

シニア向け情報

敬老金について

8月号でお知らせしたとおり、令和3年度大治町敬老会については、中止といたします。

それに伴い、敬老金の支給は、9月中旬に対象の方へ個別に通知いたしますので、お手元に届く通知書をご確認いただきますようお願いいたします。

敬老金の支給額

- ・満85歳(昭和11年1月2日～昭和12年1月1日生まれの方) 50000円
- ・満88歳(昭和8年1月2日～昭和9年1月1日生まれの方)

はるちゃんカフェ (認知症カフェ)

認知症の方やその家族、地域の方々、関係者が集まってお話をしたり、悩みを打ち明ける場です。新型コロナウイルス感染症対策のため、来館時にはマスクの着用および館内入口にて手指消毒にご協力ください。また、飲み物やお菓子の提供を中止しています。食べ物のご持参もご遠慮ください。なお、感染拡大の恐れがある場合は中止することがありますのでご了承ください。

とき 9月9日(木)午後1時30分

1万円

- ・満95歳(大正15年1月2日～昭和2年1月1日生まれの方) 2万円

- ・満100歳以上(大正11年1月1日以前生まれの方) 3万円

※敬老金の支給については、満85歳・88歳・95歳・100歳以上の節目支給です。

問合せ先 役場 民生課
内線158・115

分～3時30分

ところ 総合福祉センター1階 会議室

内容

- ・セミナー「認知症の勉強会」
- ・イベント「間違いさがし・脳トレプリント」

参加費 無料(予約不要)

問合せ先 愛の家グループホーム

ムおおはる

電話(449)6013
役場 民生課
内線158・187

シルバー人材センター からのお知らせ

●障子・網戸作業について

障子・網戸張り替えします。ご自宅まで取りに伺います。

●新規入会説明会

とき 9月8・22日(水)午前10時から1時間程度

ところ 総合福祉センター 高齢者生きがい活動センター内

2階 会議室

対象 健康で働く意欲のある60歳以上で町内在住の方

申込・問合せ先 シルバー人材センター **電話**(443)1680

町長から高齢者の皆様へ

今日の日本の発展の為に多年に渡り多大なご尽力をくださいました高齢者の皆様におかれましては、心より厚く御礼申し上げます。

現在、認知症対策などシニア世代向け事業に力を注いでいるところでありますが、このたびの新型コロナウイルス感染症の拡大を受け、皆様のご健康と安全を第一に検討した結果、今年度の敬老会も、昨年に引き続き、やむなく中止とさせていただきますことといたしました。

高齢者の方々が健康で明るく積極的に活動でき、家庭や地域のなかにおいて安心して生活できるまちづくりを引き続き目指してまいりますので、今後ともご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

皆様の長寿と末永い健康をご祈念申し上げ、私からのご挨拶とさせていただきます。



令和3年 9月吉日

高齢者認知症予防対策プロジェクト事業 第一弾

7月7日(水)「Happy 茶ロン」オープニングイベントがライブ配信により開催されました。観音舞奉納で幕開けし、凜とした空気の中、町長による「人生100年時代」の講演が始まりました。高齢社会を生き抜くコツでは大きくなずき聞き入る場面や時折入る駄洒落に笑みがこぼれました。これから毎月第2水曜日の午後2時より行う「Happy 筋肉づくり」の体験では楽しく体を動かしたりフレッシュ。コロナ禍でライブ配信でのオープンとなりましたが遠隔参加に初挑戦された皆さんは、新しいことにチャレンジした充実感から最後は笑顔いっぱいでした。

今後は新型コロナウイルス感染症の状況をみながらにはなりますが会場での参加とライブ配信を合わせて行う予定です。

Happy 茶ロンは「気軽に参加できる憩いの場」をコンセプトに開設しました。教室に参加してみたいけど、定期的に通うのは…、何か趣味を持ちたいけど何がしたいのか分からない…。そんなあなたの心の声にお応えして、ドキドキ、ワクワクな企画を開催。やってみたいことを随時募集します。



問合せ先 老人福祉センター ☎(443)0553

Happy茶ロン Happy筋肉づくり

「歩くのが遅くなった」「手すりにつかまらないうと階段が上がれない」「ペットボトルの蓋が開けにくくなった」なんて感じたことありませんか。

●茶ロンで楽しく筋力アップしましょう

とき 9月8日(水)午後2時～3時

ところ 老人福祉センター 和室
対象 65歳以上の方または老人クラブ会員

内容 日常生活の中で「楽しく」できる運動を行います。

講師 機能訓練指導員(柔道整復師)

参加費 無料

定員 16名程度

申込期間 8月30日(月)～9月7日(火)

※オンラインで同時配信します。参加申込の際に、当日の参加用ID、パスワードをお知らせします。

申込・問合せ先 老人福祉センター ☎(443)0553

歯の健康講座

海部歯科医師会

コロナ禍で増えている「口輪筋の機能低下」について

ポカンと開いた口は、鼻炎など鼻の疾患で鼻呼吸しづらく、口呼吸の状態になる事につながります。

子どもの口腔で見つけやすいケースが多いのですが、昨年来のコロナ(COVID-19)の影響でマスクをする人が増え、ほぼ1年が経過します。その間、慣れないマスクが息苦しく、データによるとマスクの中で口が開いている人が増えています。いわゆる「ポカン」とは開いていなくても、きちんと封鎖できていない状態です。マスクを着用していなければ、口が開いていると口腔内が乾燥してくるので、自覚できる人もいます。しかし、マスク着用下では呼吸が湿度を帯びているため乾かず、ほとんどの方が「口が開いている」と気付きません。余談となりますが、統計局の家計調査によると、自粛の影響で、家で簡単に調理ができる為、パスタの売り上げが70%以上も増加したそうです。他にも、即席麺43.3%増加やカップ麺14%増加など、ほとんど噛む必要のない食材が売れています。

本題に戻りますが、「意識して口を閉めてください」と患者さんをお願いしても、なかなかそうならないのはなぜでしょうか？

それは、患者さんの努力不足でも、こちらの指導が足りないのでもなく、単に長時間のマスクの使用で口輪筋の筋力が低下している可能性があります。

口輪筋は、口を開くときに力が入り、口を閉じて鼻で呼吸することを心がけましょう。