

こんにちは
介護班です!

Vol.1

認知症について一緒に考えよう

9月は「世界アルツハイマー月間」です

認知症とは、何らかの原因で脳の働きが悪くなり、記憶力や判断力等が低下し、日常生活に支障をきたす状態をいいます。誰もがなりうる可能性があり、多くの人のにとって身近なものとなっています。

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、認知症を理解し、認知症の方やその家族を地域で支えていきましょう。

認知症が疑われるサイン

- ・物忘れが多くなる
- ・時間・場所がわからない
- ・不安感が強い
- ・意欲がなくなる など

認知症を予防するためには

- ①生活習慣病に注意しましょう
- ②バランスの良い食事をとりましょう
- ③習慣的に適度な運動をしましょう
- ④積極的に社会参加をしましょう

認知症が心配になったら

まずは主治医に相談し、場合によっては専門医の受診が必要です。いつもと様子が違うと思うことや介護で困ったことがあれば、早めにかかりつけ医や地域包括支援センター（☎(80)3339）に相談しましょう。

町の取り組み

認知症サポーター養成講座

認知症について学び、認知症の方とその家族を温かく見守り、支援するサポーターを養成する講座です。職場や地域の集まりなどで、ぜひお申し込みください。

認知症簡易チェックサイト

自分や家族の認知症のリスクを簡易的にチェックできます。個人情報報告は入力不要で、利用料は無料です。（通信料は自己負担）

認知症簡易チェック
サイトはこちら↓



認知症あんしんガイド（認知症ケアパス）

認知症についての基礎知識や認知症の進行状態に応じたサービスや支援、相談先等の情報をまとめたパンフレットです。

福祉課介護班と地域包括支援センターで配布しています。

図書館で認知症特設コーナーを設置

9月2日（水）から10月4日（日）まで、図書館1階に認知症に関する図書の特設コーナーを設置しています。認知症についての理解を深めるためにも、この機会にぜひご覧ください。

認知症高齢者等見守りシール

認知症などにより、高齢者等が行方不明になった際に活用できる、見守りシールを交付します。発見者が衣類等に貼った二次元コードを読み取ること、伝言板を介して家族等に発見通知が届きます。

利用を希望する場合は、福祉課介護班または地域包括支援センターへご相談ください。



今月号から毎月

介護班から、高齢者の暮らしを支える情報や介護にまつわる行政情報をわかりやすくお伝えします。



岡福祉課介護班
☎84-1257