小6年)
- 佐々木 紬さん(飯島小5年)
- 牧野蒼大さん(外旭川小6年)



9月と3月は秋田市自殺対策強化月間

守ろう大切ないのち

問い合わせ

健康管理課
☎(883)1180



秋田市の自殺率(人口10万人に対する自殺者数)は、平成18年をピークに減少傾向が続いていますが、いまだ多くのかたが自ら命を絶っている状況にあります。現在、新型コロナウイルスの感染拡大の影響で生活が不安定になり、ストレスや悩みを抱えている人も多いのではないのでしょうか。

自殺は、さまざまな要因が複雑に絡み合い、追いつめられた末の死であり、その多くが防ぐことができる社会的な問題です。さらなる減少につなげるためには、社会全体で取り組んでいく必要があります。



●メンタルヘルスに関するDVDを貸し出しています



毎年、多くの「働く人」が自殺に追い込まれています。心身ともに健康でいきいきと働くことができよう、メンタルヘルスについて学びませんか。健康管理課では、職場のメンタルヘルス対策を解説しているDVDを貸し出しています。ご希望のかたはご連絡ください。

●あなたも誰かの「ゲートキーパー」

「ゲートキーパー」とは、身近な人の自殺の危険を示すサインに気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守ることができるとのことです。あなたの大切な人のかけがえのない命を守るために、いつもと様子が違うと感じる人がいたら、まずは声をかけてみることから始めてみましょう。



●ひとりで悩まず相談しましょう

会場はいつでも市保健所(八橋)。ご希望のかたは、健康管理課へお申し込みください。



精神科医による精神保健福祉相談

原則通院していないかたが対象です。ご本人やご家族、関係者などの相談に応じます。定員各日2人。

日時▶毎月第1・第3木曜、午後1時30分～4時

臨床心理士によるこころのケア相談

心の問題を抱えているご本人が、ご自身で問題解決できるようにサポートします。定員各日3人。

日時▶毎週水曜、午後1時15分～5時

保健師などによるこころの相談

電話または来所で相談できます。来所相談は事前にお申し込みください。

日時▶平日午前8時30分～午後5時

9月に実施される相談の窓口など

◆わかさ相談電話 市少年指導センター(アルヴェ5階)では、少年の悩みや心配事についての相談に応じています。

日時▶平日午前9時～正午(月曜は午前10時～)、午後1時～4時

相談電話▶(884)38888

*来所相談にも応じています。

◆KHJ秋田ばっけの会 直接会場へお越しください。対象▶ひきこもりのかたとご家族

日時▶9月10日(土)・17日(土)、午後1時30分～3時30分(17日はひきこもりのかたのみ)

会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階)

問▶KHJ秋田ばっけの会事務局

☎090-9539-2365

◆傾聴サロン お話をする機会の少ないかたの話しに、親身に耳を傾けます(要予約)。

日時▶9月15日(木)、①午前10時～、②正午～

会場▶中央市民SC洋室2・3(市役所3階)

申込▶傾聴ボランティア秋田・ダンボの会

☎(886)0839

◆死別の苦しみ 悲しみを語る集い「クレマチスの会」大切な人との死別を体験したかたの集い(要予約)。日時▶9月17日(土)午後1時～3時(遺族の個人ケアは午後1時～1時40分)

会場▶県社会福祉会館(旭北)

先着▶6人(個人ケアは1人) 参加費▶300円

申込▶秋田グリーンケア研究会

☎080-55000-8706

*掲載した催しなどは、新型コロナウイルスの影響により、中止・変更になる場合があります。また、会場では感染予防対策にご協力ください。