

9月は「茨城県認知症を知る月間」です

認知症とは

認知症とは、加齢による物忘れとは異なり、記憶・判断力などの機能が低下し、日常生活がうまく行えなくなる「脳の病気」です。

認知症は、誰にでも起こり得るものであり、早期診断・早期治療が何より大切です。日常生活の中での変化に気がついたら、早めに地域支援センターなどの相談窓口や病院などの専門機関に相談しましょう。

こんな変化があったら相談しましょう

- 今日が何月何日か分からないことがある
- 置き忘れやしまい忘れが目立つようになる
- 同じことを何度も言ったり、聞いたりする
- 最近の出来事が思い出せない
- 以前はあった興味や関心がなくなる
- 物の名前が出てこない
- ささいなことで怒りっぽくなる
- 財布やお金、物などを「盗まれた」と言う



認知症に関する講座

▼認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守るサポーターとして活動しませんか。
期日・場所／9月6日(金)…堀原市民センター 9月18日(水)…双葉陽だまり館(開江町) **時間**／午前10時～正午 **対象**／市内に居住または通勤・通学している方 **定員**／各30名(定員になり次第締切り) **料金**／無料 **申込み**／各開催日の4日前までに、電話で、地域支援センターへ

▼脳たっしゅ講座

認知症を予防する運動などを学ぶ、全3回の講座です。
日時／9月3日・10日・17日の火曜日、午後2時～3時30分 **場所**／市福祉ボランティア会館(ミオス2階) **対象**／市内に居住する65歳以上の方 **定員**／30名(定員になり次第締切り) **料金**／無料 **申込み**／8月27日(火)までに、電話で、地域支援センターへ

植物公園カレンダー

☎243-9311 ☎241-1211 休園／月曜日(祝日・振替休日のときは翌日)
 開園時間／9:00～17:00(入園は16:00まで)

- ・入園料がかかります
- ・教室の申込みは、申込日の8:30から電話で受付けます(当日受付を除く)
- ・全ての教室は、定員になり次第締切りとなります

季節の園内情報

▼花の見頃

薬用ハーブ園ではチョウマメが、テラスガーデンではタカサゴユリなどが、8月中旬に見頃を迎えます。



▼秋の薬膳新メニューの提供について

血行改善に役立つ薬草「当帰(とうき)」と森のシェパード館のホエー(乳清)をぜいたくに使った秋の新メニューが登場。また、昨年人気のメニューも復活します。
提供開始／9月1日から(土・日曜日のみ)
料金／1,200円(税込み) **メニュー**／Aセット…水戸当帰のスパイスチキンカレー Bセット…豚肉のソテー セージ風味 ※いずれもハーブサラダ、ハーブティー、デザート付。各セット1日30食限定。



水戸当帰のスパイスチキンカレー

豚肉のソテー セージ風味

■展示会

各展示会の最終日は16:00までで終了

暮らしに生きる「はな・花・華」展

第三中学校の同窓生たち(昭和42年度卒業)による展覧会。
 「奏」をテーマに絵画・書・ポタニカルアートなど、約200点を展示。
期間／9月10日(火)～15日(日)

プラントドール展

植物の葉・種・茎を使って作るプラントドールの作品約50点を展示。
期間／9月18日(水)～23日(月)



秋の山草展

イワシャジン、野菊、ホトトギス、リンドウなどの山野草約250鉢を展示。天候により種類の変更あり。
期日／9月28日(土)・29日(日)

■参加者募集

オルネフラワーとプリザーブドフラワーのハロウィンアレンジメント

日時／9月29日(日)、10:30～13:00 **定員**／30名 **料金**／2,800円 **申込日**／9月5日(木)



多肉植物を使った壁飾り

日時／10月5日(土)、13:00～15:00 **定員**／40名 **料金**／2,800円 **申込日**／9月12日(木)



ハーブでハロウィン～レモングラスのキッチンローブ作り～

期日／10月6日(日) **時間**／10:30～12:00 13:30～15:00 **定員**／各30名 **料金**／1,000円 **申込日**／9月12日(木)

