

認知症とともに笑顔で生きる!!

問 高齢福祉課
☎内線1751
～1756

認知症に対する 牛久市の 取り組み



認知症になってもすべての人が身の回りのことや、今まで通りの生活が出来なくなるわけではありません。自分の役割や、安心できる場所があることで、生き生きと過ごすことができます。
市でも、認知症の方と家族が安心して暮らせるまちづくりを目指し、以下のような取り組みを行っています。

支援・サービス

認知症ケアパス

発症から人生の最終段階まで、状態に応じて、いつ、どこで、どのように医療・介護サービスが受けられるかまとめたものです。



配布場所／高齢福祉課、牛久市地域包括支援センター、牛久市地域包括支援センター博慈園、中央図書館

牛久市SOSネットワーク

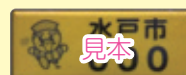
認知症等での行方不明者の早期発見のため、警察や消防署のほか、登録している市内事業者や地域の皆さんに捜索に協力いただくネットワークです。利用を希望される場合は事前登録が必要です。

問 高齢福祉課
☎内線1751～1756



茨城県おかえりマーク

身の回りのものに「おかえりマーク」をつけておくことで、認知症等により自宅に戻れず保護された際に、迅速にご家族へ連絡することができます。



問 高齢福祉課
☎内線1751～1756



集い・交流

うしくオレンジカフェ

認知症の方とその家族、地域の方々など誰でも気軽に参加できる交流の場です。

【開催日】毎月第2火曜日
午後1時～3時

【場 所】ひたち野リフレ(4階)

問 高齢福祉課

☎内線1751～1756



介護者の集い「和の輪の会」

介護に疲れた、苦しい…悩んでいる方、一人で悩まず誰かに話してみませんか。介護している方、介護経験者が集い、情報交換をしています。

【開催日】毎月第3木曜日 午前10時～正午

【場 所】市役所分庁舎第1会議室(2階)

問 牛久市社会福祉協議会

☎871-1295



ぐうたオレンジカフェ

どなたでもお越しください。おいしいコーヒーを飲みながら楽しくお話しませんか？

【開催日】偶数月第2月曜日午後1時30分～3時
(祝日の場合翌週月曜日)

【場 所】二小学区地区社協事務所(田宮町3-1)

問 二小学区地区社協事務所☎801-1294

介護サロン めくもり

一緒におしゃべりしませんか。介護の悩みや不安を抱えている方の相談も受け付けます。

【開催日】毎月10日

(変更あり・お問い合わせください)

【場 所】市役所分庁舎第1会議室(2階)

問 牛久市社会福祉協議会☎871-1295



認知症ってどんな症状？

認知症とは、さまざまな脳の症状により、脳の神経細胞の働きが徐々に低下し、認知機能(記憶・判断力など)が低下して社会生活に支障をきたした状態をいいます。

認知症は他人ごとではなく自分ごと

高齢化社会が進む今、年々認知症の方が増えていくことが推測されています。

「家族が認知症になったら」「自分が認知症になったら」

認知症は若年性のもものもあり、決して他人ごとではありません。いつ発症してもおかしくない認知症。自分ごととして考えていくことが大切です。

「いつもと違う」は発症のサイン

認知症は気づかぬうちに発症し、症状が進行してしまうこともあります。行動や言動で「いつもと何か違う」「おかしいな」と自分や周囲の人たちが気づくことが最も重要です。気づいたら早期に医療機関に相談、受診をしましょう。



《認知症早期発見のためのチェック表》

もの忘れがひどい

- ☐ 同じことを何度も言う、する
- ☐ 財布や通帳などを盗まれたと人を疑う

判断や理解力が衰える

- ☐ 料理、片付け、計算、運転などのミスが多くなった
- ☐ 新しいことが覚えられない

時間や場所がわからない

- ☐ 約束の日時や場所を間違える
- ☐ 慣れた道で迷うことがある

人柄が変わる

- ☐ 些細なことで怒りっぽくなった
- ☐ 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

- ☐ 一人になると怖がったりする
- ☐ 外出時、持ち物を何度も確かめる

意欲がなくなる

- ☐ 身だしなみを構わなくなった
- ☐ 趣味や好きな番組に興味を示さなくなった

※出展：(公社)認知症の人と家族の会「読む・知る・認知症」より抜粋

早い段階で発見・対処することで、
症状を緩和できる可能性があります。
思い当たることがあれば、
ぜひ、早めの相談を！

認知症に関する各種相談窓口

まずはこちらに！

社会福祉士、保健師、介護支援専門員
など専門職による高齢者の総合相談

牛久市地域包括支援センター

☎878-5050

【担当学校区】牛久小・岡田小・牛久二小
向台小・中根小・ひたち野うしく小

牛久市地域包括支援センター博慈園

☎871-5110

【担当学校区】おくの義務教育・神谷小

介護保険や高齢福祉サービスの利用
についてのご相談

高齢福祉課☎内線1751～1756

緊急時の相談対応【24時間365日】

茨城救急電話相談#7119

保健師や専門の相談員が相談対応

竜ヶ崎保健所☎0297-62-2162

認知症疾患医療センター

筑波大学附属病院☎853-3645

池田病院☎0297-64-1152

認知症の人の症状や、接し方等に
についてのご相談

認知症の人と家族の会 茨城県支部

☎828-8099

認知症予防

脳トレ教室（運動編・音楽編・検査編）

認知症予防の講話、認知機能アップのための運動、音楽療法士によるセッション、ファイブ・コグ検査（集団用認知検査）を行っています。
問 医療年金課☎内線1728



地域でサポート

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の方や家族を温かい目で見守る応援者です。認知症についての正しい知識を広め、助け合うことの大切さを学び、認知症の方を支えるまちづくり推進のために、牛久市では行政区等や市内8つの小学校の5年生を対象に認知症サポーター養成講座を開催しています。行政区や団体等で認知症サポーター養成講座を希望される方は「牛久市行政出前講座」よりお申し込みください。

問 高齢福祉課☎内線1751～1756



受講者には
オレンジリングや
カードをお渡し
しています

認知症啓発パネル展示 開催

【日時】9月1日(日)～11月3日(日・祝)常設 【場所】牛久中央図書館

牛久市立図書館では、認知症サポーターの方にご協力いただき作成した認知症理解のためのパネルを展示します。「認知症」をテーマとした本のコーナーや、パンフレットを設置していますので、図書館にお越しの際はぜひご覧いただき、認知症について一緒に考えてみませんか。

問 中央図書館☎871-1400



みんなであつまろう！認知症サミット

【日時】9月28日(土)午後1時～3時 【場所】ひたち野リフレ(4階)

認知症の方も介護されている方も支援者もみんな当事者。それぞれの立場で認知症を学び、ともに考えましょう。

参加費無料

【1部】作業療法士からみた認知症の方の気持ち

【2部】グループワーク、VR体験

申・問 認知症の人と家族の会 茨城県支部☎・FAX 828-8089



申し込みフォーム

認知症とともに生きる

最も大切なことは家族や周囲の人たちが認知症を知り、理解を深めることです。症状により記憶を忘れてしまっても感情は残っています。認知症の方の自尊心を尊重しましょう。

認知症を自分事として当事者意識を持つことで、皆で暮らしやすい社会を目指しましょう。

国を挙げての取り組み
令和5年6月、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が成立しました。これは認知症の方が尊厳を保持しつつ、希望を持って暮らすことができるような社会を実現するための国の法律です。