

# もっと知ろう もっと語ろう 認知症

(2023年度 世界アルツハイマーデー標語)

～ 9月は世界アルツハイマー月間です～

■問合せ…お近くの地域包括支援センターまたは  
すこやかにくらし包括支援センター(☎025-526-5623)

認知症は誰でもなる可能性がある身近な病気です。自分や自分の家族が認知症になっても、仲間や地域の人とつながることにより、住み慣れた地域で「認知症とともに」生き生きと暮らすことができます。

認知症と診断を受けたときは、落ち込みましたが、仲間に出会ったことにより、自分にできることがたくさんあることに気付きました。



認知症の人



家族

できる範囲でゴミ出しや地域の集まりの前には、声をかけるようにしているよ。お互いさまだからね。



近所の人

母が認知症であることを隠していました。しかし、勇気を出して地域の人に伝えたことで、さりげなく配慮してもらえるようになり気持ちが楽になりました。



認知症の人とともに安心して暮らすためには、認知症の正しい理解が必要です。認知症の人への接し方や家族への支援方法などを一緒に学んでみませんか。

## 認知症に関する講座・もよおし

名称・内容	対象者	とき・ところ	申込期間	定員・費用	申し込み・問合せ
<b>認知症の人と家族の会「つどい」</b> 情報交換のほか、悩み事などをお聞きます。	認知症の人や介護をしている人	9月9日④午後1時30分～3時30分・市民プラザ	—	10人程度 費200円	認知症の人と家族の会新潟県支部上越地区の田中さん (☎090-1423-0675)
<b>もっと知ろう もっと語ろう ～認知症の人への接し方講座～</b> 認知症の症状に合わせた対応方法などを学びます。	認知症の人の家族や支援者	昼の部 9月13日④、10月11日④のいずれも 午後1時30分～3時・市民プラザ 夜の部 9月26日④、10月24日④のいずれも 午後6時～7時30分・市民プラザ	9月4日④～各開催日の前日まで	各10人 (申込順)	
<b>こころと体の元気教室</b> 「物忘れが増えた」、「何度も同じ話をする」など、専門医が個別相談を受けます。	認知症の症状が気になる人	9月25日④午後2時～4時・清里区総合事務所 10月30日④午後2時～4時・オーレンプラザ	9月4日④～各開催日の2週間前まで	各10人 (申込順)	すこやかにくらし包括支援センター (☎025-526-5623)
<b>認知症を知ろう ～認知症サポーター養成講座～</b> 認知症に関する正しい知識や対応の仕方について学びます。	どなたでも	9月28日④午後2時～3時30分・直江津学びの交流館 10月6日⑤午後6時30分～8時・市民プラザ	9月14日④～9月27日④の間 9月22日⑤～10月5日④の間	各20人 (申込順)	