

# 『ゆいま〜る通帳』300イネ達成者 〜こども編〜

9歳の女の子 2名・8歳の女の子 1名・6歳の女の子 1名  
♡4名が挑戦してくれました♡

## やってみようと思ったきっかけは..?

「おばあちゃんにすすめられて」  
「友だちとお母さんにすすめられて」  
★『おじいちゃんと一緒に』『姉妹とお友達で』  
包括支援センターに来てくれました！！

## やってみた感想は..?

「楽しかった！」「またやってみたい！」  
「お父さんにすすめてみたよ」  
「お母さんにすすめてみたよ」  
★「楽しかった！」と感想が聞けて嬉しいです！！

### ～応援メッセージ～

友達や先生、家族などから応援メッセージをもらって頑張ろう！！

こねからも ねえって  
がんばろう!!

### ～応援メッセージ～

友達や先生、家族などから応援メッセージをもらって頑張ろう！！

体の運動、あたまの運動  
たくさんがんばってね!!

### ～応援メッセージ～

友達や先生、家族などから応援メッセージをもらって頑張ろう！！

さい最後までがんばってね(おはす)

### ～応援メッセージ～

友達や先生、家族などから応援メッセージをもらって頑張ろう！！

どんなことにもちゅうせんして  
がんばってね!!

【通帳にある応援メッセージ欄】  
誰かが応援してくれると  
頑張れますよね♡

## ～地域包括支援センター大森東からのお知らせ～

### ①『ゆいま〜る通帳』について

通帳の配布は終了しましたが、引き続き、**300イネ達成された方**には、  
表彰状とちょっとした粗品をお渡しします。  
最後まで達成された方は、いこいの家大森中またはいこいの家大森東、  
地域包括支援センター大森東までお持ちください。

### ②『若年性認知症セミナー』について

若くして認知症になった時、どのようなサポートがあるんだろう？  
若年性認知症と診断された方も支援者の方も、  
自分らしく暮らせるヒントを探してみませんか？

講師：堀端秀和氏（大田区若年性認知症支援相談窓口管理者）

日時：**10月2日(土) 13:30～15:00** (14:30～相談会)

会場：**大森東特別出張所 2階 大田区大森南4-9-1**

<お問合せ・申込先>

**大田区若年性認知症支援相談窓口 03-6459-8591**

## 地域包括支援センター大森東

- 平日：午前9時～午後7時 / 土曜：午前9時～午後5時 (日曜日・祝日：休み)
- 住所 大森南4-9-1大森東特別出張所内 2階
- 電話番号 03-6423-8300 / FAX: 03-6423-8350

# ゆいま〜る

皆さま、お元気にお過ごしでしょうか??今号は、情報満載でお届けします!!  
いつもより少し文章が多くなっていますが、皆様に読んでいただくと嬉しいです♪

## 9月はアルツハイマー月間です!!

「私たちと一緒に、認知症について考えてみませんか？」

### 世界アルツハイマー月間とは？

1994年「国際アルツハイマー病協会」は、世界保健機構（WHO）と共同で、毎年9月21日を  
「世界アルツハイマーデー」と制定しました。2012年からは、9月を「世界アルツハイマー  
月間」と定め、様々な取り組みが行われています。

### ～認知症に関する展示を行っています～

場所：**大森東特別出張所1階 大田ギャラリー**

展示期間：**9月末まで**

認知症は高齢者だけでなく、65歳未満で発症することもあります。  
お散歩ついでに、ぜひお立ち寄りください!!

### ～認知症に関する本のコーナーがあります～

場所：**大森南図書館**

展示期間：**9月末まで**

「最近忘れっぽくなった」「認知症ってどんな病気なの?」と思った方は、  
まずは図書館で調べてみるのはいかがでしょうか♪

### ～認知症サポーター養成講座～

日時：**11月29日(月) 14:00～15:30**

場所：**大森東特別出張所 2階会議室**

定員：**15名 ※事前予約制**

予約：**地域包括支援センター大森東 03-6423-8300**

認知症サポーターは認知症の人や家族を温かく見守る“応援者”です。  
講座を受講していただければ、どなたでもなることができます!



認知症サポーターキャラバン

# 『ゆいま～る通帳』300イネ達成者インタビュー

令和3年4月からスタートした『ゆいま～る通帳』ですが・・・好評のため7月末まで期間を延長しました！！

300イネ達成された方々にインタビューをしましたので、  
みなさんにお届けします♪

①名前またはペンネーム、イニシャル ②ゆいま～る通帳をやってみようと思った理由 ③感想

Q. ゆいま～る通帳ってなんだろう??

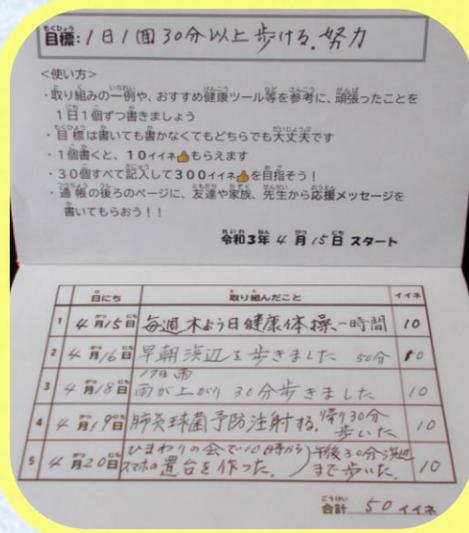
子どもから大人まで、  
**楽しく健康管理**ができる通帳です！！  
健康のために頑張ったことを1日1個(10イネ)  
記入して、300イネを目指します★



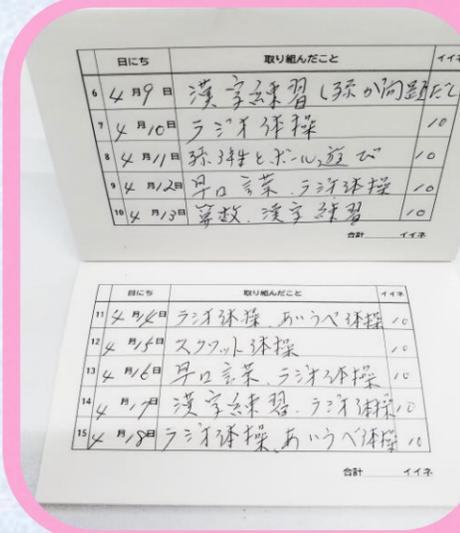
①田中すみゑさん  
②「自治会の掲示板を見た瞬間に、やってみようと思った！」  
③「漢字を辞書で調べて書いたりして、脳トレにもなりました！」  
「挑戦してよかった！！」  
★田中さんは、通帳のことを知ってすぐに、目黒館長に「通帳を取っておいて」と電話をしてくれたそうです。毎日いこいの家に通いながら、前向きに取り組んでくださったこと知り、とても嬉しくなりました！インタビュー中、『歩くのが好き 歩くといいことに出会える』と笑顔でお話してくれたのが印象的でした♪



①永井麗子さん  
②「毎日5000歩以上歩こうと決めてやってみようと思った」  
③「楽しくできた！」  
★永井さんの目標は、コロナが落ち着いたなら、『ホテル・エベレスト・ビューというホテルに、もう一度行くこと』だそうです！また、モンゴルやマチュピチュにも行きたいと、キラキラとしたお顔で、話をしてくれました！年間100冊本を読むことを目指していて、日本画家の堀文子さんに憧れていて、この方の著書も文章が素敵と教えてくれました♪



①I・Rさん  
②「習慣にしていることがなかったため、挑戦してみようと思った」  
③「習慣づけてきたことがよかった！」  
★I・Rさんは生まれも育ちもこの地域で、手芸が好きだとお話してくれました！『1日1回30分以上歩く』と目標を決めて取り組まれたようです。『継続してやれることがあるのはいいことです』と、笑顔でお話してくれました♪



①Aさん  
②「包括職員から勧められて、やってみようと思った」  
③「楽しかった」「早口言葉を孫と一緒にやった」  
「他の人にも勧めたい」  
★Aさんは、お孫さんと一緒に早口言葉に挑戦して、お孫さん手作りの計算問題にも取り組まれたそうです！『孫と一緒にやりました』と笑顔でお話してくれました♪いつも道で会うと挨拶してくださり、コロナ禍の包括職員の体調を気遣ってくれる、優しいAさんです！

①N・Yさん  
②「友人に勧められてやってみました」  
③「毎日できることを続けようと思いました」  
★日頃から、いこいの家や青空黙々体操で運動されていて、いつも元気なN・Yさんです♪

①青空モクモク体操メンバーさん  
②「5～6年前から日記をつけていて、日記をつける感覚で通帳をやってみようと思った」「ボケ防止になるかな～と思ってやってみました」  
③「日頃から日記をつけているので、大変じゃなかった」「体を動かすことをがんばりました」  
★青空モクモク体操メンバーさんは、写真を撮るのが趣味で、包括に見せに来てくれます！日記をつけることは頭の体操にもなるので、皆さんもぜひ日記をつけてみてください♪



『ゆいま～る通帳』に挑戦してくれたのは、  
大人だけじゃないんです！！  
次のページにGO! GO!!