

# もの忘れ相談を開催します。

回覧



～認知症専門医師に気軽に相談してみませんか～

最近、普段の生活の中で「もの忘れやうっかりミスが多くなった」「新しいことを覚えにくい」「車の運転に自信がない」など気になったり不安になることはありませんか。  
認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。「あれ？おかしいな」と思ったらお気軽にご相談ください。

## 【令和2年度相談日（毎月第1・第3木曜日）】

| 4月                | 5月                | 6月                | 7月                | 8月                | 9月                |
|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 2日（第1）<br>16日（第3） | 7日（第1）<br>21日（第3） | 4日（第1）<br>18日（第3） | 2日（第1）<br>16日（第3） | 6日（第1）<br>20日（第3） | 3日（第1）<br>17日（第3） |
| 10月               | 11月               | 12月               | 令和3年1月            | 2月                | 3月                |
| 1日（第1）<br>15日（第3） | 5日（第1）<br>19日（第3） | 3日（第1）<br>17日（第3） | 7日（第1）<br>21日（第3） | 4日（第1）<br>18日（第3） | 4日（第1）<br>18日（第3） |

- 対象者： 認知症の人（不安がある人、認知症のおそれがある人）、そのご家族  
ただし、三田市在住の方に限ります。
- 時間： ①14：00～ ②14：40～ ③15：20～
- 相談員： 認知症専門医師（認知症疾患医療センター指定兵庫中央病院医師）  
認知症地域支援推進員（三田市地域包括支援センター職員等）
- 会場： 三田市総合福祉保健センター（相談は個室で行います）
- 相談料： 無料
- 予約方法： まずはお電話で、下記までご予約ください

TEL：079-559-5941 FAX：079-559-5707

### 【お問い合わせ・お申込み先】

社会福祉法人三田市社会福祉協議会

三田市地域包括支援センター（平日9：00～17：30）

三田市川除675（三田市総合福祉保健センター2階）

TEL：079-559-5941 FAX：079-559-5707

## 認知症とは...

認知症は「もの忘れ」を主体とする誰にでも起こりうる脳の病気で、年齢相応のもの忘れとは別のものです。

| 「認知症のもの忘れ」                | 「加齢によるもの忘れ」               |
|---------------------------|---------------------------|
| 体験全体を忘れる（例：食事したことと自体を忘れる） | 体験の一部を忘れる（例：食事の内容を忘れる）    |
| ヒントがあっても思い出せない            | ヒントがあれば思い出せる              |
| 人や時間、場所がわかりにくい（例：人の顔を忘れる） | 人や時間、場所などはわかる（例：人の名前を忘れる） |
| 日常生活に支障がある                | 日常生活に支障がない                |

## こんなことはありませんか？

以前に比べて以下のような症状が気になり始めたら、かかりつけ医や専門の医療機関、下記の相談窓口にご相談しましょう。

- 同じことを何度も言う、聞く
- 同じものを買う
- 電話を切ったばかりなのに相手を忘れる
- 計算ミスが多くなる。買い物ではお札ばかりを使う
- 常に探し物をすることが多くなる
- 料理の手順がわからない。得意なことができない
- 季節や日時がわからない。約束を間違える
- 歩きなれた道で迷う
- 些細なことで怒りっぽくなった。頑固になった
- 閉じこもりがちになる
- 毎日の日課をしなくなった。趣味に興味を示さない
- 身だしなみにかまわなくなった
- 一人になると怖がったり寂しがったりする
- じっとしておれなくなり用もないのに動きまわる

## 高齢者の総合窓口

お住まいの地域の身近な場所で、高齢者の在宅介護の相談や保健福祉サービスの利用手続きを行う総合的な窓口です。お気軽にご相談ください。

|                          |                     |
|--------------------------|---------------------|
| ☆三田市地域包括支援センター（三田・三輪南）   | TEL 5 5 9 - 5 9 4 1 |
| ☆フラワー地域包括支援センター          | TEL 5 5 3 - 3 6 0 0 |
| ☆ウッディ地域包括支援センター（カルチャー含む） | TEL 5 5 3 - 1 0 7 7 |
| ☆藍高齢者支援センター              | TEL 5 6 8 - 3 9 0 0 |
| ☆三輪北・小野・高平高齢者支援センター      | TEL 5 6 0 - 3 0 8 0 |
| ☆広野・本庄高齢者支援センター          | TEL 5 6 7 - 6 6 6 6 |