

# オレンジカフェの振り返り No.33

みんなでおはなし  
オレンジカフェ。  
NCNP Orange Cafe

こんにちは。オレンジカフェの松井でございます。新型コロナウイルスの影響で、9月は会場とオンライン（zoom）の開催でした。先月に引き続き、話し合われた内容につきまして、参加できなかった皆さまにもご紹介していこうと思っております。

次回は、**2023年10月25日(水)14:00～、オンライン（zoom）と会場の同時開催予定です。**

URLはのちほどお送りいたします。皆さまの御参加をお待ちしております。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



☕ 『2023 世界アルツハイマーDAY』  
NCNPでも9.28（木）に開催しました。

ご来場くださりましてありがとうございました。大盛況に終わりました。



もの忘れ  
チェック会



## ☕ 下着、尿取りパッド、おむつの種類

失禁用の下着やおむつ・尿取りパッドにはアウターとインナーがあり、症状や使用する本人の希望に応じて、組み合わせて使い分けることが良いようです。

## ☕ 尿取りパッド

リハビリパンツを交換することに拒否される場合があります、家族は対応に困る場面がある。

リハビリパンツに尿取りパッドを合わせて使うことで、中だけ差し替えれば良く、素早く交換できることで、本人の負担も少なくできる場合がある。

## ☕ 認知症予防

- ①適度な運動（有酸素運動）
- ②バランス良い食事（ビタミン〇を多く取るとかではなく彩り良い食事）
- ③適度な睡眠（寝すぎも寝なさすぎも良くない）
- ④社会活動の維持（人と話す機会）

## ☕ 貼り薬の利点

認知症の治療薬に貼り薬があり、内服が難しい方などにおすすめ。日付を書いておけるなど、介護者が管理しやすくなっている。ただし、1日中貼っているため、かぶれる場合があること、交換（お風呂などで）し忘れることがあることなどもあり、管理ができる方法を選ぶことが必要。

2023年9月27日（水） 実施