



認知症の人でも安心して 暮らせるまちづくり

認知症は高齢になれば誰もがなりうる病気であることや、どのような症状があるのかといったことは、多くの方がご存知かと思います。

では実際、あなたの近くで認知症の方がいらっしゃった時、どのように対応をしたらいいのか、迷ったことはありませんか？

認知症の方の多くは、ご自身が認知症であることを理解し、助けてくださいと言うことができません。それは、病気そのものや、ご自身が自分の症状を受け止めることができていないことが原因と言われています。

そこで、認知症の方やご家族に対して、温かい目で見守り、時には挨拶などのさりげない声かけやちょっとした手助け、家族への励ましなど無理なく行えるささやかな支援が大きな力に繋がります。

高齢者あんしんセンターでも、認知症のかたやそのご家族を支えるため、様々な取り組みを行っています。

オレンジカフェ

おむすび

認知症の方やご家族が地域の方々とふれあい、楽しんでいただくサロンです。

ご家族だけの集いの場所もご用意しております。悩み事や愚痴、なんでもお話しできる場所です。

毎月 第4土曜日 13:30～
志茂二丁目会館

もの忘れ相談 (医師相談)

もの忘れの不安や心配がある人の無料相談

オレンジカフェ内で行っています。

開催時期は確認して下さい

裏面もあります

認知症初期集中支援チーム

認知症が疑われる人とその家族を訪問し、必要な支援につながるよう専門職チームが関わります。

認知症サポーター養成講座

認知症の原因や症状、接し方について学べる講座です。認知症に関する正しい知識を身に付けて、ささやかな支援を通して誰もが安心して暮らせるまちづくりをしていきましょう。

3月22日(金) 14:00～
志茂ふれあい館

しもぞうハウスってどんなところ？

しもぞうハウスは社会福祉協議会さんが「誰でも集える居場所、様々な活動を行う団体がお互いに支え合って活動する場所」として運営している場所です。

みずべの苑高齢者あんしんセンターでは、志茂ジェネ協議会を通して「しもぞうハウス」が、地域の方々の集いの場となるようお手伝いしています。

毎月第1・3木曜午前中は、地域の皆様の力をお借りして「よりあい倶楽部」を開催しています。裁縫や編み物、体操、折り紙など多岐に渡ったプログラムを用意しています。

プログラムの他にもお茶だけを楽しんでいただけるよう、コーヒーなどもご用意しております。お散歩やお買い物のついでなどでも大丈夫。気軽にお立ち寄りください。

★ 3月の予定 ★

日時	名称	内容
3月 4日(月) 14日(木)22日(金) 10:00~12:00	井戸端サロン 場所：特別養護老人ホーム みずべの苑 1階	年齢、性別も問いません。昨日見たテレビのこと、最近あった楽しかったこと、悲しかったことなど…お茶を飲みながら、お話しませんか？
3月 4日(月) 14:00~16:00	いきいき教室 場所：志茂ふれあい館	みんなで楽しく 介護予防！ 体を動かしたり、ためになるお話を聞いたり…みんなで健康寿命をのばしましょう。
3月 8日(金) 14:00~15:30	懐かしサロン 場所：志茂5丁目民家 * 詳細はお問い合わせください	みずべの苑は遠くて…と言う方、是非遊びに来てください。折り紙等の製作や脳トレドリル、塗り絵も用意しています。
3月 15日(金) 14:00~15:30	歌声サロン 場所：こころ広場 (志茂 3-45-17)	トランペットの生演奏と素敵な映像を楽しみましょう。もちろん、懐かしの歌も歌います。みなさま楽しみに！
3月 18日(月) 14:00~16:00	ふれあいサロン 「椅子に座ってヨガタイム！」 場所：志茂ふれあい館	椅子に座ったままで行う、簡単なヨガを行追います。呼吸法も交えた「椅子ヨガ」で、心も身体もリラックスしましょう。
3月 23日(土) 13:30~15:30	認知症カフェ「おむすび」 場所：志茂2丁目・町会会館 (志茂 2-40-6)	認知症の方やそのご家族、認知症について関心のある方など、どなたでも結構です。お茶を飲みながら、楽しい時間を過ごしませんか？
3月 28日(木) 14:00~16:00	映画サロン 「マリと子犬の物語」 場所：志茂ふれあい館	新潟県中越地震の際に起きた家族と子犬のストーリー。家族と子犬のきずなから、大切なものを改めて考えさせられる物語です。

発行元：みずべの苑高齢者あんしんセンター
〒115-0042 北区志茂3-13-5 信濃ビル1階
☎ 5941-6722 FAX 5941-6723

「みずべの苑高齢者あんしんセンター」は北区からの委託事業により、地域の高齢者の相談窓口の仕事をしております。

