

## ★ 窓 口 一 覧 ★



## 君津市認知症ガイドブック



～認知症になっても、自分らしく～

名称 所在地	担当地区 (お住まいの地区)	相談先 / 電話番号	
		業務時間中	業務時間以外 (電話対応のみ)
君津市 地域包括支援室  君津市久保2-13-1 君津市役所1階 10番窓口	坂田、東坂田、西坂田、君津台、 大和田、人見、中野、久保、 北久保、南久保、陽光台、 高坂、台、中富(870～1054番地)	TEL 56-1732	TEL 32-1717 君津市中部 地域包括支援センター
君津市中部 地域包括支援センター  君津市八幡64 介護老人保健施設 メディケアー君津 敷地内	三直、内箕輪、内叢輪、八重原、 法木作、外箕輪、李師、北子安、 南子安、宮下、小山野、常代、浜子、 六手、皿引、尾車、草牛、馬登、 大山野、作木、山高原、貞元、八幡、 新御堂、杉谷、郡、小香、上湯江、 下湯江、中富(870～1054番地を除く) 小糸地区	TEL 32-1717	
君津市東部 地域包括支援センター  君津市広岡375 特別養護老人ホーム 上総園敷地内	清和地区、小櫃地区 上総地区	TEL 27-0710	
② 君津市高齢者支援課	56-1731	③ 君津市健康づくり課	57-2230
④ 高齢者サロン (君津市社会福祉協議会)	57-2250	⑤ 民生委員・児童委員 (君津市社会福祉協議会)	57-2250
⑥ あんしん事業 (君津市社会福祉協議会)	57-2252	⑦ きみつ後見支援センター (君津市社会福祉協議会)	55-0454
⑧ すなみほっとサロン (月1回)	52-4915 (周南公民館)	⑨ すさい認知症 サポーターの会 (不定期)	57-6080 (周西公民館)
⑩ メイト サロン (毎週土 9時～11時30分)	55-7161		
⑪ 認知症の医療的な相談	かかりつけ医にご相談ください		
⑫ 認知症疾患医療センター	袖ヶ浦さつき台病院		0438-62-1113
⑬ 認知症コールセンター	ちば認知症相談コールセンター (月・火・木・土 10時～16時)		043-238-7731

① 地域包括支援センター

## ! 認知症は早期発見が大切です

認知症は進行性の疾患です。現在認知症を完治させる薬や治療法はありません。しかし、早期に発見し、適切な治療を行うことで病気の進行を遅らせる事が可能です。



発症の原因によっては早期に発見し、治療を始めれば、回復が期待できる場合もあります。また、早期の対応でその後の症状の緩和や進行を遅らせる事が期待できます。認知症を疑うような行動や体調の変化に気づいたら「気のせいかな」「歳だから仕方がない」と自分で判断せず、専門の医療機関や地域の相談窓口を訪ねてください。

## ! 認知症のサインに気づきましょう!

## 本人が気づくこと

- 最近いつも探し物をしている気がする。
- 気分が落ち込んで不安な気持ちがある。
- 車の駐車が下手になった。
- 仕事や家事でうっかりミスが増えたなど

## 家族が気づくこと

- 同じことを何度も聞かれる。
- 短気になった、身だしなみが悪くなった、外出しなくなったなど、以前と違う様子がある。
- きれい好きだったのに、家の中が散らかっている。
- 飲んでいない薬がたくさんあるなど

## 🌸 あなたも認知症サポーターになりませんか?

認知症に対する正しい知識と理解を持ち地域で認知症の人やその家族に対して、“できる範囲”で手助けする「認知症サポーター」は養成講座を受ければ誰でもなることができます! 講座では、

「認知症とはどのような病気なのか」  
「どのように対応したらよいのか」を学びます。  
君津市にお住まいの方であればどなたでも受講できます。  
あなたの優しさ、お待ちしております。



&lt;監修&gt;

君津市在宅医療・介護連携推進協議会

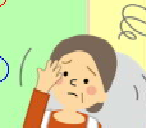
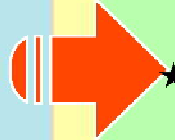
### 誰の手も借りずに過ごせる時期

- ★認知症についての理解を深めて、支える側になりましょう。
  - ◎認知症サポーター養成講座①
  - ◎認知症カフェ⑧⑨⑩
- ★健康づくりを進めましょう
  - ◎健康体操教室・うんどう遊園③
  - ◎介護予防教室③
- ★社会とのつながりを持ち続けましょう。
  - ◎公民館活動
  - ◎高齢者サロン④



### 物忘れの心配が出てくる時期

- ★認知症についての理解を深めましょう。
  - ◎認知症カフェ⑧⑨⑩
- ★相談窓口の一つとして知っておきましょう。
  - ◎民生委員・児童委員⑤
- ★気になる症状を相談しましょう。
  - ◎かかりつけ医へ相談⑪
  - ◎認知症疾患医療センターへ相談⑫
  - ◎地域包括支援センターへ相談①  
(認知症初期集中支援チーム)
  - ◎福祉サービス利用援助の検討⑦



### 日常的に介護が必要な時期

- ★安全に過ごすための対策を検討しましょう。
  - ◎SOSネットワークの利用①
  - ◎福祉サービスの利用②
  - ◎安否確認の方法を検討②
  - ◎成年後見制度の検討①
- ★介護者の負担を軽減しましょう。
  - ◎家族会へ参加①
  - ◎介護サービスの利用②
  - ◎地域包括支援センターへ相談①

