

地域包括支援センター長森だより

いつまでも住み慣れたこの街で…

～こんにちは、あなたの街の地域包括支援センターです～ 平成30年11月号



## 知っていますか？ 認知症について…

認知症の方の関わりについて、こんなときどうしたらいいの？という事例をご紹介します。

### ケース① 認知症と診断されてから、ますます閉じこもり気味になったAさん



うちのおじいちゃん、認知症と診断されてからますます元気がなくなって心配しているんだけど…。



他者との交流などの刺激がなくなり自信も失われていきます。そのままでは認知症の進行を早めることにもなります。



### ケース② 物を紛失することが増えてきた一人暮らしのBさん。



最近、おばあちゃんが財布を無くしたってよく言うの。いつも探したらすぐ見つかるんだけど…毎回注意はしてるけど、私も忙しくてイライラしちゃうことがあるの。



記憶力の低下により、覚えることが困難な場合もあります。何回も注意を受けることで不安を感じるかもしれません。福祉サービスや地域の見守りを活用する方法もあります。

### ケース③ 外に出かけると帰ってこれないことが増えたCさん。



散歩が趣味だけど帰ってこないといつも探しに行くの。危ないから家に鍵を掛けて、出られないようにしたわ。安全第一で、おばあさんには我慢してもらっているわ。



ストレスが溜まることで認知症の進行や身体の機能の低下が心配です。安全も考えつつ、Cさんも家族も気持ちよく過ごせることが大切です。一人で抱え込まず、まずは周りに相談してみましょう。



そんな時は、私たち岐阜市地域包括支援センター長森にご相談下さい。  
ご自宅を訪問させて頂くこともできます。

▼お問い合わせは、下記までご連絡ください。

岐阜市地域包括支援センター長森 058-245-2855



[裏面もご覧ください]

# 地域の名作 ご紹介コーナー



地域住民の皆様の作品をご紹介します

澤田光雄さん作

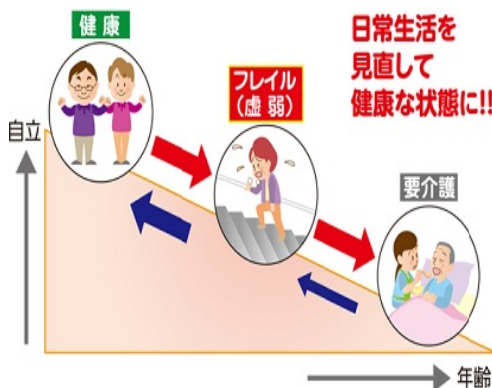


長森北公民館に展示してあります。

澤田さん ご紹介  
来年で90歳になられます。毎年 水墨画を長森北小学校の文化祭に出品されています。今年も4作品を出品予定です。他にも囲碁などを趣味に毎日活動的に過ごされています。

今後も絵画・イラストなど様々な作品をご紹介しますと思います。掲載ご希望の方は地域包括支援センター長森までご連絡下さい。

## フレイルという言葉ご存知ですか？



年をとり心身の活力が低下した状態を「フレイル」といいます。フレイルとは「虚弱」を意味する英語を語源に作られた言葉です。主に栄養・運動・社会参加の状態が低下していることを言います。多くの人が健康な状態からフレイルの段階を経て要介護状態に陥ると言われています。フレイルを予防することで健康寿命をのばしましょう。



## 岐阜市地域包括支援センター長森

# ☎058-245-2855

〒500-8127 岐阜市塩町2丁目32

訪問・来所などによる相談の受付

月曜日～土曜日（祝日・年末年始を除く）午前9時～午後5時

電話による相談の受付

24時間、年中無休で受け付けます。

交通のご案内

岐阜バス 東興町 下車徒歩10分 宝来町 下車徒歩5分  
（宝来町バス停は岐阜駅方面からのみ。また、土日の運行はありません。）

ホームページ <http://www.gifuroujin.or.jp/chikihoukatsu>

