

地域包括支援センター長森だよ

いつまでも住み慣れたこの街で…



～こんにちは、あなたの街の地域包括支援センターです～ 令和元年11月号

身近な問題です

認知症、知っていますか？

誰でも年齢とともに、もの覚えが悪くなったり、人の名前が思い出せなくなったりします。こうした「もの忘れ」は脳の老化によるものです。しかし、認知症は老化によるもの忘れとは違います。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り、社会生活や日常生活に支障が出てくるようになります。認知症について知っておくことで周りの関わりも変わってきます。「もしかして認知症かも？」と思うようなことがあれば、岐阜市地域包括支援センター長森までご相談下さい。

ケース① 以前に比べ自宅に閉じこもることが多くなったAさん。



うちのおじいちゃん、前は活動的だったのに、家の中でボーっとしている時間が長くなってきたんだ。身の回りのことは自分でできるから困ってないし…このまま様子見でいいのかな？



認知症の初期にうつ症状を示すことがあります。また閉じこもりが続くと認知症の進行・発症、体の筋力低下も心配です。早期の受診により認知症の有無など原因を調べ、今後について考えていけると良いですね。



ケース② 以前に比べ整理整頓ができなくなった一人暮らしのBさん。



久しぶりにおばあちゃんの家に行ったら、以前に比べ冷蔵庫の中に同じものがたくさんあったわ。大丈夫かしら？



記憶力の低下により、どこに何があるのかを忘れてしまったり、計画的に物事を実行することが難しくなっているのかもしれない。福祉サービスや地域の見守り活動を利用する方法があります。



普段、どういう接し方や声掛けをしたらいいの？

どんな福祉サービスがあるのか知りたい。



認知症の予防にはどんなことをしたらいいの？

どこに受診したらいいのかわからない…

そんな時は岐阜市地域包括支援センター長森にご相談下さい。相談は無料です。ご自宅に訪問させて頂くこともできます。

岐阜市地域包括支援センター長森

058-245-2855

[裏面もご覧ください]

街角スナップ

～地域活動紹介コーナー～



地域包括支援センタースタッフが
お邪魔させていただきました！

岩地ふれあいサロン をご紹介します

長森東校区

9月20日(金)地域包括支援センター職員と、今回、地域貢献として名乗りをあげてくださったG☆star 梅林 理学療法士 後藤大輔先生と一緒に参加し「転倒予防」のお話をさせて頂きました。包括職員からは寸劇「転ばぬ私、輝く未来」を実演し、後藤先生による転倒予防体操を参加者の皆さんと一緒に行いました。また、お茶を飲みながら皆さんで和気あいあいとお話をされ、楽しい時間を過ごされていました。



☆認知症サポーターステップアップ研修を開催しています☆

今回ステップアップ研修では、事前に見学した市内の認知症カフェ(認知症の方、家族、地域の方等の集い)について皆さんで振り返りを行いました。今後は「自分たちに何ができるのか？」を具体的に話し合い、認知症になっても暮らしやすい街づくりを目指していきます。ステップアップ研修に参加し、一緒に取り組んで頂ける方を大募集中です。次回は12月に活動予定です。ご興味のある方は岐阜市地域包括支援センター長森までお問合せ下さい。

ステップアップ研修とは・・・

認知症サポーター養成講座を受講した方で、希望者を対象に認知症についての理解をさらに深める勉強会や、施設への体験研修などを行います。地域において認知症の人やその家族を支援する活動に役立てることを目指した研修です。



岐阜市地域包括支援センター長森

☎058-245-2855

〒500-8127 岐阜市塩町2丁目32

訪問・来所などによる相談の受付

月曜日～土曜日(祝日・年末年始を除く)午前9時～午後5時

電話による相談の受付

24時間、年中無休で受け付けます。

交通のご案内

岐阜バス 東興町 下車徒歩10分 宝来町 下車徒歩5分
(宝来町バス停は岐阜駅方面からのみ。また、土日の運行はありません。)

ホームページ <http://www.gifuroujin.or.jp/chikihokatsu>

