

### 中津市民病院からのお知らせ

- 日 時 1月14日(土) 14:00~15:00
- 場 所 中津市民病院 2階講堂
- 演 題 「歯科口腔外科での診療について  
中津市民病院ではこんな治療をしています」
- 講 師 中津市民病院 歯科口腔外科部長  
高橋 喜浩 氏
- 問い合わせ先  
中津市民病院 相談支援センター(石川) TEL 22-6521

### 豊前築上医師会看護高等専修学校 准看護師生徒2次募集

- 試験日 2月18日(土)
- 願書受付 1月30日(月)~2月17日(金)[必着]
- 試験科目 国語・作文・面接
- 募集人員 若干名
- 修業年限 2年
- 受験資格 中学校卒業(見込)者及びそれ以上の学力を有する者
- 奨学金制度 有り  
※詳細については、本校へお問い合わせください。
- 問い合わせ先  
豊前築上医師会看護高等専修学校 TEL 82-0607

### 佐久間聡一ヴァイオリンコンサート のお知らせ

- 日 時 2月10日(金)18:30 開場 19:00 開演
- 会 場 吉富フォーユー会館 大ホール
- 演 奏 者 佐久間聡一(広島交響楽団第1コンサートマスター)  
山上華子(ピアノ)
- 入 場 料  
大人 前売券 2,500円 当日券 2,800円  
高校生以下 前売券 1,500円 当日券 1,600円  
※ただし入場は小学生以上に限ります。
- 後 援  
上毛町教育委員会、豊前市教育委員会、吉富町教育委員会、築上町教育委員会、中津市教育委員会



●問い合わせ先  
circleねこの手 TEL 080-8369-8427

### 職業訓練講座の開講

- ※各講座とも定員になり次第締め切ります。
- 場 所 豊前地域職業訓練センター  
(豊前市大字八屋1926番地)
- 【フォークリフト運転技能講習】
- 訓練期間 1月23日(月)~26日(木)
- 対 象 者 未資格者:定員30名
- 費 用 受講料20,520円~32,400円  
別途テキスト代必要
- 【固定式クレーン運転特別教育】
- 訓練期間 1月21日(土)、22日(日)
- 対 象 者 未資格者:定員20名
- 費 用 受講料7,200円 別途テキスト代必要
- 申し込み・問い合わせ先  
豊前地区職業訓練協会 TEL 82-1511

### 「犬のしつけ方教室」を開催します

- 日 時 講義1日、実技3日の4日間のコース  
レッスン1(講義):1月24日(火)13:30~16:00  
※講義には犬の同伴参加はできません。  
レッスン2(実技):1月31日(火)13:30~15:30  
レッスン3(実技):2月 7日(火)13:30~15:30  
レッスン4(実技):2月14日(火)13:30~15:30
- 場 所 京築保健福祉環境事務所 会議室  
(行橋市中央1丁目2番1号)
- 対象者と募集人数
- 定員30名(うち、犬同伴参加者4組)  
※犬の飼育の有無にかかわらず、どなたでも受講できます。
- 犬同伴で参加される方は、レッスン2~4で実際にしつけの体験をしてもらいます。
- レッスン1を受講した方に限りレッスン2~4を受講できます。  
※レッスン2~4のみの受講はできません。
- 注意事項
- レッスン1及び見学の場合は犬の同伴はできません。
- 参加する犬は、狂犬病予防注射接種及び混合ワクチンを接種している健康な犬に限ります。当日は鑑札及び狂犬病予防注射済票を首輪に装着して参加してください。
- 申し込み受付期間  
1月6日(金)~13日(金) 平日8:30~17:15  
※定員になり次第締切  
※犬同伴希望者が4組を超えた場合は抽選
- 申し込み・問い合わせ先  
京築保健福祉環境事務所 保健衛生課  
TEL 0930-23-2245

### 福岡県公衆衛生医師採用試験

- 福岡県保健福祉環境事務所などで保健・医療・介護施策の企画立案に携わる医師を募集します。
- 業務内容、応募要件、採用時期、申込方法など詳しくは下記までお問い合わせください。
- 採用予定数 2人
- 選考方法 面接試験、小論文評定など
- 応募締切 1月20日(金)
- 問い合わせ先  
福岡県保健医療介護部 保健医療介護総務課  
TEL 092-643-3237

### 保健師だより

## 見落としがちな冬の脱水と認知症

認知症は、誰でもなる可能性のある脳の病気ですが、認知症と間違えやすい病気もあります。冬場に意外と起こりやすく、かつ認知症と間違えやすいものに「脱水」があります。もともと高齢者は若い人に比べ、体液の量が減少しています。喉や口内の渇きを感じる力も低下している高齢者は、脱水になるリスクが高いと言えます。冬場は暖房器具を使うことに加え、寒い廊下に出てトイレに行きたくないという思いから水分を控える傾向があり、気付けば重度の脱水におちいっていることがあります。

#### ○脱水の症状は様々です

- 1、だるさを感じる、足がつる、頭が痛い。
- 2、突然、いるはずのない人がいると言う。小動物や虫が見えると訴える。
- 3、理由なく強い不安や恐怖感、あるいは無感動などの症状を起こす。
- 4、いつもより動作が極端に少ない、会話が少ない、反応が鈍い。

2、3の症状は「せん妄」と言われ、認知症と間違われやすい状態です。原因はさまざまですが、脱水・感染症・便秘・薬剤(多剤併用など)によるものが多いと言われています。脱水で体内の水分と塩分などの電解質が不足したり、電解質濃度が薄くなったりすると、脳の機能にも影響が及びせん妄が起こりやすくなります。認知症の方は、症状がさらに強くなることもあります。

予防としては、部屋に温度計・湿度計を置き、それを確認する習慣を身につけること。温度が高くなれば暖房器具をいったん止めること。こたつによく入るとい方は、1時間に1回はこたつから出て、軽く動くようにすると効果的です。手元に水分を用意し、のどが渇く前に少しずつ飲むことも重要です。

●認知症・もの忘れに関する相談 長寿福祉課 地域包括支援センター TEL 84-7322(直通)



### もの忘れ相談会のご案内

もの忘れや認知症でお悩みの方の相談や語り合いの場として、毎月1回「もの忘れ相談会」を開催しています。お茶とお菓子を食べながら、日ごろの不安や心配ごとを話してみませんか。簡単なもの忘れチェックもできます。事前の予約は不要です。



- 日 時 1月23日(月)、2月16日(木)、3月23日(木)  
13:00~15:30
- 場 所 げんきの杜 和室
- 主 催 上毛町・社会福祉協議会
- 参 加 費 無料
- 問い合わせ先  
長寿福祉課 地域包括支援センター TEL 84-7322  
上毛町社会福祉協議会 TEL 72-2900

### タッチケア体験講座

不安やストレスを抑え、痛みの軽減などに効果がある「タッチケア」の体験講座です。がんなど痛みを伴う病気や認知症の方などのお世話をされている方にぜひ取り入れていただきたいケアです。受講を希望される方は、下記までお申してください。



- 日 時 1月28日(土)  
13:30~15:00
- 場 所 げんきの杜 研修室
- 定 員 10名
- 参 加 費 無料
- ※参加の際は、バスタオルを持参してください。
- 申し込み・問い合わせ先  
上毛町社会福祉協議会 TEL 72-2900

### 無戸籍でお困りの方へ

戸籍に記載されていないため、各種行政サービスが受けられないなどでお困りの方は、下記の相談窓口にご相談ください。

また、戸籍に記載されていないことで困っている方をご存じの方も、ご相談ください。皆様の事情をお伺いして、どのような手続きができるかを一緒に考えましょう。相談は無料で、秘密は厳守されます。

- 相談窓口  
住民課 生活窓口係 TEL 72-3111(内線144)  
福岡法務局戸籍課  
TEL 092-721-9334 平日8:30~17:15  
福岡県弁護士会子ども的人権110番  
TEL 092-752-1331 土曜日12:30~15:30

### 平成28年度 豊前市外二町清掃施設組合 リサイクル講座受講生募集

- 講 座 名 布ぞうり作り
- 開 催 日 2月10日(金)・17日(金)10:00~12:00  
2回の講座で一つの作品を作ります。
- 場 所 豊前市外二町清掃センター  
(豊前市大字八屋322-45)
- 募集人数 20名 ※はさみをご準備ください。
- 申込期間 1月10日(火)~27日(金)※土、日を除く
- 受付時間 8:30 ~16:30

●申し込み・問い合わせ先  
豊前市外二町清掃センター TEL 82-2192