

浴風会病院 東京都認知症疾患医療センター だより

「家族介護者教室」のご案内

※今回は YouTube によるオンデマンド配信のため会場開催ではありません。ご注意ください。

「適切なウォーキングで心晴れやか地元散策」

～オンライン動画で学びながら楽しく認知症予防を実践～

新型コロナの影響から延長を重ねる緊急事態宣言。皆さんはいかがお過ごしですか？外出や心身を活用した暮らしから遠ざかり物忘れが進んでいるご高齢の方が増えてきています。どのような環境であっても左右されることなく、自分なりの健康管理や日々の楽しみ方を「ウォーキング」「地元散策」から学びましょう。

【配信日】3年7月20日（火）から
【発信】YouTube「浴風会病院認知症疾患医療センター」チャンネル

【内容】①ミニ講話「認知症予防とウォーキング」
▼センター長 精神科医 古田 伸夫
②ウォーキングの実践指導
▼老健くぬぎ 理学療法士 大澤 諭樹彦氏
③「今日の歩き人」と浴風会内の歴史・自然散策
▼ナビゲーター：精神保健福祉士 中林 亮太郎
▼ゲスト（今日の歩き人）：南陽園 元園長 百瀬 律子氏

【申込み】浴風会病院 東京都認知症疾患医療センター
☎5336-7790

※申し込み後に、サイトのURLと資料を送付いたします

認知症疾患医療センターの「スタッフ紹介コーナー」

臨床心理士
青山 幸司（あおやま こうじ）

趣味：パソコンいじり

休日の過ごし方：研修やセミナーへ楽しく参加

皆さんへひと言：梅雨の季節となりましたが、くれぐれもどうか御自愛専一になさってください

この人
だあれ？





認知症疾患医療センター職員の「おすすめ書籍」ご紹介コーナー

今年度は、認知症を持つ家族を介護する方々からリクエストいただいた「認知症に関するおすすめの書籍」をご紹介するコーナーを設けています。

2冊目の今回は、「父と娘の認知症日記」をご紹介します。

認知症検査「長谷川式」や「認知症介護研究・研修東京センター」のセンター長を務められた認知症医療の第一人者「長谷川 和夫」氏。当センターとも係わりが深くお世話になっています。そんな長谷川氏と娘さんの著書「父と娘の認知症日記」について、当センター職員が読んでみた感想を以下に掲載してみました。



長谷川先生のキャリアがご自身の日記を中心に描かれており、読みやすかったです。先生のパーソナリティは日記の端々に散りばめられており、尊敬できる言葉ばかりでした。壮年の頃から現在までを辿り、自己肯定感と笑いの大切さや、周りの方への常日頃の感謝などポジティブな言葉が多く記されており、温かい気持ちになりました。ぜひ多くの方に読んでいただきたいです。

著者：長谷川 和夫・南高まり
出版社：中央法規／価格：1,430円(税込)



いかがでしたか？「認知症と共に暮らす」背景も人それぞれで、ご本人ご家族の「想い」があります。「認知症」ということばだけで片付けてしまったり、自分の考え方に固執し過ぎたりすることで相手を傷つけていないかを振り返ってみましょう。お互いの気持ちや意思の尊重を大切に、日々を豊かに暮らしていけるようこれからも皆さんと一緒に考えていきます。



浴風会病院 東京都認知症疾患医療センター
【所在地】〒168-0071
杉並区高井戸西1-12-1
【連絡先】TEL: 5336-7790
FAX: 5370-5006
【窓口時間】平日 9:30~17:00
※ 土・日・祝日休み

《交通のご案内》

【京王井の頭線】

▼富士見ヶ丘駅 徒歩7分 ▼高井戸駅 徒歩9分

【JR 荻窪駅南口より 関東バス】

▼『芦花公園駅行』 ▼『北野行』

※いずれも『浴風会前』下車 徒歩8分