



# 認知症になっても安心して暮らせるまち

## 認知症とは

いろいろな原因で脳の細胞が壊れたり、働きが悪くなったりすることで、記憶力や判断力などにさまざまな障害が起こり、生活する上で支障が出ている状態が続くことをいいます。認知症は特別な病気ではなく、誰にでも起こりうる脳の病気です。

## 認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して

認知症を正しく理解し、認知症の人の声に耳を傾け、やさしく見守り、支えてくれる、そんな人が地域にたくさんいれば安心です。ここでは、認知症の人や家族を支える活動を紹介합니다。

### ただいまサポート事業

認知症やその疑いのある高齢者が道に迷ったり、自宅がどこかわからなくなったりした際に、無事に「ただいま！」と帰宅できるように、ご本人の情報を事前に市に登録しておき、警察や協力機関と連携することで、帰宅できなくなった人の早期発見・保護を目指します。事前登録者へは登録番号を記載したグッズを交付しますので、不安のある人はぜひ事前登録を。

### 認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る支援者「認知症サポーター」を養成しています。講座では、認知症の基礎知識や認知症の人への接し方などについて学べます。養成講座を希望する市内在住の10人以上のグループや事業所、学校等に、講師役となるキャラバン・メイトを無料で派遣します。

### 認知症の人への声かけ模擬訓練

道端などで困っている認知症の人を発見した場面を想定して、声掛けや対応について学びます。

認知症の人は戻る場所が分からず、不安な気持ちでいることもあります。また、帰りを待つ家族も不安な気持ちでいます。早期発見、早期対応することで認知症の人の身の安全が確保され、家族の安心にもつながります。

### ひろさき認知症あんしん生活実践塾

認知症の人を介護している施設の職員や家族を対象に、毎月1回、半年間にわたって実施しています。認知症の人の「体調を整えるケア」と「平穏な心理を保つケア」を学び、宿題の実践を通して、症状の軽減や発症の予防を目指します。また、施設や家庭での介護の工夫の方法を、講義や事例検討を通して学びます。

※今年度の申し込みは終了。来年度も実施予定。

### 認知症の人と家族のつどい

認知症の人を抱えている介護者同士が話し合い、介護の知恵を得ることができる場所です。隔月開催しています。

- ▼とき 3月8日(日) 午後1時30分～3時30分
- ▼ところ 弘前市社会福祉センター(宮園2丁目)2階
- ▼参加料 無料
- ※事前の申し込みは不要。
- 問い合わせ先 認知症の人と家族の会青森県支部(弘前地域世話人・中畑さん、☎44-4959、〈午後6時以降〉)

### 認知症介護者教室

認知症の人や家族、地域住民を対象に認知症介護者教室を開催します。医師、薬剤師等の専門職が認知症に関する講話をし、個別相談にも応じます。

- ▼とき 2月16日(日)、午後1時～4時(開場は0時30分)
- ▼ところ 市民文化交流館ホール(駅前町、ヒロロ4階)
- ▼参加料 無料
- ※事前の申し込みは不要。
- 問い合わせ先 介護福祉課(☎40-7072)



▲昨年の教室の様子

### 認知症カフェ

認知症の人とその家族、地域住民、専門職等、誰でも参加し集うことができる『居場所』、それが認知症カフェです。



カフェ名	ところ	とき	参加料	事前申し込み	問い合わせ先
橙燦(だいさん)カフェ	弘前学院大学1号館(稔町) オープンスペース ラーニングコモンズ	2月15日、3月14日の午後1時30分～3時	100円	いずれも不要	第三地域包括支援センター(☎39-2515)
あつぷるカフェ	土手町コミュニティパーク	2月15日、3月14日・21日の午前9時30分～11時30分	300円		特別養護老人ホーム サンアップルホーム(☎97-2111)
ハーモニカ	小規模多機能サービス まごの手(宮川3丁目)	2月21日、3月13日の午後1時30分～3時30分	100円		第一地域包括支援センター(☎31-1203)
土曜の音楽カフェ	泉野多目的コミュニティ施設	3月14日、午前10時～正午	100円		東部地域包括支援センター(☎26-2433)

### 相談窓口

#### 地域包括支援センター

認知症地域支援推進員が認知症の人や家族の相談に応じ、必要な医療や介護等のサービスが受けられるよう関係機関と連携を図り、認知症の人と家族を支援する体制づくりを進めています。

- 問い合わせ先 介護福祉課(☎40-7072)

#### 弘前愛成会病院認知症疾患医療センター

認知症の検査・診断・治療のほか、相談も受け付けています。

- 問い合わせ先 弘前愛成会病院(☎フリーダイヤル0120-085-255〈平日の午前9時～午後5時、土曜日の午前9時～正午〉)

担当地区	地域包括支援センター	ところ	問い合わせ先
第一中学校区	第一地域包括支援センター	野田2丁目2の1(津軽保健生協会館1階)	☎31-1203
第二中学校区	第二地域包括支援センター	藤野2丁目6の1(デイサービスセンターきらら弘前隣)	☎31-3811
南、第三中学校区(南中は松原小学校区に限る)	第三地域包括支援センター	豊原1丁目1の2(弘前静光園内)	☎39-2515
東、第五中学校区	東部地域包括支援センター	福村字早稲田27の1(福寿園向かい)	☎26-2433
津軽、常盤野、東目屋中学校区	西部地域包括支援センター	賀田2丁目4の2(パインハウス岩木内)	☎82-1516
第四、石川、相馬、南中学校区(南中は松原小学校区を除く)	南部地域包括支援センター	小沢字山崎44の9(希望ヶ丘ホーム内)	☎87-6779
新和、北辰、船沢、裾野中学校区	北部地域包括支援センター	高杉字山下298の1	☎95-2100

詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ先 介護福祉課(☎40-7072)