

認知症カフェに参加しませんか



台東区では認知症の方やその家族、認知症に関心のある方など誰でも参加できる「認知症カフェ」を区内5か所で実施しています。

医療や介護の専門家、同じ立場の方と気軽にお茶を飲みながら、認知症についてお話しませんか？

名称(連携医療機関)	開催日・場所	問い合わせ先(地域包括支援センター)
オレンジカフェ (永寿総合病院)	・奇数月開催 ※要予約 ・永寿総合病院3階 多目的ホール	たいとう ☎03-5846-4510 まつがや ☎03-3845-6505
喫茶Y・O・U (台東病院)	・毎月第3土曜日開催 ・台東病院1階 ロビー	あさくさ ☎03-3873-8088 みのわ ☎03-3874-9861
カフェやなか (土田病院)	・偶数月開催 ・特養谷中、土田病院、谷中区民館など	やなか ☎03-3822-1556
あさがおカフェ (浅草病院)	・奇数月の第4土曜日開催 ・浅草病院 ほうらい地域包括支援センターなど	ほうらい ☎03-5824-5626
くらまえカフェ (東京トータルライフクリニック)	・毎月第3水曜日開催 ・くらまえ地域包括支援センター	くらまえ ☎03-3862-2175

※開催日・場所については変更する場合があります。各地域包括支援センターにお問い合わせの上、ご参加ください。

引き続き熱中症に注意しましょう！

こんな症状があったら熱中症を疑いましょう！

軽



めまい・立ちくらみ・汗が止まらない等

中



頭痛・吐き気・体がだるい等

重



けいれん・高い体温・まっすぐに歩けない、走れない等



自分では熱中症と気づかないこともあります。周りの方たちと声をかけあって予防したり、熱中症になっている方がいたら、医療機関(または救急車119番)へつなげてください。

室内での熱中症予防法

- のどが渇かなくても、こまめに水分・塩分を補給しましょう
- 風通しをよくし、すだれなどで室温を上げないように工夫しましょう
- エアコンや扇風機を上手に使い、室温調整を行いましょう

