

気づこう！誰かに相談しよう！認知症

まずは、チェック☑してみましょう。

- ☐ 「同じことを何度も話す・聞く」と、周りから言われることが多い
- ☐ いつも探し物をしている
- ☐ 財布や通帳など大切なものがなくなる
- ☐ 約束を忘れたり、待ち合わせ場所に行きつけなくなった
- ☐ 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
- ☐ テレビドラマの筋を追うのが面倒になった
- ☐ 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関心がなくなった

参考：認知症介護研究・研修東京センター



上のチェック項目に一つでも当てはまったら認知機能の低下が疑われます。
軽度認知障害(MCI)の段階では病気ではありませんが、その状態を放置すると
認知機能の低下が続き、5年間で約50%の人が認知症へ進行すると言われています。
早い段階で気づき、相談すること・生活習慣を見直すことがとても大切です。



介護者のつどい2024



【日 程】

令和6年11月14日(木) 13:30~15:00

【会場】

ケアセンター栄町 4F コンベンションホール
(東区北 47 条東 17 丁目 1-1)

【参加費】 無料

【内 容】

ミニ講話「認知症の人との関わり方」、情報交換

【対 象】

高齢者の介護をしている方、介護経験のある方

【定 員】 15 名

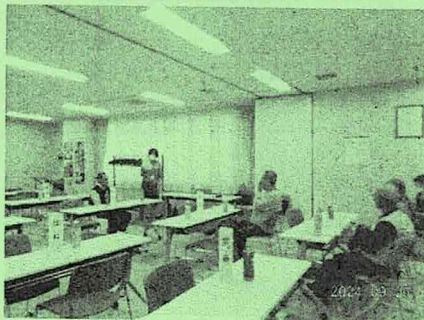


裏面もご覧ください

『栄西地区民生委員情報交換会』

開催しました！

会の一場面



当日は、前段で包括支援センター職員より2事例紹介し、その後は担当ケアマネジャーと担当民生委員とで活発な意見交換をさせて頂きました。

9月25日(水)に今年度も『栄西地区民生委員情報交換会』を開催させて頂きました。栄西地区民生委員児童委員協議会のご協力を頂き、今回で8回目となりました。

こういった会を活用し、顔の見える相談しやすい関係を作ることが出来ればと思います。

今後も民生委員さんと協力しながら高齢者の方が住み慣れた地域で生活していく事が出来るように頑張っていきます！



- 地域包括支援センターは、介護保険法により創設され、札幌市の委託を受け運営を行っている高齢者の方の相談センターです。
- 介護保険のことで分からないことがあれば、地域包括支援センターでも相談が可能です。必要があれば、各種サービスや制度を提案し、利用に向けて調整を行います。
- 電話、来所、ご自宅への訪問によりご相談に応じます。相談料は無料です。どうぞお気軽にご相談ください。

認知症

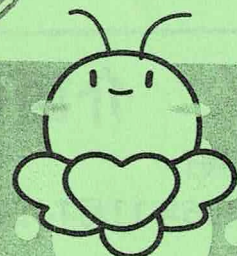
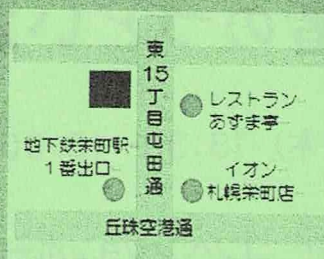
高齢者虐待・
消費者被害

介護予防

家族の
介護

札幌市東区第3 地域包括支援センター

TEL 011 - 722 - 4165



〒007-0845 札幌市東区北45条東15丁目3-15 サンシャインビル1・2F

FAX 011-731-1665 営業時間 8:45~17:15(平日)

担当地区 栄西・栄東・丘珠