

認知症に関する相談・支援



宮原福祉センター
(氷川町地域包括支援センター)



認知症相談 (要予約)

認知症専門医療機関のスタッフが話を伺います。

日時 毎月第1木曜日 14時～

場所 宮原福祉センター

問 氷川町地域包括支援センター ☎0965-62-3456



おれんじカフェ

認知症の人やその家族、最近物忘れが気になる人と、介護や福祉の専門スタッフがのんびりお話をする会です

日時 毎月第2水曜日 13時30分～15時 場所 宮原福祉センター

問 氷川町地域包括支援センター ☎0965-62-3456



認知症初期集中支援チーム

医師をはじめとする医療、介護の認知症専門チームがご自宅を訪問し、認知症の早期対応をお手伝いします。

問 福祉課 介護保険係 ☎0965-52-5852



熊本県認知症コールセンター

認知症のことで困ったら、悩まず気軽にお電話ください。専門スタッフが話を伺います。若年性認知症についても相談できます。

☎096-355-1755 (水曜日と年末年始以外・9時～18時)

オレンジリングは、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族にできる範囲で手助けする認知症サポーターの証です。



さっき話したことなのに全く覚えていない、綺麗な人だったのに部屋が片付けられなくなっている、性格が変わったかのように怒りやすくなったなどの変化に周囲は大きな戸惑いを感じてしまいます。しかし、認知症になると何も分からなくなるといことはあまりありません。今日の日付や今いる場所が分からない不安、思い出そうとしても思い出せない不快感、できていたことができなくなるイライラなどは、本人にしか分からない苦しさです。本人も苦しんでいるのだという理解は、認知症の人と接する際に忘れてはならない点です。

「忘れること」は本人や家族に大きな不安をもたらします。本人が穏やかな生活が送れるよう、家族の負担が少しでも減るよう、認知症を正しく理解し、抱え込まずに相談することから始めてみてください。

参考

熊本県「認知症の人とともに生きる～家庭における認知症介護のポイント～」

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター「あたまとからだを元気にするMCIハンドブック」

認知症の予防

糖尿病、高血圧、肥満、脳梗塞といった生活習慣病は、認知症と深く関連があるとされています。バランスのいい食事、適度な運動、人との交流など、普段からの生活管理が認知症の予防にもつながります。

表紙で紹介した通いの場以外にも、町では65歳以上の人を対象とした健康教室を行っています。簡単な体操やストレッチなど、専門スタッフと一緒に楽しく習慣化を目指します。



健康教室参加者は随時募集中です

参加する方の年齢や体の状態に応じた教室をご案内します。詳しくはお問い合わせください。

問 福祉課 介護保険係 ☎0965-52-5852

氷川町地域包括支援センター ☎0965-62-3456

血圧と認知症の関係についてお話しします

9月から保健師・管理栄養士が出張するミニ健康教室を始めます。3人以上での申込みから受け付けます。

お気軽にご連絡ください。(令和6年3月まで随時開催)

※他にも、次のコースを準備しています。

- ・自分の筋肉量を体組成計で測る測定会
- ・管理栄養士おすすめの野菜と簡単な食べ方をお伝えする実演会

問 町民課 保健予防係 ☎0965-52-7154

