

2022年5月号

# キラリ☆ふれあい広場

in メグレスホールホワイエ



参加される皆さまに日頃からの感染対策の徹底をお願いします。  
正しいマスクの着用、手洗い、うがい、手指消毒、換気、  
大人数・長時間の会食等は控え密を避ける行動をお願いします。  
**感染状況により中止となる場合があります。**



みんなで楽しく健康体操  
10:20~10:30

リハビリテーションスタッフが  
楽しく元気になる体操を提案します！

30分健康教室

オレンジカフェ☆キラリのみ  
時間短縮で行っております。

11:00~11:30

※31日は健康教室終了後、希望する方に「もしハナカードゲーム」を行います。

◆ オレンジカフェ☆キラリ ◆  
11:00~12:00

郡山市委託事業の認知症カフェです。  
開催日:毎月第2・4火曜日 5月は10日、24日 (予約不要)  
定員:15名程度 参加費:100円  
お問合せ先:星総合病院総合相談課(受付時間 9:00~17:00)  
TEL:024-983-5514 FAX:024-983-5526



健康体操

◆ キラリ☆太極拳クラブ ◆  
11:10~12:10

開催日:毎月第1・3火曜日 5月は17日  
参加費:1回のみ800円 会員証5回券3,000円 会員証10回券5,000円  
事前申込や予約は不要です。当日直接お越しいただき、登録・お支払いとなります。



太極拳



## 在宅事業部長・ほし横塚クリニック医師 星吾朗

桜の季節も終わり、これから益々暖かくなっていくことでしょう。

春の季節に花粉症に悩まされている方もいるのではないのでしょうか？毎年2月頃から5月頃に花粉症の症状（くしゃみ、鼻汁、鼻閉、眼の痒みなど）は多く出現します。日本気象協会のホームページを参照しますと、今年の東北地方の花粉飛散量（スギ・ヒノキ）は例年並で経過しています。時期的にはもうそろそろ終了する頃かと思われます。

花粉症はその症状や発症時期、経過などを問診することでおおよそ診断がつきますが、必要に応じて血液検査などをすることもあります。花粉症の時期には抗ヒスタミン作用のある抗アレルギー薬の内服や点鼻薬、点眼薬の使用が有効です。

花粉症が疑われる症状のある方は、かかりつけ医や近くの医療機関を受診し、相談してみましょう。



## 認知症関連の取組み



## 福島県若年性認知症相談窓口

（公益財団法人星総合病院内）

## 星総合病院認知症疾患医療センター

認知症に関するご本人、ご家族、地域の関係機関からの相談に応じます。

【相談日】月曜日～金曜日（年末年始を除く）

【時間】9：00～17：00

【相談電話番号】024-983-5529

【相談日】月曜日～金曜日（年末年始を除く）

【時間】9：00～17：00

【相談電話番号】024-983-8406

## 認知症の人と家族の会

認知症の人と家族の会とは認知症患者本人、家族、介護者のためのセルフヘルプグループのことです。

【お問合せ先】

福島県支部郡山地区会事務局

024-945-0518（榎村方）



## 若年性認知症の本人と家族のつどい 陽だまりの会

同じ不安や悩みを抱えた方やご家族どうしが集まり、語り合える場です。

【日程】毎月第1土曜日

【時間】午前10：00～11：00

【場所】星総合病院敷地内 各施設

【対象】福島県内にお住いの若年性認知症と診断された方とその家族

【内容】軽体操、本人・家族同士の交流等

【申込・問合せ先】福島県若年性認知症相談窓口  
024-983-8406



## 認知症サポーター養成講座

（開催予定日）

認知症の人や家族を温かく見守る応援者になっていただくための講座です。

【日程】6月4日（土）

【時間】午後3～4時30分

【会場】星総合病院メグレスホール

【申込先】郡山市地域包括ケア推進課  
024-924-3561

※状況に応じて中止となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

