

9月は

認知症を知る月間

認知症は誰もがなりうる脳の病気です。認知症になっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるよう、市はさまざまな取組みを行っています。

知る

認知症について正しく知ろう

【問】高齢福祉課（本庁2階） ☎22-0526

● もしかして認知症？ あんしんガイド

認知症についての正しい知識と、認知症の症状に合わせて利用できるサービスや支援の情報をまとめたものです。



※認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。

自分でできる認知症の気づきチェックリスト

※おぼろげな記憶や物忘れは、高齢になるとよくあります。認知症かどうかは、日常生活に支障をきたしているかどうかで判断します。

項目	頻度	頻度	頻度	頻度
1 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
2 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
3 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
4 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
5 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
6 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
7 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
8 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
9 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6
10 物忘れがひどい	1.6	2.6	3.6	4.6

※このチェックリストは、認知症かどうかを判断するためのものではありません。認知症かどうかは、日常生活に支障をきたしているかどうかで判断します。

● 認知症の気づきチェックリスト

早期発見・受診に繋がるよう、セルフチェックリストを活用してください。



● 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者です。講座は少人数やオンラインによる実施も可能です。



相談

どんなことでも気軽に相談してください

※認知症カフェは、認知症の人やその家族、地域の人、ボランティア、医療・専門職などが参加して、会話を楽しみながら情報交換や相談などができる、地域の集いの場です。

● 認知症カフェ

名称	住所	実施日	参加費	問い合わせ
笑福	細田 4-6	毎月第3日曜日	無料	☎ 48-8141
きーさんち	中上野 1555-1	毎月第2・第4木曜日	300円 (飲み物・お菓子付き)	☎ 090-3138-6445

● 認知症の相談窓口（地域包括支援センター）

名称	担当地区	住所	問い合わせ
なかだて	下館・竹島・養蚕・中（中館）地区	中館 266-2	☎ 38-0680
しらとり	伊讚・川島・五所・中（中館除く）・河間地区	上平塚 743-5	☎ 45-7616
えがお	大田・嘉田生崎地区	二木成 1669-1	☎ 45-6882
まごころ	関城地区	藤ヶ谷 733-4	☎ 49-9888
	明野地区	新井新田 41-2	☎ 52-8552
	協和地区	久地楽 237-7	☎ 57-3668

支援の輪 筑西市認知症支援を考える会

筑西市認知症支援を考える会（左から上田宗市郎副会長、桑野章 会長、黒須利治副会長）は、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指し、認知症サポーター養成講座の実施や「認知症の気づきチェックリスト」などの作成に取り組んでいます。

● 活動に寄せる思いを聞きました ●

「友人の親が認知症になったとき、力になれなかった苦い経験がある。何か少しでも力になりたいという気持ちで参加している」と桑野会長。副会長の2人も「自分の知識を少しでもたくさんの人に役立てたい（上田）」、「支援する側が、認知症予防で重要な“笑顔”でいられるようにしたい（黒須）」と、それぞれ熱い思いで活動に参加していました。



ひとりで悩まないで
悩む前に相談を