

## 『生活支援コーディネーター』とは

平成27年4月より『生活支援コーディネーター』が鏡野町社会福祉協議会に配置されています。地域において、普段から住民同士の支え合い、ご近所の助け合いを大切にされていると思います。

生活支援コーディネーターは、地域支え合い推進員として、地域の助け合い活動の側面的な支援を担い、生活支援体制の整備や地域の支え合いの発掘、新たな支え合い活動の推進役を担っています。

また、高齢者の方々の不安やニーズを把握し、各種団体、関係機関などと連携協力しながら『住みやすい地域』となるような地域づくりを住民のみなさんと一緒に進めていく役割を担っています。

## 『ハシリミサークル』

### 開催のお手伝いをします!!

地域の仲間と、介護予防・認知症予防に取り組みたい地域はありませんか？

**理学療法士が監修した効果的な運動プログラムを提案します!!**

まずは体験してみてください!!  
開催についての詳しい内容は、職員が説明に伺います。

お気軽にお問い合わせください。

### お問い合わせ先

鏡野町保健福祉課介護保険係  
電話 (0868) 54-2986  
鏡野町社会福祉協議会(地域包括支援センター)  
電話 (0868) 54-2984



## コラムでスタディ!

「在宅医療・介護連携事業推進協議会」では、住みやすい地域づくりを目指して活動を進めています。

### 「認知症の薬」って? 「薬の管理」って?

No.4



そよかぜ薬局 薬剤師 富永 美香子

現在、世界各国で認知症治療のための新薬開発研究が活発に行われていますが、認知症を治すことのできる薬は、まだありません。でも早期に認知症を発見し、適切な薬物治療を開始すれば症状の進行を遅らせることが出来ます。その結果、意欲が出たー置き忘れが減ったーなど、症状の改善が認められています。「ん?」

と思った時は、医療機関に「物忘れ外来」などもありますので、「また、今度もいいか」などと思わずに、ぜひ早めに受診してください。それが、「ご自身のためにとつて最良の行動になります。」

次に、服用されている薬の管理ですが、飲み忘れたり、重複して服用したりすることの防止のために

●薬の袋に日付を入れる

●お薬カレンダーを毎日つける

●お薬を飲んだらカレンダーに丸を付ける

●お薬を飲む時間に目覚まし時計を鳴らすなどいろいろ工夫してみてください。

薬局では、お薬を飲みやすいように一

包化(飲む時間が同じ薬や一回に何種類

かの錠剤を飲む場合に、それらをまとめて

一袋にする)ことなども出来ます。

気軽に相談をしてみてください。

も一つ、医療機関で活用していただきたいのが、「お薬手帳」です。

●医療機関にかかる時は必ず持って行ってください。

●薬の重複や良くない飲み合わせなどをチェック出来ます。

●言いたい事や、伝えたいことを書いておきましょう。

●体調の変化や気になっていること、残っている薬のことなど。

●一般用医薬品・健康食品も記録してください。

●思いがけず良くない飲み合わせなどが見つかることがあります。

●いつも携帯・いつも同じ場所に保管してください。

●緊急の時に手帳があれば飲んでる薬をつたえられます。

●一冊にまとめてください。

●病院ごと、薬局ごとに作るとうまく伝わりません。

最後に、お家に残っている薬があれば、もったいないので、病院や薬局に持って行って相談をしてみてください。

元気で楽しい毎日を過ごせるように、頑張りましょう!