

4 認知症の人への対応方法

● 認知症の人の気持ち

認知症になったからといって特別な扱いをする必要はありません。認知症の人の気持ちを理解し、優しく対応することが大切です。



本人にも症状の自覚があります。

認知症になったら、本人は何もわからないと考えるのは誤りです。自分がこれまでとは違うことに最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗が増えたり、今までできていたことができなくなることで「おかしい!？」と感じ始めます。認知症かもしれない、という不安は大変つらいものです。



認知症になってもさまざまな感情や自尊心は失っていません。

認知症の人は症状が進行して言葉で自分の意思をうまく表現できなくなってからも、喜怒哀楽や思いやりなど、豊かな感情を持ち続けています。また人生において培ってきた、その人なりの価値観や人格は残っています。

● 具体的な対応の7つのポイント

まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人やほかの人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖心をおおしやすいので、できるだけ1人で声をかけます。

相手に目線を合わせてやさしい口調で

小柄な方の場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って確認していきます。

● 家族への支援が必要です

大切な身内が認知症であることを、家族として受け入れることはつらいことであると同時に、家族の中だけで解決できる問題ではありません。家族が様々な葛藤の中で認知症と向き合い、認知症の人を支えていくためには、家族に対しても周囲の理解や支援が必要です。息抜きや愚痴をいい合える場所、認知症をオープンにし、支援を求められる環境も家族には大切です。

5 認知症サポーターになりましょう



「認知症サポーター」とは

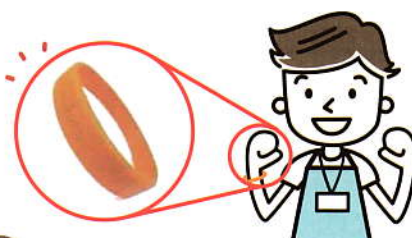
「認知症サポーター養成講座」を受講した方を「認知症サポーター」と呼びます。講座を通じて認知症を正しく理解し、偏見を持たず、自分のできる範囲で認知症の方やその家族を応援するのが認知症サポーターの役割です。



認知症サポーター養成講座を開催しています

認知症の正しい理解を深めるため、講師(キャラバン・メイト)が市内各地に出向いて講座を開催します。「認知症とは何か?」「認知症の人にどのように接すれば良いか?」などについて、グループワーク等を交えながらわかりやすく説明します。10名以上の団体で会場(市内)をご用意のうえ、希望日の30日前までにお申し込みください。

講座修了者には、サポーターの証、オレンジリングを差し上げます。



TOPIC 認知症の人を介護している家族の気持ちを理解する

認知症の人を介護している家族などの気持ちを理解し、どんな応援をすればいいのかを考えてみることは、認知症の人を支える活動の一環としてとても大切です。

第1ステップ とまどい・否定

- ・異常な言動にとまどい、否定しようとする
- ・他の家族にすら打ち明けられずに悩む



第4ステップ 受容

- ・認知症に対する理解が深まって、認知症の人の心理を介護者自身が考えなくてもわかるまでになる。
- ・認知症である家族のあるがままを受け入れられるようになる時期。



第2ステップ 混乱・怒り・拒絶

- ・認知症への理解の不十分さから対応の仕方が分からず、混乱し、些細なことに腹を立てたり叱ったりする。
- ・精神的、身体的に疲労困ぱい、拒絶感・絶望感に浸りやすいもっとも辛い時期。



第3ステップ 割り切り

- ・怒ったり、イライラしても何もメリットはないと思い始め、割り切るようになる時期。
- ・症状は同じでも介護者にとって「問題」としては軽くなる。



1 自分でできる認知症の気づき



認知症は、誰にでも起こりうる病気です。
一人で悩まず、まずはご相談ください。

65歳以上の高齢者について、認知症有病率15%、MCI(正常でも、認知症でもない中間の状態の人)の有病率13%と推定されています。MCIの人が全て認知症になるわけではありませんが、早期発見・早期対応を行うことで認知症への移行や進行を遅らせることが可能な場合もあると言われています。認知症予防は、日頃の生活習慣の改善等が必要だとも言われています。



早期診断・早期治療が大切!

「認知症は治らない」から受診しても仕方がないと思わないでください。

- ・ 治る病気が原因かもしれません。見逃さないようにしましょう。
- ・ アルツハイマー型認知症の場合は服薬で進行を遅らせることができます。
- ・ 脳血管性認知症の場合、高血圧や動脈硬化の治療をすることによって進行や再発を防ぐことができます。
- ・ 早期の段階であれば、ご本人の理解・判断力は十分にあります。今後の生活について自分の意思や意向をまわりに伝えておくことができ、病気の進行に備えておくことができます。
- ・ リハビリで脳の活性化を図ることで、緩やかな進行が期待できます。

かかりつけ医にご相談ください

※チェックシートの合計点が「31点未満」でも、気になることがある場合は、このチェックシートを持ってかかりつけ医にご相談ください。

※かかりつけ医がない方は、P22の相談窓口にご相談ください。



● 認知症チェックシートをやってみましょう。

最近1ヶ月以内のことを思い出してご回答ください。
ご家族の方や身近な方がチェックすることもできます。

(該当項目に○)
チェックしたのは(ご本人・ご家族等)

NO.	質問内容	1点	2点	3点	4点
1	財布や鍵など、ものを置いた場所がわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
2	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
3	自分の生年月日がわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
4	今日が何月何日かわからないときがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
5	自分のいる場所がどこかわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
6	道に迷って家に帰って来られなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
7	電気やガスや水道が止まってしまったときに、自分で適切に対応できますか。 ※自分で電気会社などに連絡をしたり、滞納している料金を払いに行ったりできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
8	1日の計画を自分で立てることができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
9	季節や状況に合った服を自分で選ぶことができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
10	1人で買い物はできますか。 ※1人で買い物に行かなければならない場合、必要なものを必要な量だけ買うことができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
11	バスや電車、自家用車などを使って1人で外出できますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
12	貯金の出し入れ、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
13	電話をかけることができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
14	自分で食事の準備はできますか。 ※自分で食事の準備をしないといけない場合は、必要な食材を自分で調理または惣菜を購入して準備することができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
15	自分で、薬を決まった時間に決まった分量のむことはできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
16	入浴は一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
17	着替えは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
18	トイレは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
19	身だしなみを整えることは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
20	食事は一人でできますか。 ※食事は、介助がなくても一人で食べることができますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
21	家の中での移動は一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
小計		1点×()= ()	2点×()= ()	3点×()= ()	4点×()= ()
DASC-21:©地方独立法人東京都健康長寿医療センター研究所 ※兵庫県が補足説明を追加		NO.1~21(21項目)の合計点			点/84

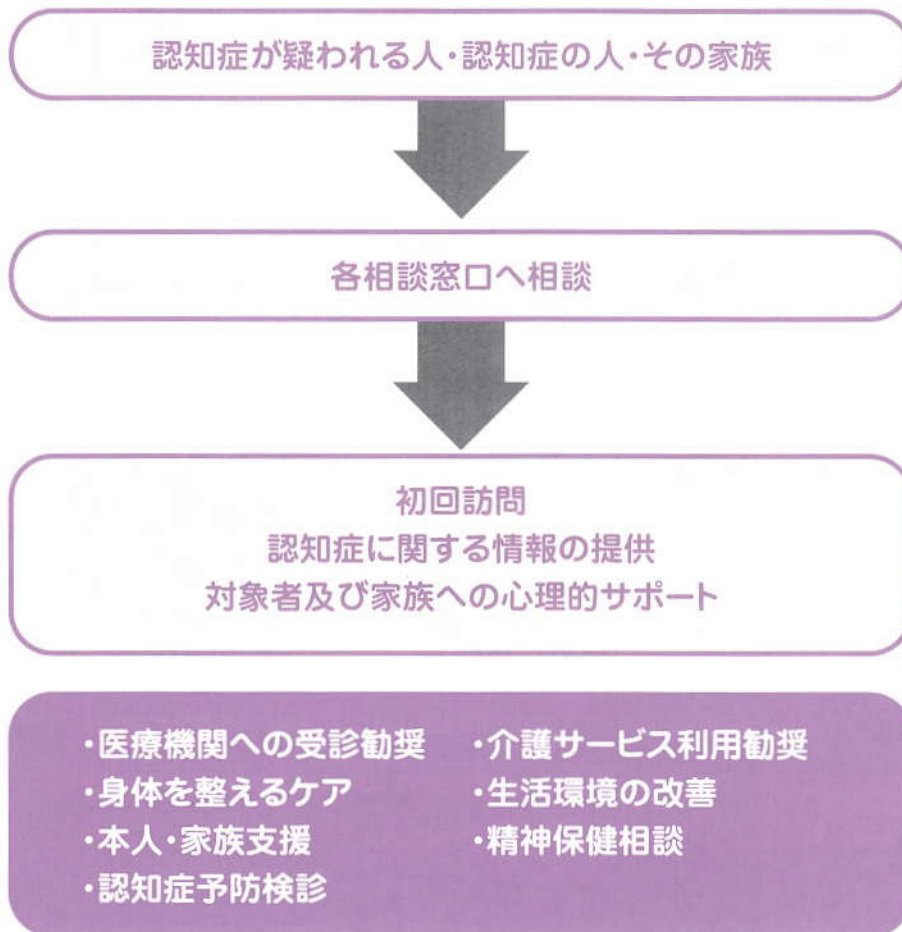
● No.1~21の項目の合計点が、「31点以上」の場合は、
認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

2 認知症初期集中支援

40歳以上の在宅生活、かつ認知症が疑われる人又は認知症の人で、継続的な医療サービスや適切な介護保険サービスを受けていない人を対象に、生活支援等の初期支援を行い、生活自立のサポートや、適切な医療ケアにつなげる支援を行っています。

窓口：あさぎり・おおくら総合支援センター	078-915-0091
きんじょう・きぬがわ総合支援センター	078-915-2631
にしあかし総合支援センター	078-924-9113
おおくぼ総合支援センター	078-934-8986
うおずみ総合支援センター	078-948-5081
ふたみ総合支援センター	078-945-3170

明石市認知症初期集中支援のフローチャート



初期集中支援の対象とならなかった場合は、各地域総合支援センターの地区担当で支援をしていきます。



3 認知症の相談や対応などができる医療機関一覧(明石市内)

認知症の治療は、ほかの病気と同じように早期発見、早期治療が大切です。
自分や家族の中で抱え込まず、まずは、かかりつけ医を受診してご相談ください。
かかりつけ医がない場合は、P22の相談窓口にご相談ください。

● 認知症の相談ができる医療機関

掲載した医療機関一覧は、明石市と明石市医師会が
連名で実施したアンケート調査に基づくものです。

かかりつけの先生として日常の診察を担当していただきながら、必要に応じて「認知症の診療ができる医療機関」や「認知症疾患医療センター」を紹介したり、認知症に関して患者や家族から相談にのることができる医療機関です。

地区	名称	所在地	電話番号
明石	朝原クリニック	明石市大明石町1丁目6-22	078-917-3838
	阿部医院	明石市朝霧町3丁目15番12号	078-913-6370
	飯村医院	明石市桜町14番7号	078-911-3495
	石川泌尿器科	明石市朝霧南町1丁目165-5 朝霧KMビル5F	078-919-1112
	江本内科循環器科医院	明石市東野町29-10	078-919-0626
	大賀医院	明石市天文町2丁目1番32号	078-911-6167
	川原内科	明石市朝霧南町1丁目165-5 朝霧KMビル4F	078-912-2060
	佐伯内科医院	明石市松が丘2丁目2-205(明舞第2センタービル)	078-917-1268
	さかい内科・胃腸科	明石市朝霧南町2-181-8 あおばビル2F	078-917-5755
	さかねクリニック	明石市松が丘2丁目3-3 コムボックス明舞3F	078-919-0377
	佐野医院	明石市松が丘1丁目15-3	078-912-7450
	清水メディカルクリニック	明石市松が丘2丁目3-7 松が丘ビル2階	078-918-3799
	谷医院	明石市上ノ丸1丁目1-30	078-911-9495
	丹家医院	明石市大明石町2丁目2番7号	078-911-5125
	長内科医院	明石市樽屋町2-1	078-911-3661
	にしむらクリニック	明石市東人丸町16-11	078-911-4959
	西山クリニック	明石市朝霧南町4丁目14番41号	078-911-6652
	橋本ファミリークリニック	明石市朝霧南町2丁目9番5 ピラ朝霧203	078-913-7615
	花川医院	明石市本町1丁目3-11 コンポーズビル2F	078-912-2770
	日野医院	明石市材木町9-17	078-911-2910
	宮田整形外科クリニック	明石市太寺大野町2651	078-912-2810
	米沢クリニック	明石市朝霧町2丁目12-10	078-919-6400
	うえの内科	明石市相生町2-2-18 未定ビル1F	078-939-3500
よこた内科クリニック	明石市大明石町1-6-1 パピオスあかし3F	078-915-0377	
吉田医院	明石市松が丘5丁目6-1	078-917-3336	
西明石	あさひ病院	明石市林崎町2丁目1番31号	078-924-1111
	井上外科胃腸科	明石市西明石南町2丁目21番1号	078-922-3595
	王子回生病院	明石市大道町2丁目2番3号	078-928-9870
	かまだクリニック	明石市野々上2丁目10-16	078-920-2910
	そうのクリニック	明石市西新町3-12-12	078-926-1585
	そが内科クリニック	明石市新明町7-25	078-925-0811
	千頭医院	明石市貴崎4丁目5番10号	078-922-2403
	鍋嶋医院	明石市鳥羽二本松1421-28	078-924-1627
	西明石クリニック	明石市西明石南町2丁目10-5	078-922-5510
	にしむら内科クリニック	明石市西明石南町2丁目8-4	078-925-6880
	樫木医院	明石市西明石南町2-14-1 河内ビル2F	078-923-9589

西明石	福水医院	明石市田町1丁目8-18	078-923-6616
	ふくやま病院	明石市硯町2丁目5-55	078-927-1514
	ふくやま・すこやかクリニック	明石市西明石北町3丁目1番23号	078-924-0500
	藤井クリニック	明石市別所町18-1 オージービル西明石2階	078-927-5522
	藤本クリニック	明石市和坂12-10	078-928-9566
	室谷整形外科クリニック	明石市藤江1109	078-928-0233
	社医院	明石市藤が丘2丁目11-10	078-922-7775
	山本内科	明石市西新町2-3-4 ベルクビル1F	078-922-8121
大久保	明石医療センター	明石市大久保町八木743-33	078-936-1101
	大久保病院	明石市大久保町大窪2095-1	078-935-2563
	おおくま内科胃腸科	明石市大久保町大窪1924-1	078-936-0051
	岡医院	明石市大久保町高丘5丁目20-2	078-935-8888
	おくずみ医院	明石市大久保町西島359-8	078-947-4003
	おにき皮フ科クリニック	明石市大久保町大久保町1312番地	078-935-1212
	おにしクリニック	明石市大久保町駅前1-18-17 F A M E 2 F	078-936-2050
	きよしクリニック	明石市大久保町大窪249	078-936-0317
	恵泉クリニック	明石市大久保町大窪3101-1	078-936-8300
	しのはら内科クリニック	明石市大久保町江井島1030-1	078-948-5731
	神明クリニック	明石市大久保町ゆりのき通2丁目2-4	078-938-1717
	神明病院	明石市大久保町大窪2520	078-935-9000
	すぎもと整形外科クリニック	明石市大久保町大久保町1312	078-936-3220
	高野内科	明石市大久保町駅前1丁目3番地の6	078-935-7557
	楯谷内科医院	明石市大久保町江井島280-1	078-946-4776
	辻医院	明石市大久保町高丘2丁目16番地の8	078-935-2468
	中村クリニック外科・胃腸科	明石市大久保町ゆりのき通1-4-2-3-102	078-938-0477
	橋本医院	明石市大久保町森田179	078-936-0008
	浜本整形外科耳鼻咽喉科	明石市大久保町大久保町597-10	078-935-5011
	前田クリニック	明石市大久保町森田132-5	078-936-9233
	溝口内科	明石市大久保町茜1-1-20	078-965-6100
	美保・英利内科医院	明石市大久保町大窪511-14	078-935-2022
	森本クリニック	明石市大久保町大窪221-49	078-935-2300
ゆりのき内科	明石市大久保町ゆりのき通1丁目4-2-4-103 オーズタウンウエストスクエア	078-938-0500	
魚住	明石同仁病院	明石市魚住町清水2183	078-942-0305
	明石仁十病院	明石市魚住町清水1871番地-3	078-942-1921
	近藤内科・胃腸科	明石市魚住町清水151-4 魚住コーポA棟101号	078-943-7500
	末広内科	明石市魚住町錦が丘3丁目1-17	078-946-0480
	鈴木内科クリニック	明石市魚住町清水2265	078-942-8811
	中山クリニック	明石市魚住町金ヶ崎370	078-935-6060
	野木病院	明石市魚住町長坂寺1003-1	078-947-7272
	平崎内科循環器科クリニック	明石市魚住町錦が丘4丁目7-2 中西駅前ビル3F	078-959-8326
	平野医院	明石市魚住町錦が丘3丁目10-6	078-947-0505
	藤谷内科医院	明石市魚住町西岡1863-3	078-942-3503
	正井医院	明石市魚住町中尾150	078-946-0028
二見	明石回生病院	明石市二見町東二見549-1	078-942-3555
	明石リハビリテーション病院	明石市二見町西二見685番地の3	078-941-6161
	太田クリニック	明石市二見町西二見89-7 兵庫二見ビル2F	078-949-0388
	塩澤医院	明石市二見町西二見767-1	078-943-5252
	田中医院	明石市二見町西二見2032	078-942-1941
	神戸医療生活協同組合 ひまわり診療所	明石市二見町東二見183-1	078-941-5725
	ふじわら内科	明石市二見町東二見272-6	078-939-3351

● 認知症の相談や対応ができる医療機関

掲載した医療機関一覧は、明石市と明石市医師会が連名で実施したアンケート調査に基づくものです。

認知症の診断やその治療方針を決定することができる医療機関です。

名称	所在地	電話番号
明石こころのホスピタル	明石市藤江1315	078-923-0877
明石市立市民病院	明石市鷹匠町1-33	078-912-2323
明石土山病院	明石市魚住町清水2744-30	078-942-1021
あしたクリニック	明石市大明石町1丁目3-3 エスポワ明石2階	078-918-2005
いのうえメンタルクリニック	明石市魚住町錦が丘4丁目5-1 NSビル4F	078-946-8666
池永クリニック	明石市大明石町1丁目7-4 白菊グランドビル5F	078-917-6880
石井病院	明石市天文町1-5-11	078-918-1655
大西脳神経外科病院	明石市大久保町江井島1661-1	078-938-1238
大西脳神経外科病院附属明石駅前クリニック	明石市大明石町1-6-1 パピオスあかし3F	078-911-0024
かもめクリニック	明石市本町2丁目5番13号 玉澤ビル2F	078-911-1645
かねだ心療クリニック	明石市朝霧町2丁目9-30 サニープレイス朝霧202	078-918-7712
たかみやこころのクリニック	明石市松の内2丁目5-2 松の内ビル5F	078-925-3288
クリニックちえのわ	明石市東仲ノ町11-30 KTSビル5F	078-918-8818
戸田内科・リハビリテーション科	明石市魚住町錦が丘4丁目5番地の1	078-947-5575
トパーズクリニック西新町	明石市西新町3丁目12-12	078-926-1700
中山神経内科	明石市大明石町1-6-16 SYB21ビル8F	078-912-2311
西江井島病院	明石市大久保町西島653	078-947-5311
ふじた脳神経内科	明石市大久保町西島440-1	078-946-0050
まつおか心療クリニック	明石市西明石南町2丁目8番4号2F	078-926-0770
まついe-クリニック まつい栄養&認知症クリニック	明石市大明石町1-3-3 エスポワ明石3階4階	078-915-0031
明舞中央病院	明石市松が丘4丁目1番32号	078-917-2020
やすお脳神経外科クリニック	明石市小久保2丁目10-1 リラシオ西明石駅前2F	078-925-7171
山元神経クリニック	明石市大久保町駅前1丁目7-5 オートンⅡ205号	078-936-1002
山本心療内科クリニック	明石市桜町14-17 中嵐ビル2F	078-913-7123

4 認知症疾患医療センター（明石市近隣）

「認知症疾患医療センター」とは、認知症患者とその家族が住み慣れた地域で安心して生活ができるための支援のひとつとして、都道府県や政令指定都市が指定する病院に設置するもので、認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関などの紹介、問題行動への対応についての相談の受付などを行う専門医療機関です。

名称	所在地	電話番号
地方独立行政法人 加古川市民病院機構 加古川中央市民病院	加古川市加古川町本町439番地	079-451-5500
神戸大学医学部附属病院	神戸市中央区楠町7丁目5-2	078-382-5111
神戸百年記念病院	神戸市兵庫区御崎町1丁目9-1	078-681-6111
新生病院	神戸市西区伊川谷町潤和字横尾238-475	078-919-1755
兵庫県立ひょうごこころの医療センター	神戸市北区山田上町上谷上字登り尾3	078-581-1013
六甲アイランド甲南病院	神戸市東灘区向洋町中2丁目11	078-858-1111



認知症の人と家族が利用できる 制度・サービス

介護保険サービスや高齢者福祉サービスを利用することで、認知症を予防したり進行を防ぐこともできます。

また、介護者の負担を軽減することもできます。

1 介護保険サービス



事業対象者・要支援1・2/要介護1～5

要介護度によって受けられるサービスが異なります。



利用できる介護保険サービスの例

在宅サービス

● 訪問介護・訪問型サービス(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事・入浴・排せつの介護などの身の回りの世話や介護を行います。

● 通所介護・通所型サービス(デイサービス)

デイサービスセンターなどに通い、日帰りで食事・入浴・リハビリなどを受けることができます。

● 通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や病院などに通い、日帰りでリハビリなどのサービスを受けることができます。

● 短期入所生活介護(ショートステイ)

短期間、特別養護老人ホームなどに入所して、日常生活の介護やリハビリを受けることができます。

地域密着型サービス

● 認知症対応型通所介護(介護予防認知症対応型通所介護)

認知症と診断された高齢者が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

● 小規模多機能型居宅介護

小規模な住居型の施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスを柔軟に組み合わせて利用することができます。

● 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症のために介護を必要とする人が共同生活をしながら日常生活支援や機能訓練を受けることができます。

介護保険施設サービス

● 特別養護老人ホーム ● 介護老人保健施設

詳しくは、「よくわかる介護保険」冊子をご参照ください。



◎ 明石市

明石市高年介護室
各市民センターに置いてあります。

介護保険に関する問い合わせ窓口

明石市 高年介護室(介護保険担当)

☎078-918-5091

2

認知症の予防および認知症の進行に合わせて利用できる制度・サービス

P.04-05
ケアパス一覧図

(1) 予防

生涯スポーツ

窓口 ▶ スポーツ振興課 078-918-5624

生涯スポーツとは、健康の保持・増進、レクリエーションを目的に「だれもが、どこでも、いつまでも」気軽に参加できるスポーツです。スポーツ振興課では、明石市ウォーキング協会、グラウンド・ゴルフ協会、家庭バレーボール連盟などと連携しながら、生涯スポーツの普及に努めています。

明石市シルバー人材センター

窓口 ▶ 一般社団法人 明石市シルバー人材センター
078-922-5000

明石市シルバー人材センターは、明石市に居住する健康で働く意欲のある60歳以上の方が、今までの豊かな経験や能力を活かして、働くことにより、生きがいや喜びを充実させ、仕事を通じて地域社会に貢献することを目指しています。シルバー人材センターは、高齢者のライフスタイルに合わせた、高齢者にふさわしい「臨時的かつ短期的またはその他の軽易な就業(仕事)」を地域の家庭や民間企業、公共団体などから引き受け、その仕事を会員の能力や希望に応じて組織的に提供するところです。

あかねが丘学園、コミセン高齢者大学、シニアカレッジ

窓口 ▶ 生涯学習センター高齢者学習支援係
078-918-5415

市内にお住まいの60歳以上のみなさんの「学び」を応援するため、あかねが丘学園、各中学校区コミセン、生涯学習センター分室で、特色のある学びの場を提供しています。

高年クラブ

窓口 ▶ 高年介護室(高年福祉担当) 078-918-5166

地域の高齢者が教養の向上、健康の増進、レクリエーション活動を通して、高齢期の生活を健全で豊かなものにするため、自主的に作られた会員組織の団体です。

【対象者】概ね60歳以上の市民

高齢者ふれあいの里

窓口 ▶ 高齢者ふれあいの里中崎 078-913-6200
 高齢者ふれあいの里大久保 078-936-5048
 高齢者ふれあいの里魚住 078-947-1202
 高齢者ふれあいの里二見 078-943-4001

高齢者の健康の増進、教養の向上、レクリエーションのための場を、総合的に提供する施設です。

【対象者】60歳以上の市民

認知症予防検診

窓口 ▶ 明石市医師会 078-939-4113

認知症の早期発見・早期治療を推進するため、認知症の疑いのある方の検診を実施しています。概ね毎月第2・4水曜日。

【対象者】初期認知症の疑いのある方(要予約)

精神保健相談

窓口 ▶ 明石市医師会 078-939-4113

専門医師と保健師、ケースワーカー等が訪問し、相談や保健福祉サービスの紹介を行います。

【対象者】認知症又は認知症の疑いのある方

(2) 居場所・集う場所

認知症カフェ

窓口 ▶ 各地域総合支援センター
(22~24ページ参照)

認知症の方やその家族、医療や介護の専門職、地域の方が集まり、参加者同士で談笑したり、相談したりできる場所です。

ふれあいサロン、ミニケアサロン

窓口 ▶ 明石市社会福祉協議会 078-924-9105

ひとり暮らし高齢者等の孤立を防ぎ、人とのつながりを増やすボランティアで運営されている高齢者の地域の居場所です。

