



認知症ほっとけんまち敦賀

寄り添う心が大きな支えに

敦賀市は地域住民が認知症の方をほうっておかず、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指しています。今回は、市で行っている事業の一部をご紹介します。

認知症とは

認知症は、さまざまな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなり、障害が起きている状態（概ね6ヶ月以上継続）をいいます。

■認知症の初期症状

一番に気がつきやすい症状は、直前の出来事や言動をすぐ忘れるため、同じことを何度も繰り返すなどの「記憶障害」です。

ほかにも、約束の日時や場所を間違えたり、単純な計算に時間がかかるなどの症状が現れます。

■早期発見が大切

認知症は、早く気づき、治療や生活習慣を見直すことで進行を遅らせることができます。家族や周囲の人が「いつもと様子が違う」と感じたらすぐに地域包括支援センターなどに連絡ください。

敦賀つながりカフェ
認知症の方とご家族が気軽に立ち寄れる場として、悩みや不安を相談したり、参加者同士の情報交換、交流の場として開催しております。カフェでは、コーヒーを片手にゆっくり交流していただけます。お気軽にご参加ください。

今後の開催予定

とき
1月25日(木)、3月22日(木)
13時30分～15時30分
ところ
あいあいプラザ

敦賀みまもりネットワーク

認知症高齢者などの方が、行方不明になったときに、地域の多様な人々や組織・団体などが連携・協力しながら、本人を早期に見守り守るため、電子メールで協力機関に行方不明者情報を配信します。交通機関（駅・バス・タクシー）、郵便局、介護サービス事業所、コンビニエンスストア、医療機関、区長、民生委員の方々が協力機関となっています。行方不明になる可能性のある方は、

	地域包括支援センター 「あいあい」	地域包括支援センター 「なごみ」
電話	☎ 22 - 7272	☎ 21 - 7530
担当地区	北・南・西・松原・ 西浦・東浦・東郷・ 中郷・愛発	粟野

認知症初期集中支援チーム

認知症の早期発見・対応、重症化の予防を目指して、かかりつけ医との連携のもと、認知症が疑われる方や認知症の方に対して、専門職がチームになって、訪問などを行い、早期に集中的に支援します。認知症が気になる方やご家族の方は、担当の地域包括支援センターにご連絡ください。

interview — 1人で悩まないで。まずは相談することから —

地域で支えあう

認知症サポーター養成講座

身近な人の認知症への理解やちょっとした手助けは、本人やその家族にとつてとても心強いものです。こうした支えとなるのが「認知症サポーター」です。

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る「応援者」です。認知症の理解を深めてもらうため、幅広い年代を対象に講座を開催しています。特に、小中学生を対象にした講座の開催に力を入れています。



▲小学生を対象に行われた養成講座の様子



認知症の人と家族の会
福井県支部 敦賀のつどい

岩谷 洋子さん
いわたに ようこ

■認知症の方を

介護されている方へ

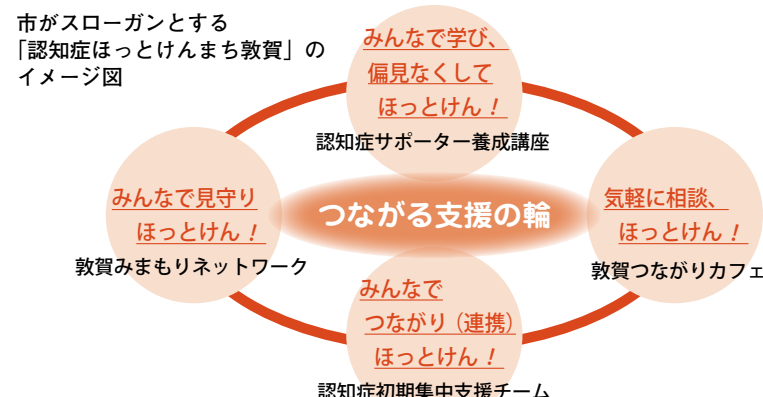
介護には様々な苦労や悩みがあると思います。そんな時には自分一人だけで抱え込まずに専門機関や同じ仲間が集う「敦賀つながりカフェ」などで気軽に相談してみてください。悩みを聞いてもらうことで気が楽になると思います。

■敦賀つながりカフェに

参加してみよう

認知症の方やその家族、ケアマネジャーが家庭的な雰囲気の中話していました。認知症の方の介護は、一緒に暮らしている

平成28年11月末現在で、敦賀市の認知症サポーターの数は7,429人にのぼります。今後も一人でも多くの方にサポーターになってもらえるよう養成講座を開催します。地域の集まりや企業、団体でも開催しておりますので、希望される方は、長寿健康課までお問い合わせください。



市がスローガンとする「認知症ほっとけんまち敦賀」のイメージ図

家族にしか分からないこともあると思います。カフェで同じような気持ちを共有し、苦労しているのは自分だけではないことを感じることで不安をやわらげられると思います。カフェに参加された方の相談する前と相談した後で表情が明るくなっている様子が印象的でした。

■岩谷さんが活動する 認知症の人と家族の会の 活動内容は？

認知症の方を介護する家族が集まって、介護の相談や情報交換、勉強会などを行っています。気軽に相談できる場所として多くの介護者が参加しています。また、年に1度、小旅行を企画し、認知症の方や家族の人たちとの交流を図っています。

市内には、同じ悩みを持つ人たちが集まる場所がたくさんあります。一人で悩まずにぜひ、参加してみてください。

【認知症の人と家族の会に 関する問合せ先】

認知症の人と家族の会
福井県支部 敦賀のつどい
☎ 090・6271・6426



オレンジリング
認知症サポーターには、サポーターの証となるリングを配布します。