



# おとしより相談センター だより

No.77

## 9月は 世界アルツハイマー月間

# もっと知ろう もっと語ろう 認知症

(2023年 第30回 アルツハイマーデー標語)

盛岡市松園・緑が丘地域包括支援センター  
(おとしより相談センター)  
〒020-0103 西松園二丁目5-1  
第二松園ハイツ 福祉交流館「暖炉の家」  
TEL:663-8181 令和5.8.1発行

## 知りたい! ➡ 認知症サポーター養成講座 で学びませんか?

認知症について正しい知識をもち、  
誰もが安心して暮らせるような地域を  
つくっていきましょう!

認知症サポーターは認知症の方や  
ご家族の「身近な応援者」です!

- 講座を受けるには? 10名以上であれば誰でもいつでもOK
  - 費用は? 無料
  - 時間は? 90分(要相談)
- 申込やお問い合わせは下記センターまで



## 語りたい! ➡ 認知症カフェやオレンジすまいるで一緒に話しましょう

◆ 認知症カフェ 市内7か所で開催中!

◆ オレンジすまいる

松園・緑が丘地域を認知症に優しいまちにしようと  
取り組んでいる団体です。一緒に活動しませんか♪



## ▶ 誰でも認知症になるかもしれません。備えておくことが大切です。

生活習慣病の予防や人との交流、趣味を楽しみましょう。

また、家族に自分の意思を伝えておくこと、介護が必要になったときの情報を知っておくことも大切です。

## ▶ 早めの相談・受診をしましょう。

もし、認知症かな?と思うことがあれば早めに相談・受診をしましょう。  
正確な診断がわかることで、適切な治療・介護を受けることができます。  
普段から相談できる人、かかりつけ医をみつけておきましょう。  
地域包括支援センターへもご相談ください。



盛岡市ではもの忘れ検診を  
無料で実施!  
成人検診受診券を忘れずに。  
10/31 まで★

その他、相談・お問い合わせは、下記センターへお気軽にどうぞ♪

### ★松園地区★

松園・緑が丘地域包括支援センター  
(おとしより相談センター)

☎ 663-8181



ホームページもご覧ください!

### ★緑が丘地区★

ケアガーデン高松公園  
介護支援センター

☎ 665-2175

