



ほうかつだより

回
覧



認知症になっても安心して暮らせるまちを目指して

現在久留米市の高齢者人口は約8万4000人（令和3年9月1日現在）、**認知症高齢者**の推計値は約**1万3500人**とされています。

急速な高齢化とともに、認知症は誰もが関わりうる身近なものとなっています。認知症の進行を遅らせたり、症状を軽減するためには**早めに気づき、早めに対応**することが重要です。

認知症早期発見の目安



『ものわすれチェック』

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探しものをしている | <input type="checkbox"/> 下着を替えずに身だしなみを構わなくなった |
| <input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある | <input type="checkbox"/> 些細なことで怒りっぽくなった |
| <input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える | <input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない |

※あくまで気づくためのポイントで医学的な診断基準ではありません。

久留米市認知症支援ガイドブックから引用

地域や周りの方でこのような症状で悩んでいる方はいらっしゃいませんか？
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でできること

地域包括支援センターでは、相談内容に応じて**受診に関する相談、各種サービス・事業への紹介、地域の情報**などをお伝えします。

【各種サービス・事業】

- ・介護保険サービス（デイサービス、デイケア等）
- ・介護予防事業（認知症予防の為の運動教室等）

【市が開催する事業】

- ・認知症カフェ
- ・物忘れ予防検診
- ・認知症サポーター養成講座
- ・認知症予防講座...等

【地域の身近な集まり】

- ・ふれあいサロン
- ・自主グループ...等



久留米市には、「認知症支援ガイドブック」があります。ぜひご活用下さい！

「認知症支援ガイドブック」は、認知症について不安や悩みを抱えている人やその家族に向けて作られたものです。

このガイドブックには、**認知症のよくある症状や対応のポイント、認知症かな？と思ったときの相談窓口**を紹介しております。また、**認知症予防**や認知症になっても地域で安心して生活するためのヒントとして、**介護保険サービスや高齢者福祉サービス、成年後見制度**などについても記載されています。

各種サービスや相談窓口を上手に使うことによって、本人の認知症の進行を予防し、生活リズムを整えることができます。また、家族の介護負担の軽減にも繋がります。地域包括支援センターまでお問合せ下さい。

地域包括支援センターは、地域の皆様や関係機関との協働による高齢者支援や専門的な地域課題を解決するためのネットワークづくりを目指します。

次回、1月号では**権利擁護・高齢者虐待予防**に関する内容についてお伝えします。

