

# 地域の相談窓口をご存じですか？

## 高齢者生活支援センター

高齢者が住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けることができるために、介護・健康・福祉等の生活に関する身近な総合相談窓口として、市内4カ所に「高齢者生活支援センター」を設置しています。下記の担当地区のセンターにご相談ください。

たとえば、こんな相談も・・・

- 介護保険の相談はどこにすればいいの？
- 近くに高齢者の体操教室や趣味の教室はないの？
- 近所のおばあちゃん、最近物忘れがあるかも。
- ひとり暮らしだから、もしものときに心配。

### 【高齢者生活支援センターの連絡先と担当地区】

#### 山手中学校区

**西山手**  
高齢者生活支援センター  
(アクティブライフ山芦屋内)  
山芦屋町9-18/☎25-7681

**東山手**  
高齢者生活支援センター  
(和風園内)  
朝日ヶ丘町39-20/☎32-7552

《担当地区》  
奥山・奥池町・奥池南町・山手町・山芦屋町  
東芦屋町・西山町・三条町・月若町・西芦屋町  
大原町・船戸町・松ノ内町・業平町・上宮川町  
三条南町・前田町・清水町

《担当地区》  
六麓荘町・岩園町・楠町・翠ヶ丘町  
親王塚町・朝日ヶ丘町・東山町

#### 精道中学校区

**精道**  
高齢者生活支援センター  
(保健福祉センター内)  
呉川町14-9/☎34-6711

《担当地区》  
茶屋之町・大樹町・打出小槌町・公光町・川西町  
宮塚町・若宮町・津知町・竹園町・宮川町・浜町  
精道町・浜芦屋町・西蔵町・呉川町・平田北町  
伊勢町・春日町・打出町・松浜町・平田町・南宮町  
大東町

#### 潮見中学校区

**潮見**  
高齢者生活支援センター  
(あしや喜楽苑内)  
潮見町31-1/☎34-4165

《担当地区》  
若葉町・高浜町・緑町・新浜町・潮見町・浜風町  
陽光町・海洋町・南浜町・涼風町

## 権利擁護支援センター

高齢者・障がいのあるかたご本人だけでなく、そのご家族・支援者のかたからのご相談にも応じます。

誰もが住み慣れた地域で「自分らしく」暮らし続けることができるように、権利擁護支援センターでは、虐待、消費者被害、財産・金銭管理、遺言・相続、成年後見制度の利用等のお受けします。

- 悪徳業者にだまされた・・・
- 財産管理・金銭管理が不安！
- 成年後見制度って何？
- もしかしたら、虐待かも・・・
- 遺言・相続のことで相談したい

※毎週火曜日・午後1時30分～は、法律職(弁護士・司法書士)と社会福祉士が協働で相談に応じる専門相談も開催しています。

問い合わせ 権利擁護支援センター ☎31-0682(保健福祉センター内)

## 振り込め詐欺にご注意ください

問い合わせ 消費生活センター ☎38-2034



個人情報の問い合わせにご注意ください。  
市役所職員が電話で銀行口座の番号や暗証番号を聞き出したり、訪問して通帳・キャッシュカードを預かることはありません。  
怪しいと思ったら、お近くの警察や消費生活センターへ連絡してください。

## 大切な命を守るために

本市でも一人暮らしの高齢者のかたが、年々増加し、残念ながら、誰にも発見されず、亡くなったかたもいらっしゃいます。  
皆さんの周りで、最近見かけないとかたや、様子がわからないとかたはいませんか？家の中から異臭がするなど、不審に感じられた場合には、下記までお知らせください。ご協力をお願いします。大切な命を守るためにも、自宅に閉じこもらず、老人クラブ等の地域活動に参加し、生きがいをみつけ、「地域の仲間」を増やしましょう。



問い合わせ 高齢福祉課 ☎38-2044/地域福祉課 ☎38-2040/芦屋警察署 ☎23-0110

# 『高齢者がいつまでも、いきいきと安心して暮らせるまち』をめざして

問い合わせ 高齢福祉課 ☎38-2044/介護保険課 ☎38-2024



認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。本市でも認知症と向き合いながら暮らしている高齢者が年々増えています。  
本市では、認知症のかたや家族を支援する取り組みを実施しています。  
認知症は「孤独の病気」とも言われます。地域のかたがたの優しい声掛け、温かい見守りがあれば、住み慣れた芦屋でその人らしく生きていくことができます。

### 認知症の診断・治療

#### 【代表的な認知症疾患】

認知症の疾患には、さまざまなものがありますが、代表的なものは次の4つです。

#### ■アルツハイマー型認知症

最も多いパターン。記憶障害(もの忘れ)から始まる場合が多く、ほかの主な症状としては、段取りが立てられない、気候に合った服が選べない、薬の管理ができないなど。

#### ■脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血、脳動脈硬化などによって、一部の神経細胞に栄養や酸素がいきわたらなくなり、神経細胞や神経のネットワークが壊れてしまうために起こる。

#### ■レビー小体型認知症

幻視や筋肉のこわばり(パーキンソン症候群)などを伴う。

#### ■前頭側頭型認知症

会話中に突然立ち去る、万引きをする、同じ行為を繰り返すなど性格変化と社交性の欠如が現れやすい。

#### 【早期受診・早期治療】

認知症は、早期に診断と治療を受けることで病状が安定し、地域で穏やかな生活を送ることができます。

ご自身や身近な人が認知症かな？と疑った時には、日頃から診察を受けているかかりつけ医(かかりつけの医療機関)など、身近な医療機関にご相談ください。

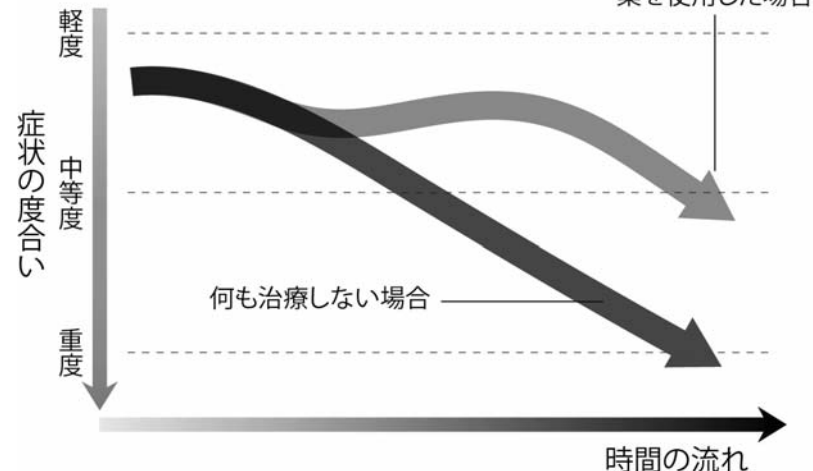
詳しい検査や診断のために、認知症疾患医療センターなどの専門医療機関を紹介する場合があります。

#### 【認知症は早期に受診すること】

①症状が軽いうちから今後の生活の準備をすることが出来ます。  
症状が軽いうちに、ご本人・家族やまわりの人も認知症のことを知り、病状と向き合い話し合うことで、今後の生活の備えをする事が出来ます。  
②治療により改善する場合があります。  
早期発見・早期治療により改善が可能な場合があります。原因となっている病気を突き止めることが大切です。  
③進行を遅らせることが可能な場合もあります。



【アルツハイマー型認知症の進行のグラフ】薬を使用した場合



認知症は早期発見と早期治療が非常に大切です。



## 認知症のかた・家族を支える地域の取り組み

### 認知症のかた・家族を支える取り組み

#### 【認知症の人をささえる家族の会】

認知症を正しく理解することによって介護の負担を軽減させることができます。参加者同士で気軽に話し合いながら情報交換をしています。

■活動日時 毎月第3月曜日午後1時30分～3時30分(祝日の場合は第2月曜日)

■場所 保健福祉センター2階

問い合わせ 社会福祉協議会 ☎32-7530

#### 【徘徊高齢者家族支援サービス事業】

認知症高齢者が徘徊した場合に備えて、位置情報提供システム機器を貸与するサービスです。専用ホームページにアクセスすることで、対象者の現在地を把握できる仕組みになっています。

利用希望のかたは、最寄りの高齢者生活支援センターもしくはケアマネジャーにご相談ください。

問い合わせ 高齢福祉課 ☎38-2044

#### 【認知症高齢者見守り支援事業】

在宅で介護認定を受けている認知症高齢者を介護している家族等が、冠婚葬祭等で見守りができない場合や休息が必要な場合に、ヘルパーの資格を持つ者が、家族に代わって話し相手や見守りを実施するサービスです。

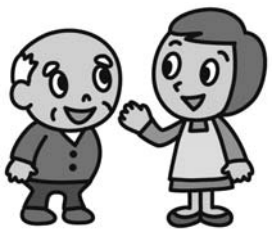
ただし、身体介護・家事援助に関すること等、実施できないサービスがあります。

問い合わせ 高齢福祉課 ☎38-2044

#### 【要援護高齢者外出支援サービス事業】

認知症等で通常の交通機関を利用することが困難な高齢者が、通院等で福祉タクシー等を利用する際の利用料金の一部を助成するサービスです。対象者のかたの条件が細かく定められていますので、利用希望のかたは、最寄りの高齢者生活支援センターもしくはケアマネジャーにご相談ください。

問い合わせ 高齢福祉課 ☎38-2044



#### 認知症があっても、安心して暮らせる地域づくり

#### 【認知症サポーター養成講座を開催しませんか？】

社会福祉協議会では、認知症について正しく理解し、地域で認知症のかたを支える認知症サポーター養成講座の開催をお手伝いします。

■内容 自治会・学校・商店街・職場・サークル・ボランティアなどの集まりに講師が向向き、認知症についての勉強会を無料で実施(アンケート・ビデオ上映(約15分)も交え約90分間です。

■申し込み 左記へ開催の会場と会場費は、申し込み者の負担

問い合わせ 社会福祉協議会 ☎32-7530

#### 【地域見まもりネット】

高齢者が安心して暮らせるまちづくりを推進するため、協力事業者による地域見まもりネットワーク事業(愛称 地域見まもりネット)に取り組んでいます。

この事業は、さまざまな民間事業者と協

## 保健師コラム



### 「認知症予防について」

イギリスでは、生活習慣病予防に取り組んだ結果、年々増加すると思われていた認知症患者数が大幅に減少したことが報告されています。

脳の老化や病気を予防するためには、生活習慣を見直し血管を若々しく保つことで動脈硬化を防ぐなど、生活習慣病を予防することが大切です。若い世代からの取り組みが、あなたの脳を守ります。



### 「若い世代の認知症をご存じですか？」

若年性認知症とは、65歳未満で発症した認知症のことをいいます。全国の若年性認知症の数は約37,800人(平成21年3月発表)です。若年性認知症の場合、多くの人がもの忘れなど、今までの変化に気が付きませんが、「認知症かも？」と疑うことが少なく、受診が遅れる傾向にあります。また、働き盛りで、一家の生計を支えている人が多く、休職や退職により経済的に困窮する可能性があります。早期発見、早期治療により認知症の進行を遅らせる効果が期待できるほか、今後の生活を検討することができます。

ご家族や、職場の人など、少し様子が気になることがありましたら、近くの病院の受診を勧めてください。

#### ひょうご若年性認知症生活支援相談センター

若年性認知症は、高齢になって発症する認知症とは違う状況にあるために、専門の相談機関が設置されています。若年性認知症でお悩みのかた、お気軽にご相談ください。

問い合わせ

ひょうご若年性認知症生活支援相談センター  
☎078-242-0601

