

# 認知症を正しく知りましょう



申問介護予防センター ☎38-0726

認知症は、65歳以上の5人に1人が発症するといわれており、記憶や思考などの認知機能が低下し、日常生活に支障をきたす病気です。気づきや早めの対応が重要となることから、介護予防センターでは認知症に関する予防と支援について、さまざまな取り組みを行っています。

## もの忘れチェック

質問票で年相応のもの忘れかをチェックし、生活上の注意点などについてアドバイスします。

対象:65歳以上の人で、要介護・要支援の認定を受けていない人、総合事業を利用していない人



## 本人のつどい

軽度の認知機能低下がある人同士で、情報交換や交流を行います。

対象:65歳以上の人で、要介護・要支援の認定を受けていない人、総合事業を利用していない人



## 認知症サポーター養成講座

認知症の基本的な知識を正しく理解し、認知症の人やその家族を見守り、支援するサポーターを養成します。

対象:認知症に関心のある人



## 認知症カフェ「はちのへ」

認知症の人やその家族、専門職や地域の人など、「認知症」をキーワードに集まり、交流をしながら理解を深めます。

対象:認知症の人やその家族、関心のある人



## 認知症の人を抱える家族のつどい

認知症の人を支える家族同士が、介護の知恵を共有したり、思いを語り合う場です。

対象:認知症の人を介護している家族、関心のある人

主催:(公社)認知症の人と家族の会青森県支部 ☎35-0930



毎月の介護予防センターでの講座などの日程は、広報はちのへ内「健康ガイド」をご覧ください。

## はちのへ認知症フォーラム

10/23(日)9:30~15:30

はっち1階はっちひろば

無料

認知症に関連したさまざまな情報を展示・紹介します。

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを一緒に考えてみませんか？

### スペシャルトーク

認知症のご本人とそのパートナー(一緒に活動する人)を招き、会場の皆さんからの質問を交えながら日頃の体験についてお話いただきます。

【テーマ】認知症になっても大丈夫～そんな八戸をつくっていきましょうよ～

【時間】〈午前の部〉10:00～11:00 〈午後の部〉14:00～15:00

【定員】各回50人(先着順)

【講師】藤田 和子 (一社)日本認知症本人ワーキンググループ 代表理事  
厚生労働省任命「希望大使」

金谷 佳寿子 パートナー・鳥取市中央包括支援センター 認知症地域支援推進員



藤田 和子

金谷 佳寿子

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、マスクの着用、会場受付での検温、手指のアルコール消毒にご協力をお願いします。

☎(公社)認知症の人と家族の会青森県支部 ☎35-0930