認知症 おれんじ通信

地域支援推進員リレー通信

２０２５年７月 Vol.１４

認知症の豆知識　「 認知症？」 早期受診という選択肢

ある時から『 物忘れが増えた 』、『 意欲が低下している 』、『 つじつまの合わない会話をしている 』 といった症状が始まることがあります。

当事者は、「 そのうち受診しよう 」「 まだ大丈夫 」と悩み、家族も「 どうやって声をかけよう 」「 なんて説明しよう 」 と悩みます。悩んでいるうちに、時が経ち、症状が進んでから受診することがあります。

実はすべてが認知症とは限りません。 早期に受診して、病名を明らかにすることが大切です。

認知症ではない脳の病気（脳腫瘍（のうしゅよう）、慢性硬膜下血腫（まんせいこうまくかけっしゅ）、正常圧水頭症（せいじょうあつすいとうしょう）など）や脱水、うつ病、ホルモン異常、不適切な薬の使用などが原因で、日常生活に支障が出ることがあります。この場合、早い段階で適切な診断と治療を受けることで、回復することが多いです。

認知症の場合は、早期に診断を受け、治療を始めることで、進行を遅らせることができる場合もあります。 また、その後の生活に備えることもできます。

大切なのは、その先の暮らしです。 いつまでも自分らしい生活をするためにも、早期に受診をするという選択肢をおすすめします。

推進員コラム

今年の夏は東部地区の学童クラブで認知症のミニ講座を行います。

当日は認知症に関する絵本の読み聞かせや、折り紙でオレンジリングを作ります。

オレンジ色は「 認知症を理解しよう！」という気持ちを表す色！

子どもたちが、楽しみながら認知症のことを学んでもらえたらいいなと思っています。

手作りのオレンジリング

発行：多摩市 健康福祉部 高齢支援課　☎ ３３８－６８４６　　文責：東部地域包括支援センター

トピックス

「 地域交流～屋上菜園～の開催 」

馬引沢にある有料老人ホーム ベネッセスタイルケアまどか永山＆東部地域包括支援センター共催で、地域にお住まいの方との交流会“まどか屋上菜園”を開催しました。 オレンジパートナーさん(※)をお招きし、入居者の方と一緒に、シソやミニトマトなどを植えました。

お野菜はぐんぐん成長中です！

ご興味のある方は東部地域包括支援センターまで、ご連絡ください。

※オレンジパートナーは、認知症サポーターステップアップ講座を受講した方で、認知症の人やその家族と共に活動する方（登録制）

TAMA 認知症介護者「いこいの会」

病ゆえに、当事者と歩む道は24時間365日続きます。
迷い道に入り込んで、どうにもならない気持ちになってしまうこともあります。
悩みを話しても、黙って耳を傾けて聞いているだけでも…。 時には、思い出話や季節の話題などで盛り上がることもありますよ。

▸毎月第1火曜日13:30～
聖蹟桜ヶ丘ヴィータコミューネ7階
ワークショップルーム

▸毎月第3金曜日13:30～
ベルブ永山5階消費生活センター
科学室 ほか

【連絡先】080－3526－9979

まちのもの忘れ相談室「みらいの会」（当事者会）

外に出るきっかけになる場所です。
自由に話せる場所です。
認知症と診断されて、この先どうなっていくのだろう…と、不安が先行している方、ひとりで悩まずに、気軽にお立ち寄りください。
仲間と一緒に楽しいことを探しましょう！

▸毎月第3日曜日13:30～
聖蹟桜ヶ丘ヴィータコミューネ
7階 活動交流室

【連絡先】080－3526－9979

あなたのまちの高齢者の相談窓口

「認知症地域支援推進員」もいます！

お住まいの地域	地域包括支援センター	電話番号／住所
東寺方（3丁目を除く）・落川・百草・和田（3丁目を除く）・桜ヶ丘・関戸6丁目・貝取（地番）	西部	☎ 042-389-8850 和田１５３２
連光寺・聖ヶ丘・馬引沢・諏訪	東部	☎ 042-373-7850 諏訪5－1 諏訪複合教育施設内
落合・鶴牧・南野2～3丁目・唐木田・中沢・山王下	多摩センター	☎ 042-376-2941 山王下１－１８－２
永山2～7丁目・貝取2～5丁目 豊ヶ丘2～6丁目・南野1丁目	中部	☎ 042-375-0017 永山４－２－５－１０５
関戸1～5丁目・一ノ宮	北部	☎ 042-357-3711 関戸４－１９－５ 多摩市立健康センター３階
愛宕・東寺方3丁目・和田3丁目・乞田・永山1丁目・貝取1丁目・豊ヶ丘1丁目	北部 愛宕支所	☎ 042-319-6411 愛宕１－１－２－１０６ 愛宕第一住宅