



発行所
泉大津地域包括支援センター
Tel 0725-21-0294
〒595-0026
泉大津市東雲町 9-54

泉大津 包括だより



シリーズ 元気の秘訣

菅原町
山川 ユキさん
(90歳)



うち心臓強いさかいな。マイナス
に考えへん。どんなことも！
(愛犬とともに写真撮影)

Q. 元気の秘訣は？
A. 元気は負けへん。今でも河内音頭でもなんでも踊るしな。なんでもしたがりや。60歳前から70歳過ぎるまでカラオケでも役してたしな。人集めが上手やからな。感謝状ももろてる。足手術したのは88歳。治してだんだん元気になった。よう食べるさかいな。この頃ちよつとな腹八分目にしてる。
することは1つものもだけじゃなしに、洗濯しながらもの炊くとか、頑張り屋やで。朝から家事は全部済ませてしまう。そこから遊ぶんや。歌のカセット置いてるし、テレビもここにあるし。
やっぱり古いさかいに古い曲ばかり歌ってたら格好悪いしな。カラオケ屋に行った時に今どんな曲流行ってるって聞かせてもらて、ええなと思ったらテープこうて覚えてな。自分の歌ってるテープ聞いても、まあまあええ線いってるなあって思える。(デイには) 歳の人多いやろ。私、昔の曲もようさん知ってるもん。私にリクエストがある。20年くらいカラオケやってるもん。若い声出てるさかい、みんなびっくりしてたよ。テープの整理を死ぬまでにしなあかんと思ってる。終活な。

Q. これまでを振り返って
A. 昔は町会でいろんなところ行ったり宴会したりして面白かった。歌うとたり、芝居したりな。みんな宴会は2時間しかもたへんっていうけど、こちらは4時間。おっかしいんやで。みんなあの時代は良かったなあっていうてくれる。小道具とかもこしらえたようみな寄って夜12時までかかってな。写真は40年ほど前かな。
今と違って婦人会の役している頃は洗剤こしらえてるところや醤油こしらえてるところやいろいろなところ連れて行ってもらって、よう勉強したで。



Q. 今の楽しみは？
A. うち、だんじり好きやねん。朝の引き出しを6時から1時間見る。本祭りの時は地藏さんの前に行ったら、細い道やからゆつくり行くさかいな。うち孫が囃し方や。だから通る時にリポボタンやったり顔見たりしてな。知ってる人と話したり。走る時は広い道のところに出ていくねん。だんじり見えるからこの家よう離れへんねん。洗濯もよう乾くしな。
それと、友達とべちゃくちや話することが楽しみやな。

編集後記：

山川さんはカラオケだけでなく、「今度向かいのねえちゃんにインターネット教えてもらおうかな思ってる。」と、次のチャレンジを考えておられました。これこそ若さを保つ秘訣！みなさんも新しいことを始めてみませんか？

ご家族、ご近所にお困りの方はいませんか？

地域包括支援センターでは、認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けるために、認知症の人やその家族に早期に関わる

「認知症初期集中支援チーム」を結成しました！

ご家族・ご近所の方からの相談を受けて、保健師と社会福祉士等のチーム員がご本人宅を訪問し、できるだけ早く医療や介護サービスにつながるよう支援しています。

うちのお母さん
なんかいつもと違う…
単なる物忘れ？認知症？

この頃、探し物ばかり…



最近なにもしないし、
出かけようもしない。
どうしたんやろう？



① 相談受付

② チーム員によるご自宅訪問

※必要な時は、認知症サポート医が同行します。

③ 医療や介護サービス利用の相談・助言

これまでの活動実績

- ◆ 介護保険サービスの利用を始めた
- ◆ かかりつけ医をもつことができた
- ◆ 病状の確認ができた
- ◆ 家族と情報共有ができた
- ◆ 相談窓口を周知できた
- ◆ 見守り連絡体制ができた（家族、地区福祉委員等）

くわしくは、地域包括支援センターにご相談ください。

＜電話＞ 21-0294

～お困りごとの連絡網～

認知症
我ら お助け隊！

あなたの味方、
ここにいます。



IZUMIOTSU 泉大津市 認知症初期集中支援チーム発足・推進冊子