

認知症で困っていませんか？



高齢化社会の今、世間の関心も高い認知症。ご家族に認知症患者の方もいる場合、介護や支援が大変だったり、また、人知れず悩んでいる方も多いと思います。

そのような悩みに対して、どこに相談すればいいのか？という手立てがあるのか？相談窓口や同じような悩みを持つ方と情報共有できる集まりなど、認知症に関わる取り組みや支援などをご紹介します。

認知症とはどんな病気？

年齢とともに、もの覚えがわるくなったり、人の名前が思い出せなくなったりする脳の老化による「もの忘れ」とは違い、何らかの病気によって脳の神経細胞が壊れるために起こる症状や状態を認知症といいます。そして認知症が進行すると、だんだんと理解する力

や判断する力がなくなって、社会生活や日常生活に支障が出てくるようになります。早期に気付く、適切な周囲のケアや治療を行う事で症状を抑えたり、進行を遅らせることができるので、認知症を疑うような行動や体調の変化に気付いたら専門の医療機関や地域の相談窓口にも、相談してください。

また、市立稚内病院や稚内内心会病院には医療全体に関する相談員等が配置されており、介護認定や施設やグループホームなどの相談を受けています。市（地域包括支援センター）では、今年度から医師と医療・介護の認知症専門職がチームを組み、早期の対応をお手伝いする認知症初期集中支援チームを設

困ったとき、悩んだときは

認知症について困った時は、保健福祉センター内のは、地域包括支援センターのほか、市役所内の長寿あんしん課、市内4つの在宅介護支援センターなどに相談してください。

地域で安心して暮らすために

稚内市内では、介護の認定を受けている方が、約1600人おり、うち、約1100人の方に認知症の症状があります。夫婦二人暮らしや一人暮らしの方も多い状況の中、認知症だけでなく、転倒による怪我や急な病気、悪質商法による詐欺被害など注意が必要な方が多くなっています。

郵便受けに新聞や郵便物がたまっていたり、夜になっても部屋の明かりがつかないなど、気になる様子があった時には地区担当の民生委員さんや市へご相談ください。

また、挨拶程度でも結構ですので、ご近所による声掛けなど地域での見守りをお願いいたします。

認知症の症例

- 覚えられない／忘れてしまう
- 日時や場所、人が分からなくなる
- 新しいもの（機械など）が使えなくなる
- 計画通りにできない
- 「物を盗まれた」と思いこむなど

私たちが支援します



三宮 正美



中村 タ子

地域包括支援センターでは2名の認知症地域支援推進員を配置し相談・支援、支援機関をつなぐコーディネーターとして活動しています。

みんなで支える認知症

認知症の症状が出ると本人は戸惑い、不安な気持ちになります。また、介護をするご家族も対応に悩んだり、誰にも話せず孤立してしまう事があります。市では認知症の方やそのご家族を地域のみんで支えていくための取組を行っています。悩みや介護の負担を抱え込まずに、お気軽にご参加ください。

わっかない認知症の方を支える家族の会『ほっとする会』



認知症の方を介護する家族が、お茶を飲みながら、悩みや対応の仕方について話をする場を年4回開催しています。ミニ学習会も行っています。

日時／ 11月25日(金)、平成29年2月24日(金) 13時30分～
場所／保健福祉センター

オレンジカフェ（認知症カフェ）



認知症の方とその家族、地域の人、認知症サポーター、専門職が出会い、つどい、語り合える場です。気軽にお茶やお菓子を食べながら、ごく自然に認知機能の低下に関わる不安や悩みを打ち明けることができます。

<港地区>
日時／ 10月16日(日) 10時30分～
場所／ NPO法人ここ(港1丁目)
☎ 73 - 1765

認知症サポーター養成講座



認知症について正しく理解し、認知症の症状や、対処方法、予防などについて学習し、地域で認知症の方を見守るサポーターになってもらう講座を開催しています。5名以上の受講希望があれば出前講座を開催します。

その他、介護保険制度や、認知症予防についての出前講座も行っています。



問い合わせ・ご相談／ 市長寿あんしん課 包括支援グループ(地域包括支援センター) 中央4丁目 稚内市保健福祉センター2階 ☎ 23 - 8585