

もっと知ろうもっと語ろう 認知症



認知症になっても
安心して暮らせる
希望ある社会を目指して

令和7年には、65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると見込まれています。自分自身、大切な家族や友人、近所の人、誰にとっても認知症は身近になってきています。

誰もが、認知症を自分事としてとらえ、認知症を知り、備え、人とつながることが大切です。

町では、認知症のことを正しく知ってもらうために、9月5日～15日まで役場町民ホールにてパネル展示を行いました。



▶パネル展示では、認知症に関するクイズや対応の心得など、情報盛りだくさんの展示となりました

認知症は
予防できるの？

認知症の発症を遅らせ、進行を緩やかにすることはできます。
「認知症の予防に有効とされていること」

- ・適度な運動とバランスの良い食事
- ・趣味を持ったたり、地域や家庭内で役割を持ったりして生活すること など

町内2カ所の地域包括支援センターでは、65歳以上の方を対象に介護予防の相談、介護予防教室等を行っています。

認知症は早期発見が
重要です！

軽度認知症は、正常と認知症の中間の状態です。65歳以上の高齢者のうち15～25%いると言われてます。この時期はとても重要で、認知症が重症化するか正常に戻るかの分かれ道になります。

また、認知症のような症状が出てても治る病気や一時的な症状の場合もあります。認知症の早期発見、受診、診断、治療はその後の生活を左右する非常に重要なことです。

もの忘れが増えたなど、ちょっと気になることがあったら早めに病院に相談してください。

町内の認知症カフェ

認知症の方やそのご家族だけではなく、地域にお住まいの方、介護や看護、福祉の専門家など、さまざまな人が気軽に集う認知症カフェが町内で開かれています。

お茶を飲みながら語り合い、簡単な体操や趣味の活動とおして、認知症予防・症状改善などの情報を得たり相談をしたりと、さまざまな人・こと・ものつながれる場所です。

「よりそい隊」を
ご存知ですか？

町では、認知症地域支援推進員のことを「よりそい隊」という愛称で呼んでいます。

よりそい隊は、認知症の方やそのご家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるように、医療機関や介護サービス事業所、各支援機関をつなぐコーディネートです。

町保健福祉課、保健センター、那須地区地域包括支援センター、高原地区地域包括支援センターに配属されています。ご自身や家族、近所の方で認知症の心配ごとがある時は、気軽に相談ください。

▼相談・問合せ

- 町保健福祉課
☎72・6910
- 町保健センター
☎72・5858
- 那須地区地域包括支援センター
☎71・1138
- 高原地区地域包括支援センター
☎73・8881



生きがいサロン
「ゆっくりサロン」(担当:荒木)
☎080-1168-2929



オレンジカフェ
「こもれびの時」(担当:市川)
☎090-3509-5783

