

高齢者地域 見守りネットワーク通信

第18号

平成24年 8月 1日発行
発行:台東区 高齢福祉課
台東区東上野4-5-6
電話 03-5246-1222

認知症の方と家族を地域で支えましょう

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなつたために、さまざまな障害が起こり、生活する上で支障が出ている状態を指します。(単なるもの忘れとは異なります)。加齢や病気などが原因となり、だれもがかかる可能性があります。区では、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりのため、さまざまな取り組みを行っています。

認知症高齢者専門相談

おおむね65歳以上の方の認知症に関しての症状・治療、医療や日常生活など、専門の精神科医が相談に応じます。

相談日 毎月第2・第4金曜日の午後2時から午後4時(予約制)

場所 台東区役所2階 ⑤番窓口 高齢福祉課



認知症高齢者家族に対する介護・こころのケア相談

認知症高齢者の介護にあたる家族の日常生活の悩みや介護上の問題について、臨床心理士である専門相談員が相談に応じます。

相談日 每月第1・第3水曜日の午後2時から午後4時(予約制)

場所 台東区役所2階 ⑤番窓口 高齢福祉課

認知症高齢者への理解を深めるセミナー

3回に分けて、認知症の方への理解と家族や地域の関わり方についての講演を開催します。どなたでもご参加いただけます。(予約制)

日 時	9月4日(火) 午後2時~4時	9月12日(水) 午後2時~4時	9月27日(木) 午後2時~4時
場 所	台東保健所 3階 大会議室	台東保健所 3階 大会議室	台東区役所 10階 1002会議室
内 容	認知症のある人を理解し、地域で支えていく ※「認知症サポーター養成講座」を兼ねる	老いを生きること、認知症を生きること	認知症の理解とその心
講 師	日本社会事業大学 社会福祉学部福祉援助学科 下垣 光氏(准教授)	東京都健康長寿医療センター研究所 井藤 佳恵氏(精神科医)	東京都健康長寿医療センター研究所 杉山 美香氏(客員研究員)

問い合わせ・申し込み

台東区役所2階 ⑤番窓口 高齢福祉課 総合相談・地域支援 電話(5246)1222

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



認知症サポーター養成講座

参加者
募集!

認知症サポーターとは、認知症の方の応援者で、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の方や家族に対して地域で温かい目で見守る方のことです。講座では、認知症の原因や行動を理解し、どう対応したら良いのかを参加者と講師とで一緒に考えます。受講者には、認知症サポーターの証であるオレンジリングを差し上げます。

日 時	9月4日(火) 午後2時～4時	10月18日(木) 午後2時～3時30分	2月13日(水) 午後2時～3時30分
場 所	台東保健所 3階 大会議室 (東上野 4-22-8)	三ノ輪福祉センター 2階 会議室 (三ノ輪 1-27-11)	特別養護老人ホーム浅草ほうらい 1階 地域交流スペース (清川 2-14-7)
申 込	台東区役所 2階⑤番窓口 高齢福祉課 総合相談・地域支援 電話 (5246)1222		

サポーターになりたい方が10人以上集まれば、区内どこにでも、キャラバンメイト(認知症の基礎知識のある方)が出張し、講座を開催します(無料)。講座の開催を希望される方は高齢福祉課または、お近くの地域包括支援センターにお問い合わせください。

熱 中 症 に 気をつけましょう

高齢者の方は、熱中症にかかりやすい特徴があります

- 温度に関する感覚が鈍るため、室内で熱中症になりやすい
- のどの渴きに気づきにくい
- 体温調整機能が低下している
- 室内で熱中症になることがある



熱 中 症 の 予 防 法

こまめな水分補給

- のどが渴く前に、こまめに水分を取るようにしましょう。
- 水分を飲むとトイレが近くなるから…と言ってあまり水を飲まない方もいらっしゃいます。しかし水分の補給は必要不可欠です。積極的にしましょう。

冷房をうまく使う

- 風量や風向き、温度を調整して、快適に過ごしましょう。
- 使い方がわからない場合は、購入した会社や家族に早めに聞きましょう。
- 節電も大切ですが、暑さを我慢することはやめましょう。

室内に温度計を置く

- 室内の温度は、28度以下を目安にしましょう。
- 風通しを良くし、高温多湿を防止しましょう。



涼しい場所の利用

- 冷房のある老人福祉センター等の施設を利用しましょう。
- また、日外出されるときは、日陰で休むことも必要です。