

9月は世界アルツハイマー月間 みんなで作っていきこう 認知症になっても 安心して暮らせるまち



認知症はアルツハイマー病や脳血管障害等が原因で起きる脳の病気で、誰でもかかる可能性があります。区では、認知症になってもご本人や家族が安心して暮らせるよう、認知症の方を地域で支える仕組みづくりを進めています。一人一人が認知症について理解を深め、認知症になっても安心して暮らせるよう、地域全体で支え合いの輪を広げていきましょう。
【問合せ】高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階)
☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。

ご活用ください 地域版認知症ケアパス

◆認知症の方を支える取り組みや利用できるサービスを地域ごとにまとめました

「地域版認知症ケアパス」は、認知症の方を支える地域の取り組みやさまざまなサービスを認知症の経過に合わせて紹介しています。高齢者総合相談センター(下表)の管轄(区役所を除く区内9地域)ごとに作成し、8月から配布しています。

【配布場所】高齢者総合相談センター、高齢者支援課(本庁舎2階)



センターイメージ
キャラクター
ご相談ください

認知症に関するご相談は 高齢者総合相談センターへ

高齢者総合相談センター	所在地	電話・ファックス番号
四谷	三栄町25、四谷保健センター等複合施設4階	☎(5367)6770・☎(3358)6922
笹塚	北山伏町2-12、あかね苑新館内	☎(3266)0753・☎(3266)0786
榎町	弁天町50、牛込保健センター1階	☎(5227)1757・☎(5227)1758
若松町	戸山2-27-2、戸山シニア活動館1階	☎(5292)0710・☎(5292)0716
大久保	百人町2-8-13、Fiss1階	☎(5332)5585・☎(5332)5592
戸塚	高田馬場1-17-20、新宿区社会福祉協議会1階	☎(3203)3143・☎(3203)1550
落合第一	中落合2-5-21、聖母ホーム内	☎(3953)4080・☎(3950)4130
落合第二	西落合4-11-21、落合第六小学校内幼稚園舎	☎(5988)9281・☎(5988)9282
柏木・角筈	西新宿4-8-35、西新宿シニア活動館3階	☎(5309)2136・☎(5309)2137
区役所	歌舞伎町1-4-1、高齢者支援課内(本庁舎2階)	☎(5273)4593・☎(5273)4254 ☎(5272)0352

任意後見講座
【日時】9月6日(火)午後6時30分～8時30分
【会場】榎町地域センター(早稲田町85)
【対象】区内在住・在勤・在学の方
【内容】任意後見を中心に、遺言を含め判断能力が十分なうちにできる将来の備えについて解説(講師は中村明・公証人)
【申込み】電話かほかき・ファックス・電子メール(3面記入例のほか在住・在勤・在学の別、ファックスで申し込む方はファックス番号を



はがき・ファックスの記入例

①講座・催し名
②〒・住所
③氏名(ふりがな)
④電話番号
(往復はがきには、返信用にも住所・氏名)

講座・催し等の申し込み
※宛先は各記事の申し込み先へ。
※費用の記載のないものは、原則無料。

家族会応援ボランティア養成セミナー
高齢者を介護しているご家族が、地域で気軽に集まれる場である「家族会」で、ご家族の気持ちに寄り添い話を聴いたり、会を進行するボランティアを養成するセミナーです。
【日時】9月7日、28日の水曜日午後1時30分～4時、全4回
【会場】日生福祉学園新宿教室(河田町3-10、3階)
【対象】原則として全日程参加できる方、30名
【内容】介護者の現状や認知症についての知識、家族会の運営に必要な傾聴や家族会進行方法、家族会の見学(9月、10月)
【申込み】8月8日(月)から電話かファックス(3面記入例のとおり記入)で高齢者支援課高齢者相談第二係

記入)で新宿区成年後見センター(〒169-0075高田馬場1-17-20、区社会福祉協議会内)☎(5273)4522・☎(5273)3008
2・☎kcc@shinjuku-shakyo.jpへ。
センターの会員になって就業を希望する方は、電話予約の上、説明会に参加してください。終了後に入会申し込みを受け付けます(説明会に参加しないと会員登録はできません)。入会した方には後日、接遇研修を受けていただきます。
【対象】区内在住の60歳以上で、健康で就業意欲のある方
【説明会日時】8月9日(火)、9月13日(火)・20日(火)、いずれも午前9時30分から
【持ち物】顔写真(縦3cm×横2.5cm)2枚、郵便局(ゆうちょ銀行)の通帳(就業に対する配分金の振り込み用)、住所が確認できるもの(健康保険証・運転免許証等)、年会費2千円
【会場・申込み】電話で同センター(新宿7-1-3)☎(5273)2093・3181・☎(3209)4288へ。

ご参加ください

認知症を学び考えるイベント

【日時】9月24日(土)午後1時30分～3時30分
【会場】四谷区民ホール(内藤町87)

9月21日の「世界アルツハイマーデー」に合わせて開催する、認知症について学び、考えるためのイベントです。手話通訳があります。

【対象】区内在住・在勤・在学の方、200名

【申込み】8月8日(月)から電話で高齢者支援課高齢者相談第二係へ。先着順。

第1部 介護劇「あたしは、あたし」



●午後1時30分～2時50分

一人暮らしの認知症高齢者と、それを支える人たちとの交流劇です。江戸川区内を中心とした介護職員の有志で構成する「江戸川介護劇団 たなごころ」が、介護職員ならではの目線で、高齢者の支援の実情と、支援を通じて成長するケアマネジャーの姿をユーモアを交えて演じます。

第2部 認知症予防体操

「実践!五感を刺激して認知機能の向上を目指そう!」

●午後2時50分～3時30分

自宅でも気軽にできる体操を紹介します。五感を刺激して脳が元気になる習慣を身に付けませんか。

【講師】郷間加奈子(写真)・東京都健康長寿医療センター介護予防主任運動指導員



介護予防のための体力測定

区内の20か所ので、全2回の体力測定を実施しています。自分の体力を知り、これからの生活の改善方法や、現在の状態を維持する方法を考えましょう。今回は、9月に実施する3会場の参加者を募集します。
【日時・会場】下表のとおり。時間はいずれも午前10時～12時
【対象】区内在住の65歳以上で2日間とも参加でき、医師から運動を禁止されていない方、各会場30名(参加は1年間に1人1会場)
※体の状態によっては参加をお断りする場合があります。

※会場近くにお住まいの方を優先します。
【内容】▼1日目:体力測定(筋力・身体バランスほか)、▼2日目:脳年齢測定、体力測定結果を基にした運動機能の低下を防ぐ相談会、認知症予防のためのミニ講座、いずれの会場も同じ内容
【持ち物】上履き(戸山シニア活動館のみ)、飲み物。動きやすい服装でおいでください。
【申込み】8月8日(月)～31日(水)に電話で地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階)☎(5273)4568へ。先着順。

会場	日程
上落合地域交流館(上落合2-28-8)	9月7日(水)・14日(水)
本塩町地域交流館(本塩町8)	9月20日(火)・27日(火)
戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	9月23日(金)・30日(金)