

令和6年(2024年)

9/1

No.1584

区のおしらせ

ちゅうおう

認知症の人にやさしいまち中央区を目指して

～9月21日は認知症の日
世界アルツハイマーデー～

2024年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」では、9月21日を「認知症の日」、毎年9月を「認知症月間」と定め、認知症への正しい理解が進むようさまざまな啓発活動を行っています。これは、1994年、国際アルツハイマー病協会(ADI)が世界保健機関(WHO)と共同で9月21日を「世界アルツハイマーデー」、毎年9月を「世界アルツハイマー月間」と定めたことが由来となっています。
◎アルツハイマー型認知症とは、認知症の中で最も多く、物忘れを主な症状とし、ゆっくりと進行する病気です。

認知症に早く気づくことが大事！

認知症は誰もがなる可能性があり、あなたや家族にも起こり得る身近な病気です。全国の認知症の人の数は、2040年には約584万人になると推定されています。認知症は治らないから、医療機関に行っても仕方ないと考えていませんか。認知症も他の病気と同じように、早期診断と早期対応が非常に大切です。認知症を引き起こす病気には、早めに治療すれば改善が可能なものもあり、早めに受診し、原因となっている病気を突き止めることが大切です。また、アルツハイマー型認知症は早い段階からの治療や、適切なケアにより、進行を遅らせることが可能とされています。

認知症サポート電話(相談専用)

認知症ではないかと悩んでいるご本人や、認知症の方を介護しているご家族のさまざまな悩みについて相談をお受けしています。
☎(3546)5286(介護保険課内)

おとしより相談センター

おとしより相談センターには認知症に関する支援の知識や経験を持つ認知症地域支援推進員が配置されています。お気軽にご相談ください。



問 京橋おとしより相談センター
☎(3545)1107
人形町おとしより相談センター
☎(5847)5580
勝どきおとしより相談センター
☎(6228)2205

日本橋おとしより相談センター
☎(3665)3547
月島おとしより相談センター
☎(3531)1005
晴海おとしより相談センター
☎(5547)4871
介護保険課地域支援係
☎(3546)5379

リーフレットなどの配布

- 認知症ケアパス「備えて安心！認知症」
 - リーフレット「認知症かな？と思ったら…」
 - リーフレット「知って安心認知症」
- ◎区役所4階介護保険課や各おとしより相談センターなどで配布している他、区HPでダウンロードできます。

10の質問で簡単に認知症チェック

普段の生活で「もの忘れ」や「不安感」「怒りっぽくなった」などの症状が少しでも気になり始めたら、「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」(別図)をやってみましょう。

別図

チェック項目	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
2 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
3 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1点	2点	3点	4点
4 今日が何月何日かわからないときがありますか	1点	2点	3点	4点
5 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック項目	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
6 貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは1人でできますか	1点	2点	3点	4点
7 1人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
8 バスや電車、自家用車などを使って1人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
9 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
10 電話番号を調べて、電話を掛けることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、①から⑩の合計を計算

合計点 点

20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。おとしより相談センターやお近くの医療機関に相談してみましょう。

- ◎このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。
- ◎身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。



広報紙の個別配送の申し込みはお済みですか？

広報紙「区のおしらせ ちゅうおう」は、10月1日号から配布方法を変更し、新聞折り込みと希望者への個別配送による配布を行います。

対象

- 区内在住者(1世帯に1部)
- ◎事業者は対象外
- ◎新聞を購読している方は申し込み不要です。

個別配送の申し込み方法

- 配送を希望する方は次のいずれかの方法でお申し込みください。
- ・電子申請(LoGoフォーム)
 - ・問へ電話またはファクス
 - ・申込書(区HPでダウンロード可)を問へ郵送または持参

- ◎区の委託業者が配送するため、配送先の住所と氏名を提供します。あらかじめご了承ください。
- ◎区議会だより(年5回)も配送します。
- ◎10月1日号からの配送を希望する場合は、9月13日までにお申し込みください。



▲区HP

問 広報課広報係

☎(3546)5218
FAX(3546)2095

凡例

問 問い合わせ(申込先)

HP ホームページ

Eメール アドレス

防災特集を2・3面に掲載しています



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

「区のおしらせ ちゅうおう」は毎月1日、11日、21日の月3回発行。次回9月11日号は新聞折り込みです。

(1)