

健康情報

＼ 住み慣れたまちで安心して暮らすために ＼ 認知症にかかわる地域の取り組みについて

近年、急速な高齢化の進展に伴い、認知症と診断される人が増加し、高齢者を対象にしたR 4年度の調査では3人に1人が認知機能にかかわる症状があると推計されています。国ではR 6.12に「認知症施策推進基本計画」を策定し、「新しい認知症観」に立った取り組みを推進することとしており、本市でも、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができるよう地域でさまざまな取り組みを行っています。そこで、今回は認知症カフェについてご紹介します。

■新しい認知症観とは・・・

認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも一人ひとりが個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望をもって自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。

○古い認知症観○

(例) 自分には関係ない(他人ごと)、目をそらす、先送り など



○新しい認知症観○

(例) 誰でもなり得る(わがこと)、向き合う、“備える” など

【アルツハイマー月間inはこだて】

毎年9月に開催。認知症に関する書籍の紹介、市役所でのパネル展、映画上映会等を行います。



後期高齢者歯科健診

お口の機能の維持・向上は、全身疾患の予防にも繋がります。年1回、歯科健診を受けましょう！



▶内容 むし歯の有無や噛み合わせの状態等の確認、お口の機能の確認

▶対象 後期高齢者医療制度に加入している市民(受診の際は、マイナ保険証または資格確認書を必ず持参)

▶申込方法 本健診の指定医療機関(HP参照)に直接申込み

▶料金 無料

問合せ 健康増進課 ☎32-1515

難病医療講演会・相談会

▶日時 8/8(土) 14:00~16:00

▶場所 総合保健センター

▶料金 無料 ※申込不要



▶内容 「シェーグレン症候群について～疾患の理解と上手な付き合い方～」というテーマで、実際に普段から患者さんを診ている医師から、シェーグレン症候群について理解を深めるための講演をしていただく

問合せ 保健予防課 ☎32-1539

■認知症カフェについて

Q. 認知症カフェってどんな場所？

A. 認知症の人やその家族、地域住民、介護や福祉等の専門家など、誰でも、気軽に集える場所です。ここでは、認知症について知る、学ぶ、考えることができます。

Q. 認知症カフェではどんなことが行われているの？

A. 認知症や介護等に関するミニ講話、カフェタイムでの情報交換など、さまざまな内容で開催されています。また、認知症に関する相談の場や出会い、交流の場にもなっています。

Q. 認知症カフェはどこで開催されているの？

A. 地域包括支援センターや函館認知症の人を支える会等が主催し、市内各所で開催されています(開催場所は市HP参照)。あなたのお気に入りのカフェを見つけてみましょう。

詳しくは市HPをご確認ください▶



問合せ 高齢福祉課 ☎21-3081

市民健康教室

▶日時 8/22(土) 14:00~15:00

▶場所 紀の國建設みらい函館市中央図書館

▶定員 100人(先着順)

▶テーマ 「睡眠中の奇妙な出来事」

▶講師 函館市医師会病院

副院長 脳神経内科科長

佐藤 達朗 先生

※来場者にはこだて健康アプリ150ポイント付与

問合せ 健康増進課 ☎32-1515

申込不要
無料



おでかけウェルネスin美原

フレイル予防を目的に定期的に開催している健康増進・維持プログラム

申込不要

8 / 20(木) 13:30~14:30

▶場所 グランディールイチイ 2階 ▶参加費 300円

▶内容 フィットネストレーナーによる「実践型の歩き方教室」～ウォーキングしながらの実践講座～※変更の場合あり

▶対象 主に60歳以上

問合せ(一社)おでかけリハビリ推進協議会 ☎22-7981