

病気を誤解していませんか？

「認知症になったら、何もできない！」と
思っていないですか？

認知症という病気は、
誰でもかかる可能性のある
身近な病気の1つです

- 診断されても、その日から、
何もできなくなるわけではありません
- 認知症になっても自分らしく生きている
人はたくさんいます

ひとりで悩まないで、気軽に相談を

早く相談することは なぜよいのか？

早く専門家に相談することで・・・

- 脳の病気・薬の副作用等で認知症のよう
な症状が出ることも。治療で改善できる
- 薬を飲んだり、周り人の適切な関わりで
進行を緩やかにすることが可能な場合も
- 今後の生活の準備をすることができる

一緒に前を向いて歩んでみませんか？

認知症かな？と思ったら 気軽に相談してみる

町の相談窓口

- 加美町地域包括支援センター
(中新田福祉センター内)
☎0229-63-3600
- 加美町小野田福祉センター
☎0229-67-5100
- 加美町宮崎福祉センター
☎0229-69-5636

かかりつけ医

気になることが出始めたら、まずは相談を
必要な時は専門医などへ紹介してくれます

公益社団法人 認知症の人と家族の会

- 宮城県支部 ☎022-263-5091
電話相談(月～金曜日 9時～16時)

若年性認知症の相談窓口

- いずみの杜診療所 地域連携室
RBA相談室 ☎022-346-7068
(月～金曜日 9時～16時)

認知症疾患医療センター

- 医療法人朋心会 旭山病院 【鹿島台】
☎0229-25-3136(直通)
- 医療法人菅野愛生会 ころのホスピタル
古川グリーンヒルズ 【古川】
☎0229-24-5165(直通)

ひとりで悩んで いませんか？

認知症かな？と思ったら
～自分・家族・友人のことが心配なあなたに～



気になることがある方は、

加美町地域包括支援センター

☎0229-63-3600

加美町字町裏 320(中新田福祉センター内)
月～金曜日 8時30分～17時15分

最近こんなこと 気になりませんか？

●今までできていたのに・・・

- 今までできた仕事・家事ができない
- 簡単な計算をまちがえる

●どうもやる気が・・・

- 興味や関心がなくなった
- 身だしなみを気にしない

●記憶があやふやに・・・

- 同じことを聞く、話す
- 約束や日時を忘れる
- 最近の出来事が思い出せない
- 大事な物をなくす、置き忘れる

●性格が変わった？

- ささいなことで怒る
- 以前よりこだわりが強い

●今、何時？ここはどこ？

- 時間や場所の感覚があいまい
- 慣れている場所で道に迷う



本人が一番わかっています
周りは『雰囲気』が変わったと感じます

生活上の工夫点

～記憶をおぎなう工夫～

● 同じ場所に置く

毎日使用するものは、決めた場所におく
お出かけの持ち物は、ひとまとめに

● 一度にひとつのことをする

2つ以上の事を同時にしない
ひとつずつ物事を片づける

● 毎日決まった行動をする

1日の流れを作り生活をする
時計のアラームやカレンダーを活用する

● メモをとる・目印をつける

大事な事はメモをとり、決めた場所にはる
よく利用するスイッチに目印をつける

周りの人ができること

～さりげない見守りとやさしい声がけ～

● 温かいまなざしと笑顔で「見守る」

● ゆっくり話を聞く、もう少し待ってみる

● できることに目を向ける

● 間違いや失敗を否定しない

● できないところをさりげなく手助け

● みんなで支える



＜あなたを支える身近な仲間・サービス＞

★加美町地域包括 支援センター

総合的な相談窓口

★かかりつけ医

まず主治医に相談を

★もの忘れ相談

★日程は広報で
奇数月第2火曜日 専門医による相談会

★薬剤師

気軽に薬の相談を

★認知症初期集中支援チーム

認知症の専門チームが、相談や
家族支援、医療・介護の調整をサポートします

★認知症カフェ

★日程は広報やチラシで
本人・家族、地域のボランティア、専門職など誰でも参加できる交流・相談の場

★認知症サポーター

認知症研修の修了者
本人や家族を温かく
見守る応援者

オレンジカフェ

中新田福祉センター

にこカフェ

グループホームにこトピア加美

ひだまりカフェ

特別養護老人ホームみやざき

★せせらぎの会

★日程は広報で
若年性認知症の本人と家族の集い

★認知症高齢者等見守りQRコード活用事業

外出先で道に迷っても速やかに身元確認でき、安心してお住まいに戻れます