

よこはまシニア通信

# 「あれ、もの忘れかな?」と思ったら… 認知症は早めに気づいて 相談することが大切です

## 早期発見・早期対応が大切な理由

- 認知症の原因となる病気を治療することで、治る場合がある
- 早期に治療を始めることで、進行を遅らせることができる場合がある
- 早期発見によって、今後の生活の準備ができる

## こんなことが気になったら

かかりつけ医や地域包括支援センター(地域ケアプラザ内)、各区役所高齢・障害支援課に相談してください。

- 同じことを何度も言う
- いつも探し物をしている
- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 身だしなみを気にしなくなった



## 認知症の人への接し方を学ぶ市民向け講演会 こころをつなぐ「ユマニチュード」

ユマニチュードとは人と人との関係性・絆に関する哲学に基づくフランス発の知覚・感情・言語による介護技法のひとつです。介護する人の思いや愛情を伝える、やさしい認知症ケアを学べます。

- 【日時】** 9月26日(木) 14時～16時  
(当日12時から整理券配布、13時開場)
- 【会場】** 神奈川区民文化センター  
(神奈川区東神奈川1-10-1)
- 【定員】** 250人(申込不要) **【費用】** 無料

認知症は、単なる老化ではなく、さまざまな原因によって起こる脳の病気で、誰もがなる可能性があります。早く見つけて対応することで、その後の病気の経過や介護の負担が異なります。気になることがあれば相談窓口にお問い合わせください。



## 相談窓口

### ● 認知症に関する全般的な相談

地域包括支援センター(地域ケアプラザ内)

月～土曜 9時～21時、日曜・祝休日9時～17時

それぞれの地域に居住地区を担当する地域包括支援センターがあります。詳しくは、区役所高齢・障害支援課にお問い合わせください。

### 各区役所 高齢・障害支援課

鶴見区	☎510-1775	保土ヶ谷区	☎334-6328	青葉区	☎978-2449
神奈川区	☎411-7110	旭区	☎954-6125	都筑区	☎948-2306
西区	☎320-8410	磯子区	☎750-2418	戸塚区	☎866-8439
中区	☎224-8167	金沢区	☎788-7777	栄区	☎894-8415
南区	☎341-1139	港北区	☎540-2327	泉区	☎800-2434
港南区	☎847-8418	緑区	☎930-2311	瀬谷区	☎367-5713

### ● 認知症の診断・治療に関する相談

以前と比べて気になる様子があったら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

### 認知症疾患医療センター

認知症の専門医療機関の1つです。認知症の診断のほか、専門の相談員が電話や面談(要予約)による相談を受けています。\*祝休日除く

横浜市立大学附属病院 患者サポートセンター	☎787-2852	月～金曜 9時～17時
済生会横浜市東部病院 療養福祉相談室	☎576-3000(代表)	
横浜舞岡病院 医療相談室	☎822-2169	月～土曜 9時～17時
横浜市総合保健医療センター 総合相談室	☎475-0103	月～金曜 8時45分～17時30分

### ● 認知症の介護の悩みに関する相談

よこはま認知症コールセンター ☎662-7833

火・木・金曜(祝休日含む) 10時～16時

問合せ 健康福祉局高齢在宅支援課 ☎671-4129 ☎681-7789

## 9月は敬老月間 施設の市民優待利用を実施します

本市では9月を敬老月間と定めて、施設の市民優待利用を実施します。

利用の際は、氏名・年齢・住所が確認できるものを持参してください。

**【対象】** 65歳以上の市民(本人のみ)

※ふれーゆは60歳以上



施設名	実施日	費用
ランドマークタワー (展望フロア)	9月14日(土)～16日(月・祝)	無料
金沢動物園	9月15日(日)～21日(土)	
よこはま動物園 ズーラシア	※金沢動物園のみ、 9月17日(火)は休園日	
帆船日本丸・ 横浜みなと博物館	9月16日(月・祝)	
日本郵船氷川丸	9月16日(月・祝)	
日本郵船歴史博物館		
横浜人形の家	9月16日(月・祝)	
横浜市高齢者保養 研修施設 ふれーゆ	9月16日(月・祝)～20日(金)	高齢者料金の 半額で利用可能

問合せ 市コールセンター ☎664-2525 ☎664-2828

## 老人福祉センターで、 健康づくり・趣味づくり・仲間づくり

各区の老人福祉センターではさまざまな活動をしていきますので、ぜひ参加してください。



施設内容	● 趣味、教養を高める講座などの開催 (ヨガ、英会話、合唱、囲碁、将棋など) ● 大広間、浴室(一部センターを除く) シャワー室、会議室の貸出など
利用できる人	● 市内在住の60歳以上の人と付添人 ● 市内在住者の父母・祖父母または子で、60歳以上の人
利用時間	9時～17時(施設内容によって異なります)

### 各区にある老人福祉センターのうち、旭区の福寿荘を紹介します。

介護予防を目的とした体操・ヨガなどを実施しています。今まで運動習慣がなかった人も楽しめる内容です。興味のある人は、福寿荘にお問い合わせください。



福寿荘(旭区白根2-33-2 ☎953-5315 ☎953-5317)

各区の老人福祉センターの場所・休館日などについてはホームページで確認してください。

健康福祉局 老人福祉センター [検索](#)

問合せ 市コールセンター ☎664-2525 ☎664-2828