

みんなで作ろう 認知症になっても 安心して暮らせるまち

認知症は、誰もがなる可能性のある脳の病気で、85歳以上の4人に1人に認知症の症状があるといわれています。新宿区では、介護保険の「要支援」「要介護」の認定を受けている方の半数に、見守りや支援の必要な症状があります。区では、認知症の早期発見・早期対応への取り組みや、認知症の方や家族が安心して暮らせるために地域で支えるしくみづくりを進めています。
【問合せ】高齢者福祉課高齢者支援係(本庁舎2階)☎(5273)4594・☎(5273)0352へ。

専門医が相談をお受けします

会場を3か所に拡大 認知症・もの忘れ相談

「認知症では?」と心配のある症状などをご相談ください。戸塚高齢者総合相談センター(高田馬場1-17-20)、落合保健センター(下落合4-6-7)のほか、5月からは新たに四谷高齢者総合相談センター(三栄町25)でも相談をお受けします。日程は「広報しんじゅく」等でお知らせします。

【3月の相談】3月25日(火)午後2時30分～4時30分
【会場】落合保健センター(下落合4-6-7)



【対象】区内在住で「最近もの忘れが多い」と心配な方、4名
【相談医】東京医科大学病院高齢診療科医師
【申込み】電話で落合第一高齢者総合相談センター☎(3953)4080へ。先着順。

介護の悩みを相談 認知症介護者相談

相談は月に1回実施しています。ご自身が抱える介護の不安やストレス、健康状態などをご相談ください。認知症の方と一緒に相談できます。

【4月の相談】4月7日(月)午後2時～4時
【会場】区役所第1分庁舎2階区民相談室
【対象】認知症の方の介護者等で悩みを抱えている方、3名
【相談医】西新宿コンシェルリアクリニック精神科医師
【申込み】電話で高齢者福祉課高齢者相談係☎(5273)4593へ。

介護している方を支援します

認知症介護者の学習会と交流会

認知症の方への対応、介護者の心理とリラックス法などが学べる学習会と、介護者同士の交流会です。年4回、多彩なテーマで開催します。
【日程・会場・内容】
▶4月10日(木)／百人町地域交流館(百人町2-18-21)…専門医による講演「認知症を知る・対応を知る」
▶4月11日(金)／榎町高齢者総合相談センター(弁天町50)…ハーブティーでリラックス
▶4月16日(水)／西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)…介護食を試してみよう
【時間】いずれも午後1時30分～3時30分
【対象】区内在住で認知症の方を介護している家族等、各日20名
【費用】各回100円(交流会の茶菓子代)
【申込み】電話で高齢者福祉課高齢者支援係☎(5273)4594へ。

認知症介護者家族会

認知症の方を介護する家族が、介護に必要な情報を交換したり介護者同士が気持ちを共有する場として、気軽に交流できます。月1回、3か所の会場で開催しています。
【日程・会場】
▶水曜日の会…毎月第3水曜日、西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)
▶木曜日の会…毎月第2木曜日、百人町地域交流館(百人町2-18-21)
▶金曜日の会…毎月第2金曜日、榎町高齢者総合相談センター(弁天町50)
【時間】いずれも午後1時30分～3時30分
【対象】区内在住で認知症の方を介護している家族等、各20名
【参加費】1回100円(茶菓子代)
【申込み】当日直接、会場へおいでください。

認知症介護者のリフレッシュ等を支援

認知症の方を介護する家族がリフレッシュできる機会をつくるため、認知症の方の見守りや、散歩の付き添いなどを支援するホームヘルパーを派遣しています。詳しくは、お近くの高齢者総合相談センター(下表)へご相談ください。



認知症の方と家族を地域で支えよう!



講座の後はオレンジリングを着けて気持ちを1つに



フォローアップ講座を受講し区内で活動する皆さん

認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識と、認知症の方や家族への配慮などを学びます。受講した方には認知症サポーターの印である「オレンジリング」をお渡しします。講座の日程等は、「広報しんじゅく」でご案内しています。

新宿区では2月末現在、8,592名の認知症サポーターが誕生しています。企業や学校への出前講座を希望する団体は、お近くの高齢者総合相談センター(右表)へご相談ください。

フォローアップ講座

認知症サポーター養成講座の受講後に、サポーターとして区内で活動したい方には、「オレンジの輪」(認知症サポーター活動登録者)に登録していただきます。「オレンジの輪」登録者向けのフォローアップ講座では、専門家等の講義や区内の介護施設の見学のほか、高齢者施設も案内します。また、高齢者総合相談センターを中心に、地域で認知症サポーターの普及啓発等に組み込む活動も始めています。

ランティア養成講座を受講した区民のボランティアが支えています。認知症の方を支える介護者の気持ちを受け止め、ほっとできる場を提供します。次回は、5月上旬に開催する予定です。詳しくは、「広報しんじゅく」でご案内します。

困ったときはご相談ください

総合的な相談窓口 高齢者総合相談センター

介護・福祉・保健医療・健康等、高齢者と家族の総合的な相談窓口です。ケアマネジャー(介護支援専門員)、保健センター等の関係機関と連携しています。

高齢者総合相談センター	所在地	電話番号
四谷	三栄町25、四谷保健センター等複合施設内	(5367) 6770
笹笥町	北山伏町2-12、あかね苑新館内	(3266) 0753
榎町	弁天町50、牛込保健センター1階	(5227) 1757
若松町	戸山2-27-2、戸山シニア活動館1階	(5292) 0710
大久保	百人町2-8-13、Fiss1階	(5332) 5585
戸塚	高田馬場1-17-20、新宿区社会福祉協議会1階	(3203) 3143
落合第一	中落合2-5-21、聖母ホーム内	(3953) 4080
落合第二	西落合4-11-21、落合第六小学校内幼稚園舎	(5988) 9281
柏木・角筈	西新宿4-8-35、西新宿シニア活動館3階	(5309) 2136
区役所	歌舞伎町1-4-1、高齢者福祉課内(本庁舎2階)	(5273) 4593

冊子のご案内 認知症・もの忘れ相談医

認知症の診断・治療・対応に関する研修を受けた医師が診療する医療機関を、新宿区医師会の「認知症・もの忘れ相談医リスト」でご案内しています。
【相談医リストの配布場所】高齢者総合相談センター・高齢者福祉課(本庁舎2階)・保健センター・新宿区医師会(大久保3-1-1)

「認知症介護者家族会」の 応援ボランティア講座

「認知症介護者家族会」(右上記事参照)は、昨年5月に実施した「認知症介護者応援ボ