

# 認知症?と思ったら

～認知症になっても住み慣れた地域で暮らすために～

**認知症ってどんな病気?** 認知症は、誰もがかかる可能性のある脳の病気です。チェックリストを確認し、症状があったらかかりつけ医に相談しましょう!

## チェックリスト

●問合せ 高齢・障害支援課 高齢者支援担当 ☎540-2327 ☎540-2396

- 同じ事を何度も聞く、話す
  - 料理の味付けがおかしい。単純なものばかり作る
  - テレビや新聞に興味なくなった
  - 昼も夜も居眠りしている
  - 今までできていた仕事や家事に戸惑う
  - 怒りっぽくなったり、ふざけてばかりいたり、以前と性格が変わった
  - 自分の家が分からず、迷子になった
  - 物探しばかりしている、物を盗られたという
- 出典：横浜市総合保健医療センターウェブサイト

## まずは相談! 認知症かと思ったらかかりつけ医へ

かかりつけ医がない人 ●地域ケアプラザ(地域包括支援センター) ●区役所高齢者支援担当(1階11番窓口)

!! 出かけてみよう! 本人も家族もほっとできる居場所 !!

### 認知症カフェ

(対象: 認知症の人や家族・地域住民)

気持ちを話したりお茶をしたり、誰でも気軽に立ち寄れる集いの場です。

#### スタッフより

気軽に来られる居場所を目指しています。皆さまのお越しをお待ちしています

#### 参加者より

皆さん歓迎してくれるのでとても参加しやすいです。話し相手ができうれしいです

### 介護者のつどい

(対象: 介護をしている人)

高齢者や障害者の介護をしている人が集まり、介護の工夫点等を情報交換します。

介護に関する悩みや情報を共有できます。ぜひ気軽に参加してほしいです

## みんなで支え合い 大切なのは認知症への理解と支え

### 認知症サポーター



キャラバンメイト

認知症サポーターは、「認知症サポーター養成講座」で認知症について学び、地域や職場で認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。「認知症サポーター養成講座」は地域の人が認知症についての講座を受け、ボランティア(キャラバンメイト)として開催しています。

認知症を理解する人を増やし、社会全体で認知症の人を支える取組を広げたいです



### 認知症啓発講演会

認知症の専門医と認知症の人による講演会です。認知症を理解し、家族や地域ができることを学びます。区社会福祉協議会と5か所のサテライト会場をオンラインでつないで講演します。自宅でのリアルタイム視聴も可能です。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、自宅視聴のみに変更する場合があります。

日時 11月2日(水)14時～16時

- 会場
- 区社会福祉協議会(大豆戸町13-1 吉田ビル206)
  - 新吉田地域ケアプラザ(新吉田町6001-6)
  - 大豆戸地域ケアプラザ(大豆戸町316-1)
  - つなしま交流室(綱島西2-11-5 シュロスオータニ綱島2階)
  - 日吉本町地域ケアプラザ(日吉本町4-10-A)
  - 新羽地域ケアプラザ(新羽町1240-1)

定員 会場: 先着計130人 自宅視聴: 先着50人

申込 会場: 電話かファクス(9月15日～) イベント名、氏名(ふりがな)、電話番号を記入し、各会場へ ※申込の☎・☎は下の「認知症の相談はこちら」で確認してください。 ※区社会福祉協議会の参加申込は高齢者支援担当へ。

自宅視聴: ウェブサイト(9月15日9時～)



自宅視聴の申込はこちら

### 関係機関の取組



認知症初期集中支援チーム

### 認知症初期集中支援チーム

各地域ケアプラザ・区役所高齢者支援担当が医師・看護師とチームを組んで、認知症の状態に応じた助言等の支援をしています。

詳細は [横浜市 認知症初期集中支援チーム](#) 検索

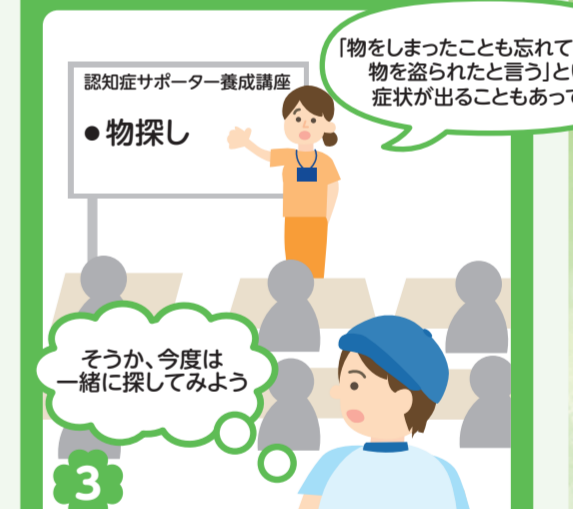
### 認知症対応ガイド

(港北区高齢者支援ネットワーク作成)

介護・福祉・医療の現場で働く人等に向けて、認知症の人に対する関わり方の具体例を集めた事例対応ガイドです。



詳細はこちら



## 認知症の相談はこちらへ

- 新吉田地域ケアプラザ ☎592-2151 ☎592-0105
- 篠原地域ケアプラザ ☎423-1230 ☎423-1257
- 高田地域ケアプラザ ☎594-3601 ☎594-3605
- 下田地域ケアプラザ ☎563-9081 ☎563-9083
- 大豆戸地域ケアプラザ ☎432-4911 ☎432-4912
- 樽町地域ケアプラザ ☎532-2501 ☎533-0025
- つなしま相談室・つなしま交流室 ☎534-1220 ☎545-1020
- 城郷小机地域ケアプラザ ☎478-1133 ☎478-1155
- 日吉本町地域ケアプラザ ☎566-0360 ☎566-0362
- 新羽地域ケアプラザ ☎542-7207 ☎531-7011
- 区役所高齢者支援担当 ☎540-2327 ☎540-2396