

認知症に寄り添う

～認知症でも

令和7年(2025年)には、65歳以上の高齢者の約5人に1人が認知症になるといわれている現代。65歳未満で発症する若年性認知症の患者も全国に4万人近くいると言われ、認知症は誰にとっても他人事ではありません。

認知症に関する悩みは1人で抱え込まず、まずは下記の事業や相談窓口を活用してみてください。病気を正しく理解し、適切に対応することが本人と家族の心穏やかな暮らしにつながります。



認知症の方や家族を支える仕組みを知って活用しよう!

■認知症を予防したい

ふれあいひろば		【対象:65歳以上の方】					
内 容	脳元気編では、頭と体を使って楽しく認知症を予防します。 音楽編では、思い出多い音楽を取り入れたレクリエーションを行います。						
月 日		10月	11月	12月	1月	2月	3月
	脳元気編	4日(金)	1日(金)	6日(金)	10日(金)	7日(金)	6日(金)
	音楽編	18日(金)	15日(金)	20日(金)	24日(金)	21日(金)	27日(金)
時 間	午後1時30分～3時						
場 所	福祉健康センター						
参加費	100円						
持ち物	ふれあい手帳(お持ちの方)						
問合先	笠松町地域包括支援センター ☎388-7133(申込不要)						

■物忘れがあっても楽しく過ごしたい、認知症について相談したり同じ境遇の人と情報交換したい

ふれあい喫茶(認知症カフェ)							
内 容	少し物忘れがあってもお茶を飲みながら楽しく過ごせる集いの場です。工作や歌など楽しい企画もあり、介護相談も可能です。本人だけでなく、ご家族の方も参加いただけます。						
月 日		10月	11月	12月	1月	2月	3月
場 所	福祉会館	11日(金)	8日(金)	13日(金)	17日(金)	14日(金)	13日(金)
	福祉健康センター	8日(火)	12日(火)	10日(火)	14日(火)	4日(火)	10日(火)
	総合会館	7日(月)	11日(月)	9日(月)	20日(月)	10日(月)	9日(月)
時 間	午前10時～11時30分						
参加費	100円						
持ち物	ふれあい手帳(お持ちの方)						
問合先	笠松町地域包括支援センター ☎388-7133(申込不要)						

認知症介護者のサロン

内 容	認知症の方の介護をしている方や、介護を経験された方同士で悩みを語り合ったり、情報交換する場です。1人で悩みを抱え込まず、気軽にお話ししに来てください。						
月 日		10月	11月	12月	1月	2月	3月
場 所	福祉健康センター	8日(火)	12日(火)	10日(火)	14日(火)	4日(火)	10日(火)
時 間	午前10時～11時30分						
問合先	笠松町地域包括支援センター ☎388-7133(申込不要)						

我が家で暮らし続けるために～

■認知症について相談したい

笠松町地域包括支援センター（相談窓口）	
内 容	認知症の疑いで困りごとがある方はご相談ください。必要に応じて、医師や看護師、社会福祉士などが認知症初期集中支援チームを組織し、解決に向けたサポートを行います。
日 時	平日 午前8時30分～午後5時15分 ※祝日・年末年始を除く。
場 所	福祉健康センター内（長池408番地の1）
問合先	笠松町地域包括支援センター ☎388-7133（申込不要）

■私にできることは？

認知症サポーター養成講座	
内 容	認知症の方やその家族の理解者として、声かけや見守りをはじめ、日常生活において出来る範囲での手助けをしていただける方を地域に増やすための講座です。講座では、認知症の症状や対応について学びます。
対象者	町内にお住まいの方、企業や団体、学校関係者の方など、日ごろから町内で活動する方
申込・問合先	健康介護課 ☎388-7171 ※受講申込みに応じて適宜開講しますので、事前に電話による申込みをお願いします。

9月は「世界アルツハイマー月間」です

忘れても 一人ひとりが主人公

下半期（10月～3月）介護予防事業（貯筋くらぶ）

★体を動かす介護予防事業

いつまでも元気で暮らす秘訣は、体を動かすこと、しっかりと食べること、会話をすることです。心と体を元気にするために、ぜひご参加ください。事前申込みは不要です。

「貯筋くらぶ」は足腰を鍛え、正しい姿勢を保ち、「いつまでも元気!」をめざす教室です。

場所	時間	10月		11月		12月		1月		2月		3月	
福祉会館	10:00～ 11:30	9日 (水)	23日 (水)	13日 (水)	27日 (水)	11日 (水)	25日 (水)	8日 (水)	22日 (水)	12日 (水)	26日 (水)	11日 (水)	25日 (水)
笠松中央 公民館	14:00～ 15:30	9日 (水)	23日 (水)	13日 (水)	27日 (水)	11日 (水)	25日 (水)	8日 (水)	22日 (水)	12日 (水)	26日 (水)	11日 (水)	25日 (水)
福祉健康 センター	9:30～ 11:00	2日 (水)	16日 (水)	6日 (水)	20日 (水)	4日 (水)	18日 (水)	15日 (水)	29日 (水)	5日 (水)	19日 (水)	4日 (水)	18日 (水)
松枝 公民館	14:00～ 15:30	2日 (水)	16日 (水)	6日 (水)	20日 (水)	4日 (水)	18日 (水)	15日 (水)	29日 (水)	5日 (水)		4日 (水)	18日 (水)
総合会館	13:30～ 15:00	3日 (木)	17日 (木)	7日 (木)	21日 (木)	5日 (木)	19日 (木)	16日 (木)	30日 (木)	6日 (木)	20日 (木)	5日 (木)	19日 (木)
持ち物	タオル、水分補給のための水、ふれあい手帳（お持ちの方）、上靴（総合会館のみ）												
参加料	無料（お一人1会場の参加を基本とします）								対象	65歳以上の方			

【問 合 先】健康介護課 ☎388-7171