

認知症の古いイメージにしばられず、新しいイメージを持とう。



認知症になってもその人らしさがなくなっているわけではありません

何もわからなくなる、何もできなくなるわけではありません。わかること、できることがたくさんあります。認知症になったとしても、すべての記憶がなくなってしまう訳ではなく、体調と同じで調子が良い時もあれば悪い時もあります。本人が苦手なことを周りの方々がサポートすることで、病気や生きづらさはあっても、自分らしく楽しく暮らすことができます。

身近な方が認知症になった時、色々と苦手なことや失敗することも増えて、まるで人が変わってしまったと感じられるときがあるかもしれません。しかし、その人がそこにいることには変わりはありません。“認知症”があっても、**病気から考えられる先入観で見のではなく"その人自身"を見つめてください。**本来のその人の暮らしを大切に、日常生活の中で共に支えあって生活していける社会をつくっていきましょう。

こんな症状がありませんか？

- ◎ 同じ事を何度も言ったり聞いたりする。
- ◎ しまい忘れや置き忘れが増え、いつも探し物をしている。
- ◎ 今までできていたことができなくなった。
- ◎ 些細なことでも怒りっぽくなった。
- ◎ 慣れた道や自宅近所で道に迷った。
- ◎ 服を着替えず、身だしなみを気にしなくなった。

認知症は、早期発見と治療が大切です！



★気になることがある時には、**かかりつけ医や地域包括支援センター**に相談しましょう。早期に見出し適切な医療につながることで、進行を遅らせることや、症状をやわらげることができます。また、介護サービスなどのサポートは本人やご家族の安心につながります。



栃木市認知症あんしんガイドをご活用ください！

認知症のことを知り、認知症に対する不安を軽減するために、認知症の進行や状態に合わせて受けられる栃木市の医療・介護等のサービスや地域資源などの情報をまとめたものです。地域包括支援センターの窓口のほか、栃木市ホームページからもご覧いただくことができます。(右のQRコード参照) 日頃の生活や、認知症の理解にお役立てください。



認知症サポーター養成講座を開催しています

市では様々な機会を通じて認知症サポーター養成講座を開催しています。「認知症サポーター」とは、この講座を受講した方です。認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者が地域で増えるよう普及活動をすすめています。



認知症サポーターカード

認知症に関する相談窓口

◎認知症初期集中支援チームがお手伝いします！

認知症初期集中支援チームとは、認知症サポート医、専門員（とちぎオレンジ相談員）、地域包括支援センター職員などで構成される、認知症の支援チームです。認知症についての困りごとや心配ごとなどの相談に対応しています。

■ 認知症初期集中支援チーム（栃木中央地域包括支援センター内） ☎ (21) 2171

◎地域包括支援センター

認知症の相談や介護サービスの利用について、お気軽にご相談ください。

地域包括支援センター	所在地	電話番号	地域包括支援センター	所在地	電話番号
栃木中央	市役所本庁舎 2 階	(21) 2245	大平	大平総合支所内	(43) 9226
吹上	吹上公民館内	(31) 1002	藤岡	藤岡総合支所内	(62) 0911
皆川	皆川公民館内	(22) 3991	都賀	都賀総合支所内	(28) 0772
寺尾	寺尾公民館内	(31) 1120	西方	西方総合支所内	(92) 0032
国府	国府公民館内	(27) 3855	岩舟	岩舟総合支所内	(55) 7782
大宮	大宮公民館内	(28) 2113			