

市では、「認知症になっても自分らしく暮らすために」という冊子を作成し、認知症の具体的な症状や対応のポイントなどを紹介しながら認知症についての理解を呼びかけています。

希望する人は☎へご連絡ください。



### 認知症カフェ・地域の相談員

認知症の予防には、コミュニケーションが大切です。

認知症カフェでは、地域の人が集まり、気軽に安心して集える場としてだけでなく、認知症や介護の相談も受け付けています。

また、湖南省では高齢者や認知症の人が安心して生活できるよう地域や企業、学校などで認知症サポーター養成講座を開催しています。

市内の認知症サポーターは平成30年3月末現在、3,963人です。

くつろぎサロン	デイサービス大空	☎71・4330
にこにこカフェ	デイサービスにこにこ	☎77・2022
つどいCafe	デイサービスいこい	☎74・3902
らくらく相談会	デイサービスセンターらく	☎75・2323

### 認知症啓発講座

#### 病気との向き合い方

#### 認知症は人生の終わりじゃない

- 日時 10月16日(火) 午後2時～3時30分
- 場所 甲西文化ホール
- 講師 丹野智文さん  
(宮城県おれんじドア実行委員会 代表)
- 申込方法 電話で☎へ

☎高齢福祉課(地域包括支援係)(保健センター) ☎71・4652 ☎72・1481

# 9月21日は世界アルツハイマーデーです

1994年「国際アルツハイマー協会」は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、認知症への理解を呼びかけています。

### 認知症は、誰もがなりうる「病気」です

認知症とは、記憶障害や状況判断が不適切になるなど、生活する上での支障が少しずつ増えていく脳の病気です。「認知症かな?」と思ったらかかりつけ医や医療機関、地域包括支援センターに相談しましょう。

<input type="checkbox"/> 同じ話を無意識に繰り返す	<input type="checkbox"/> 知っている人の名前が思い出せない	<input type="checkbox"/> 物のしまい場所を忘れる
ほとんどない 0点	ときどきある 1点	頻繁にある 2点
<input type="checkbox"/> 漢字を忘れる	<input type="checkbox"/> 今しようとしていることを忘れる	<input type="checkbox"/> 器具の説明書を読むのを面倒がる
ほとんどない 0点	ときどきある 1点	頻繁にある 2点
<input type="checkbox"/> 理由もないのに気がふさぐ	<input type="checkbox"/> 身だしなみに無関心である	<input type="checkbox"/> 外出をおっくうがる
ほとんどない 0点	ときどきある 1点	頻繁にある 2点
<input type="checkbox"/> 物が見当たらないことを他人のせいにする	このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で、医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。	
ほとんどない 0点	ときどきある 1点	頻繁にある 2点

- 0～8点 もの忘れも老化現象の範囲内。疲労やストレスによる場合もあります。8点に近かったら、気分の違う時に再チェックを。
- 9～13点 家族に再チェックしてもらったり、数か月単位で間隔を置いて再チェックを。認知症予防策を生活に取り入れてみてはいかがでしょうか。
- 14～20点 認知症の初期症状が出ている可能性があります。家族にも再チェックしてもらい、結果が同じなら、専門医や地域包括支援センターに相談を。

## 人権シリーズ

### 差別のないまちをめざして 9月は同和問題啓発強調月間です

滋賀県では毎年9月を「同和問題啓発強調月間」と定め、市でも同和問題に対する啓発活動に取り組んでいます。

◆根深く残る差別  
平成28年12月に施行された「部落差別の解消の推進に関する法律」は、部落差別があるということを明らかにし、部落差別のない社会の実現をめざしたものです。

インターネット上での部落差別は、偏見による情報が氾濫する深刻な状況です。同和問題について、正しい認識を持っていないと、事実に基づかない他人のうわさや個人の偏見によるインターネット上の書き込みなどを信じ込み、誤った知識を持ってしまっておそれがあります。

◆一人ひとりができること  
部落差別をはじめとするあらゆる差別は、私たちの生活の中で身近に存在し、知らぬ間に自分

分が加害者や被害者になる可能性があります。そうならないためにも一人ひとりが同和問題を正しく理解し、知識を深めていくことが大切です。

部落問題についての基礎知識などを発信している「A B D A R C」や「B U R A K U H E R I T A G E」といったウェブサイトがあります。こうしたサイトを訪れる人が増えたり、反差的な情報に「いいね」をする人が増えたりすることが、差別を許さない社会への大きな力となります。

誰もが平等で明るく幸せに暮らしている社会をつくっていくために、もう一度同和問題についてみんなで考えてみましょう。

《今月は人権擁護課が担当しました》