

# 友の会 だより

号外 2025年10月15日発行

## 丹後健康友の会

機関誌編集部

Tel 0772-68-5070 Fax 0772-68-5071

～いつでも、どこでも、誰もが安心して医療を受けることができる社会に～

### 医療機関への支援を求める署名 ご協力、ありがとうございます

10月10日現在で

**1,140筆** 集まっています。



9月のたよりでは2024年度調査で、全国で69%の病院が赤字経営とお伝えしましたが、先日のテレビニュースでは8割と報道されました。物価高騰が止まらずますます深刻化しています。

**12月末まで取り組みます。** もしお手元にお持ちでしたら、友の会事務所（68-5070）か、たんご協立診療所（68-5017）に

ご連絡いただければ取りに行かせていただきます。どうかご協力をお願い致します。

**数が力！ 1筆でも多く寄せられますように**

よろしく  
願います。



### ＝丹後医療圏・医療と介護の住民アンケートへのご協力のお願い＝

6年毎に京都社会保障推進協議会を中心に、丹後社会保障推進協議会や宮津・与謝社会保障推進協議会も加わって取り組んでいる住民アンケートです。

4ページに渡ってたくさんの質問項目がありますが、皆さまの実態や要望をお聞きして、改善に向けての取り組みに生かしていきますので、回答をよろしくお願いいたします。

書けましたら封筒に入れて、**丹後健康友の会やたんご協立診療所に届けていただくか、最寄りの役員・職員にことづけていただくとありがたいです。**それが難しい方は郵便ポストに投函してください。

尚、丹後健康友の会だけでなく、年金者組合、新婦人等々たくさんの団体が加盟しているためアンケート用紙がダブって届くおうちもあるかと思えます。お願いできる知り合いに広げていただくと大変ありがたいです。よろしくお願いいたします。

大好評

# 認知症連続講座

2025/9/17  
第1回

前年度好評だった認知症についての講座を今年は認知症連続講座として3回にわたって開催することになりました。第1回は「それって認知症？困ったときの最初の一步」

—基礎知識と相談窓口を知ろう— の内容で、京丹後市地域包括支援センターの田中朋恵保健師さんからお話を聞きました。今回も35名の参加があり、ホールいっぱいになりました。

認知症の方が見ている世界をわかりやすく描いた冊子「認知症世界の歩き方」から、記憶・時間・空間  
五感・注意のトラブル 例えば

＊歩きたくなる？集めたいくなる？の謎

＊消えるトイレ？の謎 が、どのように

おきているのかを、本人の視点で考えてみました。

その人の行動や心理（不安やうつ イライラと興奮など）を理解して接することが大切です。

認知症の症状は一人ひとり異なります。「何もわからなくなる」「介護が必要になる」などの偏見や先入観を取り除き、本人の話をよく聴き、理解した上で「できないこと」「困難なこと」をサポートすることと共に、社会全体でも正しい理解が必要となります。

認知症に関して、日常的に気軽に相談できる仲間として、住んでいる街の地域包括支援センター 社会福祉協議会 かかりつけ医 成年後見人センターなどがあります。

最後に認知症の気になることや暮らしの困りごとをパソコンやスマホを使ってA. I. に聞いてみました。

☆夕方になると帰りたいと言う。→ A. I. の答えは・・・

☆デイサービスなどに行きたがらない。→ A. I. の答えは・・・

講演の後は交流の時間で、講師さんに直接相談されたり、周りの人と話し合ったり、早速A. I. に相談してみたりして有意義なひとときになりました。

アンケートの感想 より

- ・認知症の人の世界というか、どのように世界が見えているかを今までよりいろいろ教えてもらって良かったです。京丹後市の取り組み（A. I. への相談）まで教えてもらって良かったです。
- ・両親が認知症でたいへんな思いをしました。今日はその時に私がどうすれば良かったかと思い参加しました。周りにも高齢者が多く、気をつけなければならないことが多く心配です。
- ・今までとは違う認知症の話でちょっととっつきにくかった。

認知症連続講座第2回は **11月12日（水）「口腔ケアと認知症との関係」** について歯科衛生士さんのお話を聞き、その後に認知症予防体操や交流会を行います。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

保健ボランティア委員会 糸井 敏子

65歳未満の方へ

10月20日から実施します。

# インフルエンザワクチンをうけましょう

13歳以上(1回接種) 4,300円 税込み



- 3歳から13歳未満の小児 1回目4,300円、2回目2,500円
- 6ヶ月から3歳未満の小児 1回目3,500円、2回目1,300円

当院では13歳未満の方には2回接種をお薦めしていますが、1回接種した方の2回目のワクチンを確保することはお約束できませんので予めご了解ください。2回目の接種は、1回目接種後、約1週間～4週間後に接種していただきますが、ワクチンが無くなった場合は終了となりますのでなるべく早めの接種をお願いいたします。

- \* 2回接種が必要な小児の方の初回の受付は、10月20日～12月6日までの期間に限定していますのでご注意ください。
- \* 予約無しでも診療時間帯に受付していただければ接種できます。

**丹後健康友の会会員(同居家族も)は、割引があります。**

お知り合いの方にも、この機会に丹後健康友の会への入会をおすすめください。



当日入会でも割引します。(来年以降も継続的に会員であることが条件となります)

**4,300円 → 3,300円** (友の会会員価格) \* 3才以上64才まで

丹後健康友の会会員の同居家族の方は、何人でもお一人(3歳以上)1回目のみ1,000円(3歳未満の小児の場合は除きます)割引を行います。来院時(接種前)に必ず受付にお申し出ください。2025年度の会費が未納の場合や接種後の申請は対象外となりますのでご注意ください。

65才以上の方は市の補助があります。10/20～12/26までの期間であれば1,500円で接種できます。

11月から、月・水曜日の午後3時45分～5時の時間で予防接種の予約外来を行いますのでご利用ください。

尚、詳細は、受付にお問い合わせください。

ご予約・お問い合わせは 電話68-5017です

# 認知症連続講座 第2回

## 認知症予防には口の健康が重要

—口腔ケアと認知症との関係—

日時: 11月12日(水) 13時30分~15時30分

会場: たんご協立診療所 ホール

講師: 歯科衛生士 滝上和香子 様

★口腔ケアの重要性(健康・認知症との関わり)

★正しい歯磨きのしかた など 今日からできるヒントを学びます。



参加無料 申込不要

※ 講座後に希望される方で交流会を持ちます。14時30分~15時30分



簡単な認知症予防体操の後、コーヒー・お茶を飲みながら、  
参加者同士でいろいろな思いを交流しましょう。



主催: 丹後健康友の会

### 今後の予定

10月18日(土) 8:40 日帰り旅行(綾部)  
26日(日) トウインクル演奏会  
(峰山町8区敬老会)  
27日(月) 13:30 歩こう会「小天橋」  
28日(火) 14:00 川柳サークル

11月1日(土) 13:30 仲間増やし行動日  
9日(日) 13:30 いらんちゃフェスタ  
12日(水) 13:30 認知症講座 第2回  
口腔ケアと認知症  
15日(土) 14:00 映画  
「侍タイムスリッパー」  
25日(火) 14:00 川柳サークル  
26日(水) 13:30 歩こう会「金剛院」  
27日(木) 13:30 Co ひだまり (内記)

大内峠から変更します

12月10日(水) 13:30 歩こう会「峰山球場」  
19日(金) 13:30

フラワーアレンジメント

