

## ● 「介護マーク」を配布しています

### ■ ご存知ですか？ 介護マーク

元は「認知症の人の介護は外見では介護していることが分かりにくい、誤解や偏見を持たれて困っている。介護中であることを表示するマークを作成してほしい」という介護者の要望をもとに、静岡県が考案・作成したマークです。

現在では全国的に普及し、活用されています。



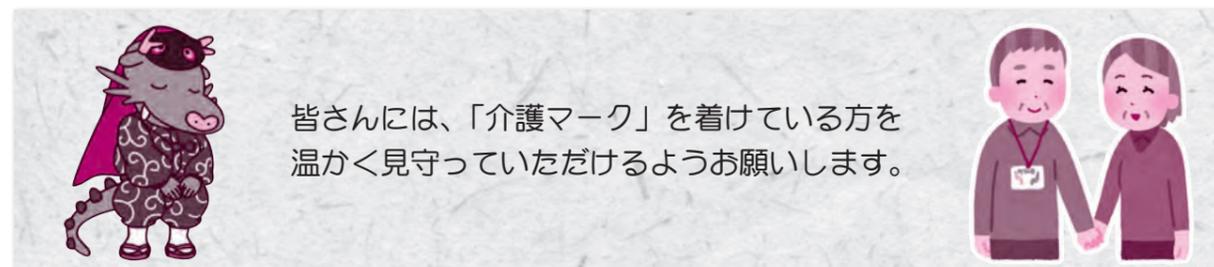
### ■ こんな時にお役立てください

- 介護していることをさりげなく周囲に知ってもらいたいとき
- 介助のためにトイレに付き添うとき
- 男性介護者が女性用の下着を購入するとき

### ■ 配布について

介護する方であれば、どなたでも受け取れます。介護される方の病名や障がいの有無は問いません。

- 配布場所：地域包括支援センター窓口（市高齢福祉課内）
- 持ち物：受け取る方の本人確認書類（免許証・保険証など）



## ● 介護予防講座の体験会にご参加ください

### ■ 音楽フィットネス講座

音楽や映像を使って楽しく体を動かします。

- 日時：3月20日（火）午前11時～正午
- 定員：先着15人
- 持ち物：動きやすい服装・運動靴

### ■ 思い出を語ろうかい

傾聴ボランティアの皆さんと「昔の遊び」などのテーマに沿ってお話します。

- 日時：3月27日（火）・4月10日（火）午前10時～11時30分
- 定員：先着15人

### 共通事項

- 場所：フードスクエアカスミ龍ヶ崎中里店・フードコート（中里2丁目1-2）
- 料金：無料
- 申し込み方法：3月12日（月）から地域包括支援センターへ電話で申し込み



地域包括支援センターは、高齢者の皆さんの健康や生活上の不安、介護に関する事など、本人・家族からの相談・支援を行っています。お気軽にご相談ください。



## いつも身近に！

# 地域包括支援センターです。



■ 問い合わせ・申し込み：地域包括支援センター（高齢福祉課内） ☎内線 277

## ● 認知症…早めの気づき大切です

加齢による「年相応の物忘れ」とは違い、認知症は立派な病気です！ 一般的には治らないものといわれていますが、適切な処置を行うことで進行を遅らせることができます。

「もしかして、うちの家族、認知症かも？」と思ったら、早めにかかりつけ医または地域包括支援センターにご相談ください。

### 過去の相談例から



### 「認知症かも」と思われる家族の行動

- スーパーで不必要な食材を大量に買い込んでしまうようになった
- エアコンのリモコンの使い方が分からなくなった
- その場にはいない人や、亡くなった人が「そこにいる」と言う（幻覚）
- 失くしたものを「（家族・隣人などに）盗まれた」と言い怒る

## ■ まずはご相談ください！ 「認知症初期集中支援チーム」が対応します



地域包括支援センターに寄せられた相談は、そのケース（状況）によっては、「認知症初期集中支援チーム」が支援を行うことがあります。

「認知症初期集中支援チーム」は、認知症サポート医（医師）・保健師・精神保健福祉士・社会福祉士等の専門職で構成されており、必要に応じて関係機関との連携を図り、ご家族とともに今後の対応を考えます。

### 「認知症初期集中支援チーム」が支援を行うケースとは…

該当者が認知症の診断を受けていない場合や、診断を受けるための病院受診が難しい場合・認知症の症状が強いため対応が困難な場合などです。

## ■ 認知症の家族を持つ方のための交流の場を紹介します

性別・年齢問わず、認知症の家族を介護している方の参加をお待ちしています。つらいこと・大変なことなどは一人で抱え込まず、誰かに話してみませんか。参加無料です。



予約不要ですが、予告なく開催をお休みする場合がありますので、事前にお問い合わせください。

### 介護者のつどい

- 日時：毎月第3火曜日 午後1時30分～3時30分  
次回開催は3月20日（火）です
- 場所：地域福祉会館

### ゆずのきカフェ

- 偶数月・奇数月で実施内容が異なります。詳しくはお問い合わせください。
- 日時：毎月第4土曜日 午後1時～3時  
次回開催は3月24日（土）です
- 場所：池田病院