

姫路市飾磨地域包括支援センター（担当校区：飾磨・高浜・妻鹿）

ほうかつだより（令和3年度 第3号）

電話（079）231-4302



～誰もが安心して暮らせるまちへ～

認知症は誰もがなりうる病気です。皆様の地域には、認知症の人や家族が住んでおられます。地域の皆様が認知症について正しく理解し、温かい目で見守って下されば、認知症の人や家族だけでなく、誰もが安心して暮らせるまちになります。

認知症サポーター（応援者）にいませんか？



認知症サポーターとは、認知症の人の「応援者（サポーター）」です。特別なことをする人ではなく、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る人のことです。サポーターが増えると、安心して暮らせる地域になります。養成講座は、少人数で開催することができますので、地域包括支援センターにご相談下さい。

積極的に社会参加をしましょう

認知症予防には、「運動」「休養」「栄養」「社会参加」などが大切です。しかし、新型コロナの影響で、「社会参加」の機会が減少し、認知症の発症や進行が心配されています。皆さんの、身近なところ（地域）でも様々な地域活動が行われています。地域活動に参加することは、「運動」と「社会参加」になり一石二鳥の効果があります。

例)いきいき百歳体操、認知症サロン、グランドゴルフ、ふれあいサロンなど
感染症対策に気をつけながら、地域活動に参加しましょう。

認知症サロンについて

認知症の人であるか否かに関わらず、地域の人誰でも気軽に参加できます。茶話会や脳トレなどを実施するなど、参加者同士の交流を図り、介護予防・認知症予防にも繋がります。医療や介護の専門家も参加し、情報提供や相談対応も行っています。

地域で自分らしく生きる！



認知症とわかって、

治療や生活の工夫で認知機能を向上させたり、進行を遅らせたり、周囲のサポートで“自分らしく生きる”ことが可能になってきています。

～こんな時、飾磨地域包括支援センターにご相談ください～

- 「認知症かな？」と気になった時 「チェックシートをしてみたい」
- 「認知症と診断されたけど、これからの生活が不安」 「介護が大変」
- 「認知症予防の方法を知りたい」 「認知症サロンに参加したい」



住み慣れた地域で安心して暮らせるために

日常生活自立支援事業と成年後見制度

日常生活自立支援事業とは、高齢者や知的障害・精神障害がある方などで、判断能力に不安のある方を対象として、在宅での生活を支援するために、福祉サービスの利用手続きや利用料の支払、金銭管理について援助を行い、自立した生活が送れるように支援するサービスです。

介護保険などのサービスを利用する際の契約や不動産の処分、遺産分割をする際に、本人が十分に意思表示できないがために不利益を被っている例も少なくありません。

地域には認知症高齢者など判断能力が十分でない人の権利や財産を守り、悪徳商法などの被害にあわないようにするための公的なしくみとして、「成年後見制度」や「日常生活自立支援事業」があります。尊厳ある暮らしを守るために、利用を検討してみましょう。

気になれば、飾磨地域包括支援センターまでお問い合わせください。



特殊詐欺に注意しましょう



もしかすると、今日、あなたの自宅にもそのような電話やメールが来るかも知れません。騙されないためには、相手の手口を知り、慌てず、落ち着いて、対処することです。電話がかかってきたり、メールが来れば、1人で悩まず、まず相談しましょう。



介護保険料のこと、還付金のことなどで、ATMに誘導するケースがあります。また、水道トラブル対応で高額請求するケースも増えています。みんなで気を付けましょう。

おかしい電話や訪問があれば、警察相談専用電話(＃9110)または消費者生活センター(221-2110)、地域包括支援センターへ電話してください。

姫路市飾磨地域包括支援センター

(姫路市から社会福祉法人姫路市社会福祉協議会が受託し運営しています)

〒672-8064

姫路市飾磨区細江2655番地 (南保健センター内)

TEL (079) 231-4302

FAX (079) 235-0401

まずはお電話でご相談ください

平日(月曜日～金曜日) 午前8時35分～午後5時20分

