

## ココリンピック2014 ココカラ杯 周防大島卓球大会

◆日時 平成26年1月19日(日)  
開会式 午前8時45分～  
試合開始 午前9時～

◆場所 周防大島町B & G 体育館

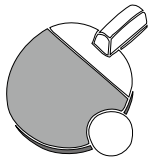
◆申し込み

平成26年1月10日(金)までに参加希望チームは大島郡卓球協会事務局(☎090-8247-7944)までお申し込みください。

◆主催 NPO法人ココロとカラダ健研究会

◆後援 周防大島町教育委員会

◆問い合わせ ココロとカラダ健研究会  
☎080(1919)1857



## 子ども・子育てに関するニーズ調査にご協力ください

周防大島町では平成25～26年度において子ども・子育て支援法に基づき、子ども・子育て支援事業計画を策定することとしています。このため、この計画で確保すべき保育・子育て支援の「量の見込」、「今後の利用希望」等を把握するため、子育て中の保護者の方から現状と要望をお聴かせいただくニーズ調査を本年12月に実施します。ニーズ調査票がお手元に届いた際は、ぜひご協力くださいますようお願いいたします。

●調査対象

町内の就学前児童および小学校児童のいる世帯約640世帯

◆問い合わせ  
福祉課 ☎0820(77)5505



いきいきと暮らすために！

年の瀬も間近になってまいりました。皆さんこの一年はどんな年だったでしょうか。健康に過ごせましたか。

高齢化が進むなか、「もし介護が必要になったらどうしよう」という不安をお持ちの方は多くいらっしゃるのではないのでしょうか。

本町は高齢者の約2割の方が要介護認定を受けており、認定者数は年々増加傾向にあります。そのうち「要支援」認定者は約3割を占めており、75歳以上になると認定者数も増加しています。介護が必要となった原因をみると、整形外科的疾患(膝や腰の病気、転倒による骨折等)や認知症、脳血管疾患が多く、特に要支援認定者においては、整形外科的疾患により家事や入浴等の日常生活動作が困難になっている方が多くみられます。

町では65歳以上の方(要介護認定を受けていない方)を対象として、ご自分のからだの状態を知っていただくための「基本チェックリスト(生活機能評価)」を実施しています。基本チェックリストは高齢者の皆様がいきいきと元気に生活

周防大島町保健師

地田 幸代  
(地域包括支援センター)

できるよう、日々の生活を維持していくために必要な機能が衰えていないかを早期に発見するための「運動」「栄養」「口腔」「閉じこもり」「認知」「うつ」の6つの項目から生活機能の低下がないかをみています。基本チェックリストの結果をみると、約3割の方に何らかの生活機能の低下がみられます。機能低下の内訳をみると約7割の方に、運動機能の低下がみられ、転倒経験や転倒への不安も多く感じられています。

しかし、これらの機能は早いうちから体の機能を維持・向上させる取り組みを行うことにより、元気を取り戻したり、それ以上状態を悪化させないようにすることが出来ます。

地域包括支援センターでは、介護予防や健康に関する教室や個別の相談、訪問等を通して、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、一人ひとり心身の状態にあわせた健康づくりを支援しています。まずは地域包括支援センターにご相談ください。

◆問い合わせ

地域包括支援センター  
☎0820(77)5506