

呼吸器なんでも相談のご案内(無料)

ちょっとした動作で息切れや息苦しさを感ずるなど、呼吸器のことで気にかかること、心配なことがありましたら呼吸器なんでも相談へどうぞ!

- ◆受付時間/13:15~13:45
- ◆対象者/市内在住の15歳以上の方
- ◆場所/南保健センター(南区東又兵衛町5-1-1)
- ◆内容/①問診 ②身長・体重測定
③胸部エックス線検査 ④肺機能検査
⑤診察・個別相談

◆費用/無料

~すべて予約制です~

平成31年 1月22日(火)・2月19日(火)・3月19日(火)・4月16日(火)予定

申し込み先 南保健センター公害保健担当 ☎(614)2879 FAX(614)2818

“世界寺子屋運動”書き損じはがきキャンペーン

1枚のはがきが

子どもたちの未来を変える



印刷を失敗してしまった! 余ってしまった! そんな年賀状、普通はがきはありますか?

世界の大人約7億8,100万人、およそ6人に1人は読み書きができません。また貧困や紛争、女の子だから...など様々な理由で学校に通えない子どもが、世界には約5,800万人います。



世界の識字教育支援、子どもたちの明るい笑顔と未来に「書き損じはがき」が役立ちます。

1枚でも多くのはがきの回収に、ご協力をお願いします。※但し、はがきは未投函のものに限ります。

“世界寺子屋運動”
名古屋実行委員会

2月末までに老人クラブを通じ、各区老連へお寄せください。

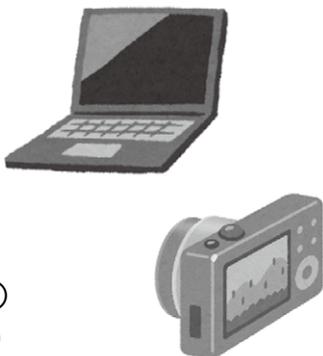
名古屋市高齢者就業支援センター 講習受講者募集中!

◆実施している講習

2月募集(3月実施)

- ・パソコン/デジタル写真(基礎)
- ・パソコン/パワーポイント(基礎)
- ・レッツ! シニアの調理
- ・調理補助スタッフ養成講習
- ・サービス介助基礎検定講習
- ・介護業界シニア就職フェア(2月実施)

☆申込期間 2/1(金)~2/20(水)



3月募集(4月実施予定)

- ・レッツ! シニアの調理
- ・清掃講習
- ・パソコン/入門

☆申込期間 3/1(金)~3/20(水)



~2019年度の講習について~

2019年度(2019年4月~2020年3月)講習の開催予定は、3月下旬に発行される「2019年度版 名古屋市高齢者就業支援センター」のパンフレットをご覧ください。各区役所、図書館、生涯学習センター等で配布する予定です。



認知症とともに暮らす社会に向けて(11)

認知症を予防しよう —生活習慣の改善に取り組み

千種区認知症地域連携の会
晴和会あさひが丘ホスピタル名誉院長 柴山 漢人

一般的に、病気の予防とは3種類あり、
(1)発病しない
(2)早く発見して治す
(3)病気の進行を遅くする

以上である。認知症については、血管性認知症などでは、危険因子を避ければ、100%予防可能である。危険因子とは、高血圧、糖尿病、高脂血症、心疾患、肥満、喫煙、過量飲酒、薬物乱用、などである。

正常圧水頭症、硬膜下血腫、結果が実証されており、この

正常圧水頭症、硬膜下血腫、結果が実証されており、この

認知症全体の70%を占めるアルツハイマー病では、アメリカの有名な研究(Memorial Study)によると、たとえアルツハイマー病になっても、脳梗塞などの血管障害を合併していなければ認知機能はかなり維持される、この

結果に基づいて、生活習慣の改善が提唱されるわけである。10年以上認知機能が維持されている方を紹介する。

【症例】現在 50歳代後半
39歳の時、東京の会社に勤務していたが、上司の指示に従わない、勝手な行動をとる、意識喪失を伴う痙攣発作もある、などあり、会社から出社禁止となる。A大学病院を受診して「若年性アルツハイマー病」と診断され、会社を退職し、8年後退職。その後、

実家のある名古屋へ戻り、B病院受診。CT・MRIの画像では、側頭葉を中心に前頭葉も中程度の萎縮があり、梗塞はない。脳波検査では、徐波や鋭波などの異常あり、心理検査では、認知機能低下、創造性低下、自我機能低下、社会的協調性低下などあり、「前頭側頭型認知症」と診断し、治療は抗痙攣薬とドネペシルで開始。その後、抗痙攣薬は何度か変更し、この数年は比較的安定している。

就労は困難であるが、日常生活はほぼ自立。単独で通院している。この方は、服薬はしているが、習慣的に、読書・運動・魚介類摂取・友人との交流などは続けており、それが認知機能維持の源であると考えている。

「しごと相談コーナー」あります!
働く意欲のある55歳以上の方を対象に、職業紹介等の経験がある相談員が、相談者の状況や希望に応じてきめ細やかに就業相談を行っています!(職業紹介は行っていません。)
◎相談窓口(土日祝日除く9時~17時) Tel: 842-4692

◆名古屋市高齢者就業支援センター
(指定管理者:名古屋市シルバー人材センター)
〒466-0015 昭和区御器所通3丁目12-1 問い合わせ先 (052)842-4691
◎ホームページもごさいます。アドレス: http://www.bes-c.com/
アクセス情報 地下鉄鶴舞線・桜通線「御器所」駅下車、②番出口を出て右手に40分、「御器所ステーションビル」4・5階