

認知症とともに、生き生きと暮らす

認知症を正しく理解することで、本人の気持ちや選択を大切にでき、安心して暮らせる地域へとつながります。ここでは、市内で実施している認知症の方の暮らしを支える活動を紹介します。

地域ぐるみで
支えよう



みまもり声かけ体験

小坂町主催

認知症の方を地域ぐるみで見守る力を高めようと、小坂町で「みまもり声かけ体験」を実施しました。

体験では、路上で認知症の方が困っている場面を想定。参加者は町内を歩きながら認知症の方に「お散歩中ですか」「どこに向かわれているんですか」などと声を掛け、必要なサポートを行いました。参加者からは、「声の掛け方を学ぶことができ、今後に生かせると感じた」「地域での見守りや助け合いの意識を日頃から育てることが大切」といった感想が聞かれました。



身に着けていた「見守りシール」の二次元コードを読み取り、家族に連絡

「見守りシール」とは

認知症などによる行方不明時の早期発見・対応を目的とした二次元コード付きシールです。登録シートを市に提出すると交付します。



見守りシールの
詳細はこちら→



ごみ出しの場所が分からなくなっているところをサポート

支え合う心を
大切にしよう

参加者募集中

「父と僕の終わらない歌」上映会



認知症への理解を深める機会として、映画の上映会を開催します。アルツハイマー型認知症の父親と、その父親を支える家族の姿が描かれており、人とのつながりの大切さを感じられる作品です。(申し込みはフォーム、または長寿福祉課の窓口まで・先着順)



市ホームページ

上映日・場所
9月17日(木) 午後6時30分～8時10分
市民交流施設 オリナスホール

「認知症月間」に合わせてライトアップ

認知症に対する正しい理解を深めてもらうきっかけづくりとして、市役所・市民交流施設オリナスの外壁LEDサインや茜が丘複合施設みらいえ、西脇病院の屋外照明を、認知症支援・普及啓発活動のテーマカラーであるオレンジ色にライトアップします。



ライトアップ期間
9月13日(日)～21日(月・祝)

およそ 4人に1人

認知症・軽度認知障害の高齢者

65歳以上の高齢者を対象にした令和4年度の厚生労働省の調査の推計では、認知症の方の割合は約12%、認知症の前段階と考えられている軽度認知障害(MCI)の方の割合は約16%とされています。両方を合わせると、およそ4人に1人が認知機能に関わる症状があることになり、認知症は誰にでも起こる可能性があります。

「認知症」と「軽度認知障害(MCI)」とは

「認知症」は、脳の働きが弱まり認知機能が低下して、日常生活に支障が出ている状態です。

一方、「軽度認知障害(MCI)」は、認知症の手前の段階で、軽度の認知機能の障害が認められるが、日常生活にはあまり支障がない状態。なお、全ての軽度認知障害(MCI)の方が認知症になるわけではありません。

「認知症になったら何もできなくなる」という思い込みはありませんか。認知症の診断後も、地域や社会とつながりながら、これまでどおりの生活をしている方は多くいます。認知症になったら何もできなくなるわけではありません。認知症の方が、やりたいことやできることを大切にしながら、住みたい地域で仲間とつながり、自分らしく暮らし続けられるように、認知症への考え方をアップデートしましょう。

認知症への考え方を
アップデート

「もしかして?」と思ったら、 まずは相談を



- ▶相談窓口
- ・市役所長寿福祉課 (市役所内線1139)
 - ・にしわき北地域包括支援センター (☎27-8012)
 - ・にしわき南地域包括支援センター (☎27-8560)

「何となく心配です」と伝えるだけでも大丈夫です。相談したから、すぐに何かを決める必要はありません。

相談することで、
次のようなことを知ることができます

- ・物忘れなどの変化が気になったときの相談先
- ・医療機関を受診した方がよいかどうか
- ・介護保険や福祉サービスを利用する方法
- ・本人や家族が利用できる身近な支援
- ・本人の希望に沿って今後の生活を考える方法



認知症になっても自分らしく 認知症との向き合い方

9月は、認知症への理解を深める「認知症月間」です。高齢化が進む中、認知症と診断される方が増加しています。認知症を特別なことではなく、身近なこととして受け止め、私たちにできることを一緒に考えてみませんか。

▼問合せ 長寿福祉課 (市役所内線1139)