

## Q. 転倒に対する不安は大きいですか？

「はい」と答えた方は、フレイル度チェック！

### ■フレイルとは？

加齢とともに、運動器の機能や認知機能が低下した虚弱な状態のことをいいます。

要介護状態となる一步手前です。

早期発見と適切な対策で、健康な状態に改善することができます。

### ■フレイル度チェックではどんなことをチェックするの？

25の質問項目に、はい・いいえで答えていただきます。

判定は「運動」「栄養」「口腔」「もの忘れ」「こころ」のどの部分の機能が低下しているのかを判定します。

### ■フレイル度チェックを受けた後は？

「運動」「栄養」「口腔」「もの忘れ」「こころ」の項目ごとに予防策をお伝えします。

### ■フレイル度チェックはどこでできるの？

地域のサロン等の集まりに高齢者福祉課の職員が出向いてチェックを行います。

興味のある方は、高齢者福祉課までご連絡ください。



【問い合わせ先】市高齢者福祉課 ☎ 31-0245

## 高齢者にやさしいまちづくりを目指し、 山陰合同銀行さんと勉強会を開催しました！

7月5日(月)、6日(火)、9日(金)に、山陰合同銀行（益田支店、おとよし出張所、高津出張所）で「お年寄りにやさしい窓口へ～認知症高齢者への接客術～」と題した勉強会を開催しました。

窓口などで高齢者と接する機会が多い金融機関ですが、高齢者の方の中には、通帳やカードを何度も紛失したり、暗証番号を忘れてしまいお金の引き出しができなかったりする方もおられます。

この勉強会は、認知症についての正しい知識や認知症の方への適切な対応をあらためて学ぶことで、誰もが安心して銀行を利用できるようになればという山陰合同銀行さんの思いから実現しました。

高齢者福祉課では、高齢者の方が地域で安心して暮らしていくために、今後もこのような勉強会を継続して開催していきます。

寸劇で認知症の方への接し方について  
実演しました。



勉強会終了後、参加者からは、  
「自分の対応を見直すきっかけになった」  
「まずは見守り、優しい口調を意識したい」  
「高齢者の思いに寄り添った対応を心がけたい」  
などの感想をいただきました。

山陰合同銀行の皆さん、お忙しい中ありがとうございました！

【問い合わせ先】市高齢者福祉課 ☎ 31-0245