

# もっと知ろう もっと語ろう 認知症

あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30-0103

9月は世界アルツハイマー月間、9月21日は世界アルツハイマーデーです。

認知症に関する認識を高め、世界中の患者と家族に援助と希望をもたらすことを目的に全国各地で啓発活動が行われています。

ここでは、本市の今年度の取り組みを紹介します。

## 世界アルツハイマー月間パネル展

認知症カフェ・認知症サポーター養成講座・認知症高齢者等お守りシールなど、本市の取り組みをパネルで紹介します。

○日時 9月14日(木)～28日(木)

○場所 文化の交流館コモッセ  
こもれば広場



## 特設！認知症カフェ

どなたでも利用できるカフェです。お茶を飲みながらゆったりと過ごせるほか、認知症に関する不安、介護に関する相談をすることができます。

○日時 9月21日(木) 9時30分～15時

○場所 文化の交流館コモッセ  
こもれば広場

○内容 認知症に関するミニ講話や紙芝居、シルバリーハビリ体操など

○利用料 無料(昼食は出ません)

※今月のカフェ日程はP19に掲載しています



## 認知症に関する図書コーナー

認知症に関する書籍がたくさんあることをご存じですか。認知症の解説や医療の受け方、介護サービスの内容、家族介護の様子などを知ることができます。

○期間 9月5日(火)～28日(木)

○場所 花輪図書館・十和田図書館  
特設コーナー

## 介護相談 in コモッセ

認知症を含む介護に関する相談のほか、「もしかして認知症かも？」という不安も話せる相談会です。介護支援専門員(ケアマネジャー)が対応します。

○日にち 9月19日(火)～23日(土)

○時間 9時30分～12時、  
13時～16時

○場所 文化の交流館コモッセ  
こもれば広場

○利用料 無料

## 街頭キャンペーン

認知症に関する相談窓口などが書かれたチラシやティッシュを配り、早めの専門機関への相談を呼びかける街頭キャンペーンを行います。

○日時 9月21日(木)  
16時30分～17時30分

○場所 いとく鹿角ショッピングセンター、  
いとく花輪店、ユニバース



# 7月22日に 認知症市民セミナーを開催しました

あんしん長寿課 介護予防班 ☎ 30-0103

## 講演

## 認知症とともに生活するために必要なこと



講師 石原 哲郎 氏  
(脳と心の石原クリニック院長)

昨年度に引き続き「脳と心の石原クリニック(宮城県仙台市)」院長の石原哲郎氏にオンラインで講演いただきました。

講演では、認知症の診断とその後の支援や、薬剤による認知機能の低下について事例を交えたお話のほか、認知症と診断された後も、在宅で生活を続けていくために、お金や服薬の管理、車の運転など、日常生活での備えについてお話しいただきました。講演後の質疑応答では、市民からのたくさんの質問にも丁寧に答えいただくなど、認知症へのさらなる理解を求めました。

また、セミナーでは、地域とつながりを持つことのできる事例として、市が取り組んでいる認知症カフェやスローショッピングなどを紹介し、積極的な参加を呼びかけました。

### ○セミナー参加者の感想

- ・今回初めて参加させていただきましたが、とても勉強になりました。市の認知症の取り組みについても素晴らしいと思いました。また機会があれば参加したいです。(70代女性)
- ・認知症の人とどのように接したら良いか↓未来志向というところが心に残りました。自分も相手も笑顔が大事だと思いました。(50代女性)
- ・事例などもありとても分かりやすく良かったです。薬の調整も大事だと思いました。市で取り組んでいることも聞けて良かったです。(40代女性)
- ・認知症について、発症することが恥ずかしいことだと思っていました。今日のセミナーを聞いてそうではないことが分かった。(70代男性)
- ・認知症の方の声を聴くことの大切さを、分かりやすく話してくれてよかったです。家族や支援する人々が適切に対応することで、認知症の方々も今いる地域で生活をより長く続けていけたらと思う。本人や家族を変えるのではなく、理解することの大切さ。(30代男性)
- ・認知症の両親のことで日々悩んでいました。今日のセミナーを参考に、明日からまた両親と接していきます。貴重な講演ありがとうございました。(60代女性)
- ・認知症カフェの参加者やスローショッピングのサポーターの声を聴くことができて良かったです。石原先生の話も聞きやすかったです。(40代男性)



このセミナーの内容は、「グラフィックレコーディング」でまとめ、福祉保健センター廊下に展示しています。ぜひご覧ください。