

# あなたのまちの相談所

## 中部地域包括支援センターだより①

令和元年6月創刊

### 江南中部地域包括支援センターです♪

～皆さんのお住まいの地区の相談窓口です～

夏野菜の苗が畑で多く見かける季節になりました。これから暑い日が増えていきますが、みなさん、お元気にお過ごしですか？地域包括支援センターは市から委託された高齢者の総合相談窓口です。市内に地域包括支援センターは3か所設置されています。私たちは皆さんのお住まいの地区を担当しています。今年から年2回程度、皆さんが「知っとくといいな」、私たちが「知ってほしい！」と思った情報をおたよりしていきたいと思えます。どうぞよろしくお願いいたします

#### 知っとク！

### 地域包括支援センター紹介

対象者：65歳以上の方とそのご家族の方、ご近所ご友人等関係者の方

場 所：江南厚生病院 外来2階エレベーター横

費 用：お金はかかりません

方 法：まずはお電話ください（直通：51-3322）お約束の上、ご自宅等へ訪問します。ご相談内容にあわせて、地域包括支援センターでの相談も可能です

相談内容：介護（予防）のこと・もの忘れ（予防）のこと・介護保険制度のこと・虐待の心配・お金の管理の心配 など ※秘密は厳守します

職 員：社会福祉士4名 主任介護支援専門員1名  
保健師看護師2名 計7名 で活動しています



大森



長谷川（由）



蟹江

※ シワはかくしてあります



池野



千葉



横井



長谷川（さ）



#### よろしくなち

マスコットキャラクター  
江南五郎じいさん

応援しています！

### お互いさまのまちづくり 住民の方による取り組みの ご紹介

～飛高町の運動教室～

<はじまるきっかけ>

地域包括支援センターが老人クラブの出前講座で「うんどうの講師派遣事業」の紹介をしました。すると参加者から「やってみたい！」と地域包括支援センターに声がかかりました

<準備の期間>

市役所の職員と社会福祉協議会の職員、地域包括支援センターの職員とその方で打ち合わせ。会場や日時、講師の先生との顔合わせ、チラシ作り、配布、参加受付など、準備を進めました

<いよいよはじまり！>

平成30年7月、いよいよ飛高会館でおよそ40名が集まり運動教室が始まりました。会場の準備や受付、片づけなども参加者の方方で助け合いながら行っていました。歩いて行けて、気軽に運動できる交流の場が誕生したのです

<現在>

講師が無料で派遣されるのは6カ月間。今は参加者が1回200円の会費を出し合って、講師を招いてみんなで楽しく、運動教室は続いています

知ってほしい!

## 認知症の情報コーナー

江南市認知症見守りネットワークスローガン

～大丈夫、みんなで支える認知症～

### 認知症地域支援推進員と認知症初期集中支援チームをご存知ですか？

平成 30 年 4 月に認知症地域支援推進員と認知症初期集中支援チームが地域包括支援センターに設置されました。今日はそれぞれの活動について、ご紹介します。

#### 認知症地域支援推進員

- 認知症の方やそのご家族の相談を受け付けています
- 医療機関や介護事業所や地域の連携をお手伝いしています
- 認知症に関する情報提供をしています
- 認知症家族会の運営支援やご本人ご家族の居場所づくりに取り組みます（認知症カフェ等）

#### 認知症初期集中支援チーム

- ご自宅で暮らしている認知症の初期、または初めて認知症の方へ関わらせていただいた初期からおよそ半年間集中的に相談支援を行います
- 医師、看護師、社会福祉士が 1 つのチームとなり、相談しながら対応します
- 対象者となる方は、国で決められています。まずは、認知症地域支援推進員（大森）へご相談ください

昨年度、中部地区の認知症初期集中支援チームへの相談件数は **11 件**（市内全体で 34 件）、認知症地域支援推進員（以下、推進員）への相談件数は **31 件** でした。個別相談については、推進員以外のスタッフも常時相談対応しており、認知症に関する相談は増加しています。国は認知症予防対策により力を入れていく方向です。中部地区の推進員からもさまざまな情報を発信していきますので、みなさん「我がごと」として、一緒に考え、取り組んでいきましょう！

#### 身近な病気 認知症 ①

～認知症は病名ではありません～

「認知症」とは、様々な原因疾患により起こる症状や状態（記憶や感情のコントロールが難しい・時間や場所がわからなくなる等）をさします。原因疾患にはアルツハイマー型認知症が一番多く、次いで脳血管性認知症やレビー小体型認知症と続きます。原因疾患の中には、慢性硬膜下血腫や正常圧水頭症など、**治療することで症状が改善するものもあります**。症状の進行予防や疾患の治療のためにも、まずは**認知症の専門医による鑑別診断が重要**なんです。

#### チャレンジ☆認知症予防 ①

～認知症予防は 40 代から！～

アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症等の原因となる脳細胞の変化は実は **40 代から**じわじわとはじまると言われています。まさに子育てや働き盛りで、「まだまだ関係ない」と思っている若い年代の方から、認知症予防対策を始めたほうがいいのです。もちろん、それ以上の年代の方はより積極的に予防に取り組むことが大切です。食べ物・睡眠・運動・人との交流…次回以降、「知っとくといいこと」「やっとくといいこと」をご紹介します！

発行元：江南中部地域包括支援センター

高屋町大松原 137 番地 江南厚生病院外来 2 階

TEL：51-3322 FAX：51-3323

Mail：chu-houkatsu@konan.jaaikosei.or.jp

