

認知症について聞きました！

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。日本では、令和6年（2024年）1月1日に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」において、この日を「認知症の日」と定め、9月を「認知症月間」としています。

認知症は誰でも起こり得る身近な病気です。誰もがお互いに尊重し、支え合い、安心して、住み慣れた地域で暮らし続けるためには、皆さんが認知症について正しく知ることが大切です。地域包括支援センターでは、認知症についてさまざまな取り組みをしています。



地域包括支援センター
認知症地域支援推進員
ふじき れい
藤木 玲さん

「ご本人の気持ちになって考え、接することが大切です」

認知症とは何か教えてください。

認知症とは、加齢による物忘れとは異なり、病気や脳の変化などで認知機能が低下し、生活に支障をきたした状態のことです。「自宅への帰り道が分からなくなってしまった」「大切なあの人の名前が思い出せない」「家電の使い方が分からなくなった」など、一人ひとり困りごととは違います。

認知症の方や疑われる方には、どう対応することが大切ですか？

苦手なことをさりげなくカバーしたり、ご本人の気持ちになって考え、接することが大切です。具体的には「安心感を与える」「これまでと同じように接し、ご本人を尊重する」「急がずゆっくりと、やさしい口調で短く簡潔に話す」「まずは話を聴き受け入れて、訴えを否定しない」などが挙げられます。

認知症予防に効果的なことを教えてください。

さまざまな人とコミュニケーションをとり、脳を活性化させることが効果的です。趣味や好きなことを通して地域の集まりに参加するなど、外に出かける習慣を持ち、つながりを大切にしてみてください。

市役所以外にも 相談窓口があります

※各窓口は、24時間相談を受け付けています。

※ランチとは、地域包括支援センターが委託している相談窓口です。お近くの相談窓口にご連絡ください。

相談窓口	担当地区	電話番号
「ランチ いなの里」 住所：長渡呂新田 840 - 2	豊、谷井田、 三島、東	☎ 0297 - 57 - 1227
「ランチ めくもり荘」 住所：古川 1047	十和、谷原、 小絹、みらい平	☎ 0297 - 52 - 1280
「ランチ 雅荘」 住所：福岡 1199	小張、板橋、 福岡	☎ 0297 - 20 - 5525



介護現場の声

認知症の方には、本人ができることは可能な限りお任せしながら、一人ひとりにあった支援を行っています。認知症の方と接するときは、優しく親身に寄り添い、理解しようとする姿勢がなによりも大切です。身の周りで悩んでいる方がいれば、地域包括支援センターやランチまでお気軽にご相談ください。



社会福祉法人 青洲会
特別養護老人ホーム いなの里
施設長

ぬまじり かずひろ
沼尻 和博さん

つくばみらい市の手厚い認知症サポート！

知る・学ぶ

認知症サポーター 養成講座

地域包括支援センターの職員などが、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支え合う地域づくりについてわかりやすくお話しします。



- ▶日時：9月24日(水) 午前10時～11時30分
- ▶場所：高砂熱学イノベーションセンター（富士見ヶ丘2 - 19）
- ▶参加費：無料
- ▶対象：市内在住・通勤・通学している方
- ▶定員：20人（先着順、定員に達し次第締め切り）
- ▶申込方法：応募フォームまたは地域包括支援センターまでお電話でお申し込みください。
- ▶申込期限：9月19日(金)

上記以外にも、認知症サポーター養成講座は地域の集まり、学校、企業などあらゆる年代と団体を対象に実施しています。開催をご希望の方はお気軽にご連絡ください。



集まる

認知症カフェ 「かるがもカフェ」

認知症の方やそのご家族だけでなく、どなたでも参加できる集いの場です。歌やおしゃべり、体操など、盛りだくさんの内容で毎月開催しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

▶開催時間：午前10時～正午

▶参加費：無料

○かるがもカフェ

▶日程：9月5日(金)・10月3日(金)

▶場所：コミュニティスペースみらい（伊奈庁舎敷地内）

○かるがもカフェ in 絹の台

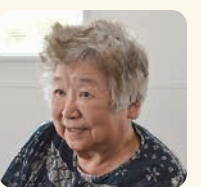
▶日程：9月29日(月)・10月27日(月)

▶場所：絹の台集会所



参加者の声

一人で家にいる時間が長いので、皆さんと交流できる場を教えてください。地域包括支援センターの方には感謝しています。初めて会う方々と、お話を通して親睦が深められてとても楽しいです！



しのづか
篠塚 すいさん

見守る

認知症により行方不明となる心配がある方やそのご家族への支援を行っています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

SOS ネットワーク：認知症により、行方不明となる心配がある方の情報を事前に登録し、警察などと共有します。登録した方には、早期の保護につなげるための見守り QR コードシールをお渡しします。

見守り QR コードシール（無料）：衣類や持ち物に貼り付けられます。QR コードを読み取って表示された案内に従い連絡すると、24時間対応のコールセンターにつながります。

GPS 端末の貸出：認知症の方が行方不明となっても、スマートフォンやパソコンで家族が現在位置を確認できます。

個人賠償責任保険への加入（無料）：認知症高齢者などが事故などで損害賠償責任を負ったときに、市の保険でカバーします。



相談する

地域包括支援センターは、認知症に関する相談をお受けしています。「受診できる医療機関を知りたい」「一人暮らしの高齢の家族が心配」など、お気軽にご相談ください。

☎ 認知症について：市地域包括支援センター（伊奈庁舎1階）☎ 0297 - 57 - 0203

認知症の方の見守り支援について：伊奈庁舎介護福祉課（内線 4306）

