

高齢者あんしんセンター ホピ園たより

令和3年9月1日発行 第75号
発行：高齢者あんしんセンターホピ園
高崎市寺尾町 621-1
電話：027-324-8844
ホームページ：http://turbulence.jp/

回
覧

9月21日は世界アルツハイマーデーです!!



世界アルツハイマーデーは、認知症への理解をすすめる、本人や家族への施策の充実を目的に、国際アルツハイマー病協会が1994年に制定しました。認知症について、認知症の人やその家族への支援について考えるきっかけにはいかがでしょうか…。



「公益社団法人 認知症の人と家族の会ホームページ」より



高崎市の認知症に関する取り組み



高崎市あんしんオレンジガイドブック 高崎市認知症ケアパス

認知症の予防から、認知症の進行に合わせたサービスをいつ、どこで、どのように受けられるのか、高崎市の制度やサービスを中心に情報をまとめたものです。



認知症の相談

市内には認知症についての研修を受講した医師「もの忘れ相談医」がいます。市役所では「認知症サポート医」による相談を月1回予約制で実施しています。相談は無料です。

地域のつどいの場（認知症カフェ）

認知症の方やその家族を含め、誰でも気軽に参加でき、カフェのようにお茶を飲みながら語り合う交流の場です。

地域での見守り

認知症を理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る「認知症サポーター」を養成しています。さらに、認知症サポーター養成講座を受講し、地域で活動する意思のある方を「高崎市オレンジサポーター」として登録しています。

また、徘徊など所在不明になった高齢者の情報を「安心ほっとメール」で配信しています。

認知症地域支援推進員

各高齢者あんしんセンターに1名ずつ配置されています。専門医療機関や介護サービス事業所及び地域の支援機関との連携を図り、認知症の人やその家族を支援する相談業務等を行っています。

「高崎市ホームページ」より

若年性認知症について



若年性認知症とは、

65歳未満で発症した認知症のことを言います。働き盛りの世代の認知症の発症は、経済的な問題、身体的・精神的な負担等、ご本人だけでなくご家族に与える影響が大きくなります。

若年性認知症支援コーディネーターとは、

専門医に関すること、利用できる各種制度やサービスに関すること、介護に関することなどの情報提供や、必要に応じて関係機関との連携・調整を行います。

認知症を予防するための心がまえ

適度な運動

体を動かす事で脳への血流も増え、脳細胞も活性化されると言われています。生活習慣病の予防にもなります。



美味しく楽しい食事

ごはん、野菜、肉や魚と色々な食品を組み合わせるバランスの良い食事をとるようにしましょう。



頭を活発につかう生活

趣味や役割を持ち、新しいことにも挑戦しましょう。地域の集まり等、人との関わりも大切です。



メリハリのある生活

夜はしっかりと寝て、規則正しい生活を心がけましょう。



「あんしんオレンジガイドブック」より

どのようなお困りごとがあつて、どのような支え合いが必要なのか、

みなさまの声を聞かせてください。

- 認知症について詳しく知りたい。認知症に関する講座を開いて欲しい。
- 認知症の人や家族と地域の人が自由に参加して交流できる場が欲しい。
- 家族介護者が集まり、相談や情報交換、勉強会などが出来る場が欲しい。 など

高齢者あんしんセンターとは…

高齢者の抱える心配ごとや悩みごと、介護保険に関する疑問などの総合相談窓口です。電話や来所ばかりではなく、ご自宅へも訪問し、相談をお受けしています。相談は無料です。訪問等で不在の時もあるため来所される際は、ご連絡していただくと助かります。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ



<高齢者あんしんセンターホピ園>

- 住所：高崎市寺尾町621番地1 (特別養護老人ホームホピ園内)
- 営業日及び営業時間：月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
- 電話：027-324-8844