

■認知症について

【初期症状チェックリスト】

- ・同じことを何回も話す・尋ねる
- ・物の置き忘れが増え、よく探し物をする
- ・以前はできた料理や買い物に手間取る
- ・お金の管理ができない
- ・ニュース等、周りの出来事に関心がない
- ・意欲がなく、趣味・活動をやめた
- ・怒りっぽくなった・疑い深くなった
- ・自分で初期症状チェックを行うほか、家族等にもチェックしてもらいましょう。当てはまる項目が複数ある場合は、医師に相談しましょう。

【家事でもリハビリは可能】

料理や掃除、洗濯等の家事をうまく工夫すれば、自宅にいながらでもリハビリを行うことができます。高度な記憶力や

複雑な判断力がないと家事はスムーズに行えませんが、しかし、家族と一緒に行動と、家事を分担でき、達成感や自信を得られるので、日常生活に張り合いができます。

家事を一緒に行うときのポイントは、次の4つです。

- ①一つ一つシンプルに願います
- ②うまくいっていることを伝える
- ③さりげなく手伝う（失敗を防ぐ）
- ④感謝の気持ちを伝える

一つの作業をやり終えたら、感謝の気持ちを言葉で伝えましょう。自分が必要とされていると感じることで家事に対する意欲がわき、次の行動につながるようになります。こうして自分の居場所や役割を生活の中で感じてもらうことが大切です。

『地域の皆様へ』

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

○診察を受ける方および付き添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いします。

○診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

○原則として、感染対策の為入所者の外泊は禁止しています。また、面会は予約制となっております。

○通所リハビリ利用者毎日の体調確認と検温を実施しております。

○施設内および送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。

※泉崎公開講座は当面の間、開催を見合わせます。

診療所外来9月担当医

◎泉崎南東北診療所 ☎0248-53-2415

【お願い】発熱症状、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）、味やにおいを感じない（味覚・嗅覚障害）などの症状がある方は、医療機関を受診する前にかかりつけ医または県の受診・相談センター（電話 0120-567-747）へ連絡してください。

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30 ~ 11:30	小林利男 整形外科・内科 9/4,11のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/5,12,19のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/6のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/7,14,21のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/1,8のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/2,9,16のみ診療	休 診
	内藤 梓 消化器内科・外科 9/25のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/12,19,26のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/13,20,27のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/14,21,28のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/15,22,29のみ診療	総合南東北病院 心臓血管外科	
午後 受付時間 13:30 ~ 16:00 (水曜日は 14:30)	北原正樹 内科・形成・皮膚	小林利男 整形外科・内科 9/5,12,19のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/6のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/7,14,21のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/1,8のみ診療	小林利男 整形外科・内科 9/2,9のみ診療	休 診
	緑川博文 心臓血管外科 9/4のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/12,19,26のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/13,20,27のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/14,21,28のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/15,22,29のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科 9/30のみ診療	
	月曜午後 (14:00~16:00)		水曜 14:30 受付終了	八木正樹 小児科 9/14のみ診療		小鹿山博之 内科・脳外科 第3土曜日診療	

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等は当診療所へお問い合わせください。
☎0248-53-2415
※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医はしらかわ情報センター
☎0248-23-9909)で確認いただけます。

眼科は予約制となっております。
(事前に電話または窓口にてご予約ください)