９月は世界アルツハイマー月間です

問 町民福祉課 高齢介護係　0278（25）5012

９月はアルツハイマー月間です。全国で認知症の啓発のために、オレンジライトアップなど様々な取り組みが行われています。認知症は誰もがかかわる身近な問題です。認知症の人と家族が安心して暮らせる社会を目指して認知症への理解を深めましょう。

みなかみ町では「認知症になっても安心して暮らせる町」を目指して、認知症に関する普及・啓発を行っています。みなかみ町での取り組みを紹介していきます。

●認知症ケアの流れを説明した「認知症ケアパス」

認知症の進行に応じて「いつ」「どこ」「どのような医療や介護サービスが受けられるのか」といった、認知症ケアの流れを説明したパンフレットを町で作成しています。配布場所は、役場町民福祉課や地域包括支援センターです。町のホームページでもご覧いただけます。

●認知症初期集中支援事業

認知症は早期発見と適切な支援を行うことで、症状の進行を遅らせることができます。みなかみ町では、認知症疾患センターと連携し、支援チーム員が家庭を訪問する支援を行っています。支援チーム員は、介護サービスや医療に繋げていくために、関係機関との調整を図り、本人や家族を集中的に支援していきます。

●認知症サポーター養成講座の開催

毎年、認知症についての理解や対応を学ぶ講座を中学生が受講し、認知症について学んでもらっています。また、一般向け、お店・事業者向けにも講座を実施しています。

資源ごみ（プラスチック）のリサイクル状況と分別のお願い

問 環境課 廃棄物処理係　電話 0278（64）1167

令和７年度に収集されたプラスチック資源は、異物を除去し圧縮梱包後、プラスチック製品の材料として再生業者に引き渡されています。「燃やせるごみ」の収集量は、令和５年度と令和６年度を比較すると約280トンも減少し、ご家庭でのプラスチック類や雑紙類の分別により資源化されています。

「燃やせるごみ」の中にはまだまだ資源となるものがたくさんあります。資源循環をより一層進めるために町民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。また、行政区、ふれあい・いきいきサロンでのごみ分別説明会の希望があれば伺いますのでご連絡ください。

▲収集されたプラスチック資源

▲プラスチック資源から作られたイス

健康づくり教室

問 子育て健康課 健康推進係　電話 0278（62）2527

食生活の乱れや、運動不足は糖尿病や高血圧症などの生活習慣病を発症・悪化させます。生活習慣病の予防や重症化の予防、健康で元気に過ごすための秘訣など、楽しくわかりやすくお伝えします。興味のある内容だけの参加も可能です。

対象者	町内在住の35～74歳までの人
定員	20名程度（申込者数が多い場合は抽選）
場所	みなかみ町保健福祉センター
申込方法	電話または二次元コードから申し込みください。
申込期間	令和７年９月１日（月）～９月18日（木） 定員に満たない場合、開催日の１週間前まで電話のみ申し込み可

日時		内容　※詳しい内容は、みなかみ町ホームページに掲載しています。
1回目	10月２日（木） 9:45～11:45	**◆睡眠編** ①健康チェック　自律神経チェッカー ②講話　「睡眠と健康～あなたはちゃんと眠れてますか～」
2回目	10月17日（金） 9:45～11:45	**◆高血圧と脂質異常症編** ①健康チェック　血圧測定、尿ナトカリ検査、ベジチェック測定 ②講話　「甘く見ないで！高血圧と脂質異常症」
3回目	11月11日（火） 9:45～12:00	**◆糖尿病編** ①講話　「糖尿病予防の基本のき～知ろう！防ごう！糖尿病～」 ②健康チェック　血糖管理ツール“リブレ”で血糖チェック ※リブレは糖尿病の治療をしていない希望者に実施。講話のみの参加可
4回目	12月２日（火） 11:00～13:30	**◆栄養・食生活編**　＊参加費：500円 ①講話　「健康の基本は食事から～バランスの良い食事～」 ②食べて学ぶ「バイキング食」　自分に合った量をバランス良く選んで食べよう！