



ぶるべー



なかまちテラスイルミネーション…… 7面
総合防災訓練…… 8面
すべての赤ちゃんに絵本を
ブックスタートがはじまります…… 8面



もしも 大切な人が 認知症になったら

11月13日(月)～18日(土)
こだいら認知症週間

認知症は誰でもなる可能性のある脳の病気です。市では、認知症週間を設けて、期間中、認知症を自分のこととして、また地域の課題として考える催しを開催します。

自分や家族が認知症になっても安心して暮らしていくために、この機会に一度、認知症と向き合ってみませんか。

問合せ 高齢者支援課地域支援担当
☎042(346)9539

認知症は 他人事ではありません

認知症の患者数は、高齢化とともに増え、2025年には65歳以上の人の5人に1人が認知症患者になると予想されています。認知症は、誰でもなる可能性がある脳の病気です。だからこそ、自分のこととして考えていく必要があります。

不安を一人で抱えこまないで

「誰に相談したらよいかわからない」「自分が認知症になるはずがない」など、一人で抱え込むと動けなくなり、正しい対処ができずに症状が進行してしまう危険があります。まずは家族や友人、地域包括支援センターに相談をしてみましょう。

人と話すことが大切です

夫の認知症介護の不安を一人で抱え込むとストレスが増えてしまいます。仲間との会話は気分転換になり、気持ちもほぐれて孤独を感じることがありません。認知症の知識や介護サービスの情報交換にもなり、もっと早く話していればよかったなと思うこともあります。



介護をしている
浅野孝子さん

困った時の相談の場 地域包括支援センター

高齢者の相談や見守り、支援などを行っています。

「物忘れがひどくて無くしものが増えた」
「近所に少し心配な高齢者の方がいる」



「どこの病院へ行ったら受診できるの」
「こんなときどうしよう」と不安を感じた時は、地域を担当する右表の地域包括支援センターへ気軽に相談してください。

地域包括支援センターの担当地域

- けやきの郷☎042(349)2321
中島町、たかの台、津田町1丁目、上水新町、小川町1丁目、栄町、上水本町1丁目
- 小川ホーム☎042(347)6033
小川西町、小川東町1丁目～5丁目、上水本町2丁目～6丁目、津田町2丁目～3丁目、学園西町
- 中央センター☎042(345)0691
小川東町、小川町2丁目、学園東町1丁目
- 多摩済生ケアセンター☎042(349)2123
上水南町、喜平町、美園町、大沼町、学園東町、学園東町2丁目～3丁目、仲町
- 小平健康苑☎042(451)8813
回田町、御幸町、鈴木町、花小金井南町、花小金井、天神町

仲間をつくりませんか

オレンジカフェ

認知症の方とその家族、地域の人が集まり、一緒にレクリエーションや、交流をする場です。



同じ悩みを持つ人が集まるため、情報交換の場としても利用できます。

とき 11月15日(水) 午後2時～4時
ところ 福祉会館第3集会室
対象 市内在住の認知症の方とその家族、認知症に関心がある方
費用 100円
問合せ 小平市地域包括支援センター中央センター☎042(345)0691

※毎月、定期的に地域包括支援センターで開催しています。詳しくは、担当の地域包括支援センターへお問い合わせください。

認知症について考えてみませんか

こだいら認知症フォーラム2017 認知症を知り、地域で支えあう

とき 11月18日(土) 午後1時30分～4時30分
ところ 福祉会館5階市民ホール
対象 市内在住・在勤・在学の方
定員 200人
内容 ▷講演 認知症になっても、安心して暮らしたい
▷シンポジウム 認知症の本人と家族の思いを知り、地域で何ができるか考える ほか
申込み 問合せ先へ(先着順)
問合せ 小平市地域包括支援センター中央センター☎042(345)0691、高齢者支援課地域支援担当☎042(346)9539

認知症サポーター養成講座
医師による認知症相談会 ほか 3面