

# 認知症と共により良く暮らせる 中央区をめざして

～みなさんへの3つのお願い～

認知症は誰もがなる可能性がある身近な脳の病気です。2040年には高齢者の7人に1人が認知症になるともいわれています。中央区では、認知症の人や家族、地域の人々が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう取り組んでいます。



## 1 認知症の早期発見・早期対応に努めましょう

認知症の原因となる病気は様々あり、早めの診断・治療・対応が大変重要です。

「かかりつけ医」を持つことで、継続的な健康管理や相談、病気の予防や早期発見につながります。

必要な場合にはかかりつけ医が認知症専門の医療機関を紹介したり、介護サービス事業所との連携を行います。

### 【このような時はお早めに受診を】

(家族だけで相談することも可能です)

◎保険証や通帳を何度も失くしてしまう

◎火のつけっぱなしで鍋などを焦がす

◎日にちや曜日がはっきりしなくなる

◎作る料理の味付けが単純になった など

## 2 認知症について悩まず気軽にご相談ください

### 【地域包括支援センター】

高齢者に関する総合相談窓口です。自分自身のことでも家族のことでも、ひとりで悩まずにお気軽にご相談ください。

○受付:月～金曜日・午前8:30～午後5:30(祝日・年末年始を除く)

○相談は無料です

○お住まいの中学校区を担当するセンターをご利用ください

関屋・白新(関屋・白新中学校区の方)	☎025-231-5659	関屋大川前1-2-36
ふなえ(寄居・新潟柳都中学校区の方)	☎025-229-3600	入船町3-3629-1
宮浦東新潟(宮浦・東新潟中学校区の方)	☎025-240-6111	鏡1-5-16
鳥屋野・上山(鳥屋野・上山中学校区の方)	☎025-240-6077	神道寺1-10-6
山潟(山潟中学校区の方)	☎025-257-7090	長潟1204-1

### 【認知症疾患医療センター】

認知症に関する医療相談や診断等を行う認知症の専門医療機関です。

受診歴がなくても相談できます。※若年性認知症支援コーディネーターも配置されています。

総合リハビリテーションセンター・みどり病院	☎025-244-5566	中央区神道寺2-5-1
白根緑ヶ丘病院	☎025-372-4107	南区西白根41

### 3 認知症に関心を持ち、できる範囲で支援しましょう

認知症がある人やその家族、認知症のない人誰もが中央区で安心して暮らし続けるためには、一人ひとりが認知症のことを理解することや、できる範囲の支援をしていただくことが必要です。

中央区では様々な認知症支援活動が行われています。いつでもお気軽にご参加ください！

中央区で行われている支援活動のご紹介

## 認知症サポーター養成講座

地域での見守り支援をすすめるために、認知症の正しい知識と理解をもち、認知症の人や家族に対して自分ができる範囲の手助けをする「認知症サポーター」を養成しています。

地域での集まりや企業の研修、学校の授業の一コマなど、あなたの会社や学校でも講座を開いてみませんか。

受講料はいずれも無料です。



### 【団体の開催を希望する場合】

10名以上の団体へ講師を派遣します。

対象者： 地域住民、職域、学校、広域団体、企業などの従事者

内容： 認知症の症状や具体的な接し方 など

時間： 60～90分程度

申込み： 新潟市認知症サポーターキャラバンメイト事務局(新潟県介護福祉士会)

☎025-281-5531 (開催30日前までにお申し込みください)

### 【個人で受講を希望する場合】

以下の機関で定期的に開催しています。おひとりでも参加可能です。

電話で開催状況をお問い合わせの上、お申し込みください。



①開催日時 ②申し込み・問い合わせ先

メッツ古町薬局 (西堀前通6-909 CO-C.G.ビル1階)	総合リハビリテーションセンター みどり病院 (神道寺2-5-1)	ウエルシア新潟関新1丁目店 (関新1-2-46)
①毎月第4木曜日 14:00～15:30 ②メッツ古町薬局(中央区認知症 キャラバンメイト連絡会事務局) ☎070-2830-3434	①毎月第1水曜日 10:00～11:30 ②みどり病院・認知症地域支援 コーディネーター ☎080-7993-8044	①毎月第2火曜日 10:00～11:30 ②関屋・白新支え合いのしくみ づくり推進員(担当:平田) ☎090-3498-9528

\*開催情報等に変更がある場合がありますのでご了承ください。  
詳細は直接お問い合わせください。

# 認知症カフェ

認知症の人や家族、地域住民、医療や介護職の人など、どなたでも気軽に集まれる場所です。

いつ来ても、いつ帰っても自由です。

お茶を飲みながらお話したり、くつろいだり、情報交換や交流を行っています。



なんでも話せて  
ほっとできる場所  
だから、毎回参加  
しています

認知症の人や家族  
の力になれること  
があるかと思い  
参加しました



## 【中央区で開催されている認知症カフェ一覧】

①開催場所 ②開催日時 ③参加費 ④実施主体 ⑤担当者名・問い合わせ先

### N-Café Angle(エヌ・カフェ・アングル)

- ①日本歯科大学新潟生命歯学部 キャンパス内  
(浜浦町1-8)
- ②月1回程度
- ③無料
- ④日本歯科大学新潟生命歯学部
- ⑤地域連携室・神田 ☎025-211-8228

### 笑笑(にこにこ)カフェ

- ①老人憩いの家 ひばり荘  
(窪田町4-271-3)
- ②毎月第2・4水曜日・13:30~15:00
- ③100円
- ④はあとふるあたご日和庵
- ⑤今成 ☎025-229-2532

### 誰もがつどえる みどりの森つどいカフェ

- ①介護老人保健施設緑樹苑  
1階カフェコーナー(神道寺2-4-24)
- ②毎週火曜日・10:00~12:00
- ③200円
- ④NPO法人みどりの森
- ⑤榎田・川井 ☎080-7773-7940

### オレンジカフェ しもまち

- ①北部総合コミュニティセンター  
(稲荷町3511-1)
- ②毎月第3水曜日・13:30~15:30
- ③200円
- ④チームオレンジinしもまち
- ⑤佐藤 ☎025-378-2272

### 認知症カフェ・スマイル

- ①タリーズコーヒー新潟中央インター店  
(湖南4-8)
- ②毎月第4月曜日・10:30~12:00
- ③飲食代は実費負担
- ④NPO法人みどりの森
- ⑤榎田・川井 ☎080-7773-7940

### いきいきオレンジカフェ

- ①岡三にいがた証券 コミュニティホール  
(上大川前通8番町1250-2)
- ②毎月第2木曜日・14:00~15:30
- ③無料
- ④ボランティア団体「いきいきオレンジカフェ」
- ⑤岡三にいがた証券・鈴木  
☎0258-36-6620

\*開催情報等に変更がある場合がありますのでご了承ください。  
詳細は直接お問い合わせください。



# はいかい模擬訓練

「はいかい」とは認知症の人が外出したものの、行先や目的が分からなくなってしまい行方不明の状態になっていることを言います。

困っている人を見かけた時に、事故等にあうことがないように声をかけ安全に保護ができるように、声のかけ方や適切な対応を学ぶ取り組みを「はいかい模擬訓練」として行っています。

開催支援も行っていますので、みなさんのお住まいの地域でも実施してみませんか。

認知症の人や家族、地域の人が安心して暮らし続けることができる中央区をめざしましょう。

問い合わせ:中央区役所健康福祉課 高齢介護担当 ☎025-223-7216

## ●はいかい模擬訓練とは？

参加者が街中でははいかいの状態になっている当事者役の人を、見つけて声をかけ、無事に保護をするという体験型の訓練です。

## ●訓練のねらい

①はいかいの状態になっている人への声のかけ方や対応が分かり、はいかいしている人への支援の意識を持つことにつながります。

②認知症について正しい理解が深まり、誤解や偏見の解消につながります。

③地域の人が認知症の支援を考えるきっかけとなり地域力が高まります。



チームオレンジinしもまち(入舟地区)では令和4年から実施しています



訓練当日までに認知症サポーター養成講座を受けたり、話し合ったりできたので、認知症のことがよく分かりました



日頃から挨拶をしたり声をかけたりできる地域になりたいね

～令和5年9月30日 チームオレンジinしもまち(入舟地区)によるはいかい模擬訓練より～

# 認知症に関心のある団体への出前講座 (講師を無料で派遣します)

## 【認知症出前講座(中央区認知症地域支えあい推進事業)】

地域の団体(コミ協、民協など)や会社・企業などへ出向き、地域でできる認知症支援や自分にできる認知症対策等について、出前講座を行います。

## 【はじめよう人生会議】

講師が地域の茶の間等へ出向き「人生会議」について出前講座を行います。

※「人生会議」とは、人生で大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるか等、医療・介護の支援者と前もって考え、話し合い、共有する取り組みです。中央区は認知症になった場合でも自分らしい生活を続けられるように「人生会議」の実施をすすめています。

問い合わせ:中央区役所健康福祉課 高齢介護担当 ☎025-223-7216

## 【医療と介護の市民講座】

地域の茶の間や地域の団体へ講師が出向き、認知症に関する医療や介護について出前講座を行います。

問い合わせ:

新潟市在宅医療・介護連携ステーション中央(みどり病院内) ☎025-244-0130

作成:令和5年12月

問い合わせ:中央区役所健康福祉課 高齢介護担当 ☎951-8553新潟市中央区西堀通6番町866番地 ☎025-223-7216