

認知症に関する制度をご活用ください

認知症は、だれにでも起こりうる「脳の病気」です。いつ自分や家族、友人が認知症になるかわかりません。住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、早めに認知症への備えをしましょう。

●認知症簡易チェック

ご自身のスマートフォンやパソコンで認知症をセルフチェックすることができます。

●スマートフォン・パソコンからアクセス

<https://fishbowlindex.net/kasumigaun/>

● QRコード対応スマホをお持ちの方

→のQRコードからアクセス



●認知症カフェ（楽だカフェ）

認知症の方やその家族、認知症に関心のある方、どなたでもご参加いただけます。

○場所 千代田コミュニティセンター（中志筑 2112）

日時 毎月第2水曜日

問合せ 千代田地区地域包括支援センター

○場所 やまゆり館（下稲吉 2423-9）

日時 毎月最終木曜日

問合せ プルミエールひたち野

○場所 ウエルネスプラザ（穴倉 5462）

日時 毎月第4金曜日

問合せ 霞ヶ浦地区地域包括支援センター

※中止や延期、変更になる場合があります。

●認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症についての知識を正しく持ち、認知症やその家族を温かく見守る応援者のことです。認知症サポーターの養成講座を希望される方はお問い合わせ下さい。

●認知症初期集中支援チーム

認知症サポート医と地域包括支援センターの保健師・社会福祉士等が、協力しながら、認知症の方や認知症が疑われる方、その家族に早期に関わり、早期診断、早期対応に向けた支援を行います。

●認知症高齢者QRコード活用見守り事業

外出から戻れない等の理由で保護される可能性のある方の身元確認に役立ちます。QRコード（シール／布製）を普段身に着ける物に付けて使います。QRコードを付けた方を保護したら、QRコードをスマートフォン等で読み取り、表示されるコールセンターに連絡します。個人情報表示されません。

※「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

●認知症高齢者等SOSネットワーク事業

認知症等の理由で行方不明になる恐れのある方を早期発見することが目的です。①捜索が必要になる可能性のある方、②捜索に協力いただける協力機関、の事前登録を受け付けています。行方不明発生時、家族からの依頼範囲に合わせ、関係機関に行方不明者の情報提供を行います。

●認知症ケアパス

認知症の進行状況に合わせて必要となる、医療・介護サービスなどの情報をまとめたものです。ホームページまたは各庁舎でご覧ください。

【お問い合わせ】 介護長寿課 下稲吉2633-19

電話 0299-59-2111・029-987-1111

◎千代田義務教育学校・下稲吉中学校地区

千代田地区地域包括支援センター

穴倉5462（ウエルネスプラザ内） 電話 029-898-9110

◎霞ヶ浦中学校地区

霞ヶ浦地区地域包括支援センター

穴倉5696-3（ピソ天神内）

電話 029-833-0331



認知症のことを知ろう！

「認知症基本法」では9月を認知症月間、9月21日を認知症の日とされています。

誰もが認知症を正しく理解し、偏見や差別がなくなり、認知症になっても安心して暮らせる社会を実現させましょう。

認知症 気づきのポイント

- ☐ 1. 今日の日付があいまいである
- ☐ 2. 通いなれた道なのに迷うことがある
- ☐ 3. 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探し物をしている
- ☐ 4. つじつまの合わない作り話をするようになった
- ☐ 5. 親しい人との付き合いが減り、外出しなくなった
- ☐ 6. 鍋を焦がしたり、ガスの火を消し忘れるようになった
- ☐ 7. 以前にくらべ、ささいなことで怒りっぽくなった
- ☐ 8. 同じものを何度も買うようになった
- ☐ 9. イライラしたり、不安が強くなるなど、情緒不安定になった
- ☐ 10. 同じことを何度も言ったり聞いたりするようになった



思い当たることや気になることがある方は、地域包括支援センターやかかりつけ医にご相談ください。

認知症の人への具体的な対応7つのポイント

- 1 まずは見守る**
認知症と思われる人に気づいたら、本人や他の人に気づかれない様にさりげなく様子を見守りましょう。
- 2 余裕をもって対応する**
こちらが困惑や焦りを感じていると、相手に動揺させてしまうので笑顔で応じましょう。
- 3 声をかけるときは一人で**
大勢で声かけると恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声かけましょう。
- 4 後ろから声をかけない**
本人に「自分に話しかけられている」と認識させるために、名前を呼んでから目の前で声をかけましょう。「何かお困りでしょうか」などやさしく声をかけましょう。
- 5 相手の目線に合わせてやさしい口調で**
小柄な方の場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応しましょう。
- 6 おだやかに、はっきりした話し方で**
高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけましょう。
- 7 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する**
認知症の人は急がせるのが苦手です。同時に二つの話をするとう混乱してしまいます。できるだけ簡単な言い方で短く伝えましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいかを相手の言葉を使って推測・確認していきましょう。