

# 認知症 02

## 認知症の相談窓口

高齢になれば誰もがかかる可能性のある認知症。今回は、認知症の相談窓口のお話です。

初めて相談するときは、だれでも緊張したり、ためらうことがあるものです。「これって認知症?」「どうなるのかしら」など、今のあなたの不安や悩みを一人で抱え込まないために気軽に相談してみませんか。

### 相談窓口

医師や専門家がいる窓口、介護家族や認知症のご本人が相談に応じる窓口があります。

#### ①かかりつけ医

普段から心身の健康状態を把握しているのので、認知症の症状や状態に合わせ専門医への受診を勧められます。

#### ③認知症カフェ

認知症の本人も交えて地域の誰もが集える場所です。専門家への相談もできます。

#### ②地域包括支援センター

認知症のさまざまな相談を受け付けています。専門家が連携しチームで、ご本人やご家族からの相談に応じています。

- ・西部地区地域包括支援センター ☎367-0414
- ・南部・東部地区地域包括支援センター ☎290-7185
- ・北部1地区地域包括支援センター ☎361-3822
- ・北部2地区地域包括支援センター ☎362-1911
- ・浦戸地区地域包括支援センター ☎361-2931

#### ④認知症家族会

介護家族がお互いに体験や思いを語る場です。本人と向き合う際の心構えや接し方についてヒントが得られるかもしれません。



※③認知症カフェ、④家族会についてはお近くの地域包括支援センターまたは下記まで問い合わせください

認知症になっても安心して暮らせるまちづくり

☎長寿社会課地域支援係 ☎364-1204

## 育児サークルに入りませんか？

子育て中のママと子ども達が、色々な企画を考え楽しく活動しています。お友達作りもできますので、気軽に見学にいらしてください。

○サークル名 ペんたとん

○おもな活動日・場所

- 第1月曜日・公民館
- 第3木曜日・つどいの広場

○活動内容

月曜日は親子でわらべうたを楽しんでいます。木曜日は茶話会など母同士交流を深めています。(梨狩りやクリスマス会も予定しています)



☎子育て支援センターこころん ☎363-3630

### 募集・案内

#### ファミリーサポート協力会員 入会説明会

とき 7月21日(火) 13:30~15:00

ところ 壱番館5階 会議室

対象 20歳以上の市内在住の方で心身共に健康で安全に子どもを預かることができる方

\*興味のある方は是非お話を聞きにきてください。会員になってくださる方はその後講習会を行います。(当日もしくは後日)

申込み

ファミリーサポート事務局(こころん内)  
☎363-3631 (FAX兼用)