

**休日在宅当番医**

|  |        |          |
|--|--------|----------|
| 9/11 (日)   | くぼかわ病院 | ☎22-1111 |
| 9/18 (日)   | 大西病院   | ☎22-1191 |
| 9/19 (月)   | くぼかわ病院 | ☎22-1111 |
| 9/23 (金)   |        |          |
| 9/25 (日)   |        |          |
| 10/2 (日)   |        |          |
| 10/9 (日)   |        |          |
| 10/10 (月)  |        |          |
| 大正診療所でも、休日・夜間の急患の診療に対応しています。<br>必ず電話で確認のうえ受診をお願いします。 |        | ☎27-0210 |

⚠ 休日水道修理当番は窪川地域のみです。  
大正・十和地域の方は各地域振興局にお問い合わせください。

大正 地域振興課 ☎27-0111  
十和 地域振興課 ☎28-5111

**無料相談**  
(秘密厳守です。)

▶行政相談…【窪川】行政相談員 森 英真 【大正・十和】行政相談員 山本 安弘

| 内容         | 日時                    | 場所                     | お問い合わせ先              |
|------------|-----------------------|------------------------|----------------------|
| 人権相談【十和】   | 10/6 (木) 10:00~15:00  | コミュニティセンターとおわ          | 十和 町民生活課<br>☎28-5112 |
| 1日行政相談【大正】 | 10/6 (木) 10:00~12:00  | 大正地域振興局 2階 応接室         | 大正 地域振興局<br>☎27-0111 |
| 1日行政相談【十和】 | 10/6 (木) 13:00~15:00  | 十和地域振興局 2階 第2会議室       | 十和 地域振興局<br>☎28-5111 |
| 1日行政相談【窪川】 | 10/11 (火) 10:00~15:00 | 農村環境改善センター 2階<br>第1会議室 | 総務課<br>☎22-3111      |
|            | 11/8 (火) 10:00~15:00  |                        |                      |

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止とさせていただく場合があります。

**休日水道修理当番**

|           |        |          |
|-----------|--------|----------|
| 9/17 (土)  | 日化住宅機器 | ☎22-0407 |
| 9/18 (日)  | 宮脇水道   | ☎22-1581 |
| 9/19 (月)  | 高橋設備   | ☎22-0662 |
| 9/23 (金)  | 桑原水道   | ☎22-1163 |
| 9/24 (土)  | 横山水道設備 | ☎22-3608 |
| 9/25 (日)  | 岩本商店   | ☎22-2716 |
| 10/1 (土)  | 日化住宅機器 | ☎22-0407 |
| 10/2 (日)  | 宮脇水道   | ☎22-1581 |
| 10/8 (土)  | 高橋設備   | ☎22-0662 |
| 10/9 (日)  | 桑原水道   | ☎22-1163 |
| 10/10 (月) | 横山水道設備 | ☎22-3608 |

**認知症** と上手につきあうために ……………



高齢者に多い認知症は、長寿社会の日本では誰がなってもおかしくない脳の病気です。高齢者の約4人に1人が認知症の人またはその予備軍といわれています。認知症は、さまざまな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障が出てくる状態です。

自分や家族が認知症になったとき、受け入れることは簡単ではないかもしれませんが、認知症を「予防する・治す」ことだけに注目せずに、適切な医療やケア、周囲の理解で「病気とうまくつきあう」ことも可能です。認知症になっても、介護する側になっても、誰もが笑顔で過ごせるよう、認知症への理解を深めていきましょう。

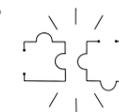
**認知症と診断されても【認知症とともに生きるための8か条】**

- |                   |                      |
|-------------------|----------------------|
| 1 認知症の診断で人生は終わらない | 5 仲間と支援者を探そう         |
| 2 認知症の正しい情報を得よう   | 6 職場の上司や親戚などに病名を伝えよう |
| 3 制度を知り活用しよう      | 7 社会や地域とつながろう        |
| 4 家族だけで抱え込まないで    | 8 家族で話し合っておきましょう     |

出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会 リーフレット

**相談窓口** ……………

認知症で心配なことや相談したいことがあれば、かかりつけの医師または下記相談先までご相談ください。



**四万十町の相談窓口**

地域包括支援センター ☎22-3385  
大正支所 ☎27-1212  
十和支所 ☎28-5518  
高齢者支援課 ☎22-3900  
しまんと町社会福祉協議会 本所 ☎22-1195  
大正支所 ☎27-1177  
十和支所 ☎28-5331

**認知症疾患医療センター**

一陽病院 ☎0889-42-1803  
渡川病院 ☎0880-37-4649  
高知鏡川病院 ☎088-833-5012

**その他の相談窓口**

認知症コールセンター ☎088-821-2818  
若年性認知症相談窓口 ☎080-2986-8505

**9月は認知症の啓発月間** ……………

9月は「世界アルツハイマー月間」です。月間中は、認知症の正しい理解を深めるため、さまざまな取り組みが行われています。

町立図書館でも、認知症に関する本などの展示コーナーを設置します。ぜひご利用ください。



場所：町立図書館（本館、大正分館）

期間：9月1日～9月30日

内容：認知症に関する図書の紹介・貸出、認知症に関するパンフレット配布等



【お問い合わせ先】 地域包括支援センター ☎22-3385  
地域包括支援センター大正支所 ☎27-1212  
地域包括支援センター十和支所 ☎28-5518