

西区の相談窓口



認知症の 情報について 知りたい

- ・介護保険制度
- ・介護者の集い、支援
- ・認知症サポーター養成講座などについて

どこに相談すれば良いかわからない場合は担当地区の地域包括支援センターへご相談ください。

西区第1地域包括支援センター

琴似・二十四軒 / 山の手 / 八軒 / 八軒中央

☎ 611-1161



ほっター

西区第2地域包括支援センター

西野・平和・福井・小別沢 / 西町・宮の沢・発寒の一部
(宮の沢中央町内会)

☎ 661-3929

西区第3地域包括支援センター

発寒 / 発寒北

☎ 671-8200

治療や検査について 相談したい

かかりつけ医



薬について 相談したい

かかりつけの薬局



さんかくやまベエ

いつまでも 健康でいたい

- ・健康相談や健診について

西区役所保健福祉課保健支援係

☎ 641-6946

支えあい・ 役に立ちたい

- ・ボランティアや見守りについて

西区社会福祉協議会

☎ 641-6996



まもりん

いきいきと元気に 過ごしたい



かよるん

介護予防センター 八軒

八軒 / 八軒中央

☎ 624-7026

介護予防センター 山の手・琴似

琴似・二十四軒 / 山の手

☎ 631-6110

介護予防センター 西町

西町・西野(1~3条、4~5条の一部)・宮の沢・発寒の一部(宮の沢中央町内会)

☎ 663-2558

介護予防センター 西野

西野(4~5条の一部、6~14条)・平和・福井・小別沢

☎ 668-3300

介護予防センター 発寒

発寒 / 発寒北

☎ 666-6855



やさしさ

認知症にやさしいまち西区 /

まごころの
あるまち

西区環境キャラクター
さんかくやまベエ



つくる ベエ

気づき



みまもり

支えあい

認知症の人とともにいつまでも住み慣れた地域で暮らすことができるように、認知症にやさしいまち西区を一緒に作りませんか？

西区のホームページでもチェック！ /

認知症にやさしいまち西区





やさしさ まごころのあるまち つくる ベエ

気づき・みまもり・支えあい

認知症は誰かがなりうる身近なものです。周りの人が認知症の人やその家族を理解し、みまもり、支えあうことで互いに安心して暮らすことができます。



西子さん



西三郎さん

西子さんの
近所に
住んでいる

■同じ話を何度もする西子さん



気づきポイント

- ◆ほんの数分前の出来事も忘れてしまう
- ◆同じ内容を繰り返し話す

やさしさ・まごころのある対応



見守り・支えるポイント

- ◆メモを見せるなど、会話以外の方法でも確認する
- ◆相手の気持ちに寄り添い、やさしく話す

■ごみをうまく出すことができない西子さん



気づきポイント

- ◆曜日感覚が鈍くなってしまう
- ◆ごみのルールを理解することが難しくなる

やさしさ・まごころのある対応



見守り・支えるポイント

- ◆相手の気持ちに寄り添い、やさしく話しかける
- ◆曜日やごみについて一緒に確認をする

その後…

■西子さんのことを心配した近所の人たちは、地域包括支援センターに相談に行きました

西子さんは認知症の可能性がります。受診などについて一緒に考えましょう。



認知症について学びませんか？

認知症について学び、正しい知識を持って認知症の人やご家族を支えるために「認知症サポーター養成講座」というものがあります。詳しくは地域包括支援センターにご相談ください。

■また、西子さんの今後の生活について、どのようなサポートがあるのかについても確認しました

西区には、さまざまな認知症の人やその家族の支えあいの場がありますよ。



認知症カフェ

認知症の人、ご家族、近所の人など、どなたでも気軽に参加でき、集う場です。

ケア友の会

認知症の人を介護する男性が介護や家事を行う上で役立つ知識を得たり、参加者同士の交流の場です。

もっと詳しく知りたい！

相談したい！

どこに相談すれば良いの？

……裏面をご覧ください。

近所の人たちは、自分の健康状態についても知っておくことが大切ではないかと話し合いました。

認知症チェックリスト

もの忘れは日頃の気づきが大切です。

- ☐ 同じことを何度も言うとか聞くと周りから言われることが多い
- ☐ いつも捜し物をしていることが多い
- ☐ 財布や通帳など大切なものがなくなる
- ☐ 約束を忘れたり、待ち合わせの場所に行き着けなくなった
- ☐ 片付けや料理、運転などが以前のようにうまくできなくなった
- ☐ テレビのドラマは筋を追うのが面倒くさい
- ☐ 身だしなみを整えることが億劫になり、構わなくなった
- ☐ 趣味や好きなことに興味がなくなった
- ☐ 何をするのも億劫になった

出典：認知症介護研究・研修東京センター ひもときカレンダー

このような状態が続く場合は
認知症の可能性もありますので、
相談しましょう。