

世界アルツハイマー月間イベント 「認知症ほっとけんまち敦賀」を開催します

9月の「世界アルツハイマー月間」に合わせて、認知症に関するイベントを開催します。

日時 令和8年9月30日(水) 13:30～15:00(受付 13:15～)

場所 プラザ萬象 小ホール

講演 「認知症の介護とは」

講師 認知症のひとと家族の会 いわたに ようこ 氏

内容 ご自身の家族介護の経験や、認知症カフェ「オレンジカフェ だんね」の活動についてのお話です。介護をしている方、これから介護が始まるかもしれない方、地域の方々にとっても、家族の視点に触れる貴重な機会です！



その他の催し

- ・市民中心の音楽グループによる演奏「昭和を歌おう」
- ・ミニ脳の元気度チェック
- ・簡易フレイルチェック
- ・認知症支援に関するパネル展示
- ・オレンジ共生アクションマップ

敦賀市地域包括支援センターへご相談ください

地域包括支援センターは、高齢者の方が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、介護・医療・福祉・生活面のサポートを行う総合相談窓口です。

あいあい

栗野地区以外 担当

22-7272

(平日 8:30～17:30)

【住所】

敦賀市東洋町4番1号
敦賀市福祉総合センター
「あいあいプラザ」内

なごみ

栗野地区 担当

21-7530

(平日 8:20～17:20)

【住所】

敦賀市公文名1号6番
つるが生協在宅総合
センター「和」内

長寿

市内全域 担当

22-8181

(平日 8:30～17:15)

【住所】

敦賀市中央町2丁目
1番1号
市役所 長寿健康課内

過去に発行した認知症ハンドブックは市HPや右記の二次元コードよりご覧いただけます。



問い合わせ先

長寿健康課

(敦賀市認知症支援推進協議会)

☎ 22-8181

敦賀市
認知症

ほっとけんまち

ハンドブック

— シリーズ② —



本市では「認知症ほっとけんまち敦賀」をスローガンに「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。

その一環として「敦賀市認知症ほっとけんまちハンドブック」を発行し、広く理解を呼びかけています。シリーズ②となる今回は、最近よく耳にする「MCI(軽度認知障害)」がテーマです。

MCI(エム・シー・アイ)【軽度認知症障害】とは

MCI【軽度認知障害】とは、「**認知機能の低下は見られるが、日常生活には支障がない状態**」のことをいいます。つまり、認知症と診断される一歩手前の状態を指しています。



MCIは、早期発見し、予防することで健康な状態に戻る可能性があります！

※本人や家族は「もの忘れ」に対する自覚や違和感がある場合が多いです。

◎このようなサインに、気づいていませんか？

- ☐ 同じことを何度も繰り返し話すようになった
- ☐ 今日が何日か、わからなくなった
- ☐ 新しい道を覚えられなくなった

▶ 認知症早期発見
チェックリスト
オンラインで簡単に
チェックできます。



◎認知症早期発見チェックリストを活用し、ご自身の状態を知りましょう。

- ・チェック項目は、全部で10項目あります。
- ・軽度認知障害(MCI)に早期に気づくためのきっかけとしてご利用ください。

不安になったら相談しよう

これからの生活について相談したい
→ 地域包括支援センターに相談
(左ページに記載)

MC I かどうか知りたい

→ まずは医師に相談

(かかりつけ医・もの忘れ外来のある
医療機関・認知症疾患医療センター)