

# チームオレンジ

認知症を知る、支える

認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、一人ひとりが認知症を理解し、地域で支えることが大切です。今回は、地域で支える取り組み「チームオレンジ」についてお伝えします。

問

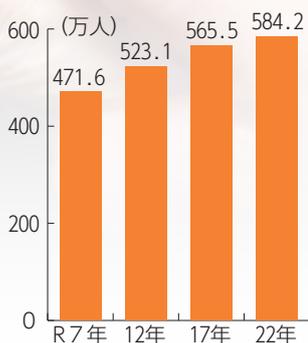
介護保険課介護相談係  
☎0263⑤0280

内線2131

## まずは認知症の予防が大事

高齢化の進展と共に認知症の人も増加しています。内閣府の推計によると、65歳以上の高齢者の認知症の人数は、令和12年で523.1万人、約7人に1人とされ、今後とも増え続けるといわれています。本市で

■認知症の人数推計



出典:内閣府「令和6年版高齢社会白書」

## 認知症地域支援推進員にInterview

私たち認知症地域支援推進員は、認知症の人をはじめとする市民が、地域で安心して生活が送れるよう支援するための体制づくりをしています。

ステップアップ講座を受講した認知症サポーターは、認知症地域支援推進員と連携を取りながら、認知症の高齢者などにやさしい地域づくりに取り組んでいます。西部圏域では、

昨年度から洗馬地区で認知症サポーターや地域の方と連携して活動し、今年度は宗賀地区と榎川地区にも同じく活動を広げていく予定です。

自分や家族、同僚、友人など周りの人で「もしかして認知症では」と思われる症状に気付いたら、まずは主治医や担当圏域の地域包括支援センター、身近な人に相談してください。

住み慣れた地域で安心して暮らせるように



西部地域包括支援センター  
認知症地域支援推進員  
山本 久美子さん

### 認知症の人たちを支えたい人へ

#### ▶▶認知症サポーター養成講座◀◀

認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではなく、認知症の人やその家族の「支え手」になる人です。

■日時 9月14日(土) 午後1時～2時半

■場所 ふれあいセンター広丘 ■参加費 無料

■申し込み方法 ふれあいセンター広丘(☎0263⑤070)に電話でお申し込みください。

#### ▶▶認知症フォーラム◀◀

「地域で作るチームオレンジ」と題し、認知症における体験談を通して考え、チームオレンジの現状を知り、認知症の人たちが安心して地域で暮らし続けられる支援を考えます。

■日時 9月21日(土) 午後2時～4時半 ■参加費 無料

■場所 市保健福祉センター3階市民交流室

■定員 100人(先着順)

■申し込み方法 桔梗ヶ原病院認知症疾患医療センター(☎0263④7881)にファクスまたは右のコード(Googleフォーム)でお申し込みください。

■申込締め切り日 9月16日(月・祝)



### 認知症が気になる人へ

#### ▶▶ファイブ・コグ検査◀◀

記憶力や注意力など五つの機能の状態を知る「ファイブ・コグ検査」を受けてみませんか。

※認知症かどうかを診断する検査ではありません。

■場所、日時

場所	検査日時	結果説明会日時
市保健福祉センター 3階市民交流室	9月20日(金) 午後2時～3時	10月17日(休) 午後2時～4時
ふれあいセンター洗馬 教養娯楽室	10月2日(水) 午後2時～3時	10月30日(水) 午後2時～4時
ふれあいセンター広丘 集会室1・2	10月8日(火) 午後2時～3時	10月29日(火) 午後2時～4時

■定員 各20人(先着順) ■参加費 無料

■申し込み方法 市保健福祉センター1階介護保険課または電話(☎0263⑤0280)でお申し込みください。

■申込締め切り日 各検査日の1週間前

# チームオレンジとは

地域で暮らしている認知症の人やその家族と、認知症サポーターなどを中心とした支援者をつなぐ取り組みです。

## ～チームオレンジの目指す姿～

- 周りの人が認知症について正しく理解している
  - ・周りの人が気付いて、手を貸してくれる
  - ・認知症になっても、安心して外出や買い物ができる
  - ・仲間と集まり、安心して楽しい時を過ごせる
- 認知症の人とその家族が、身近に相談できる仲間がいて、困りごとの相談や情報を得ることができる
- 医師や金融機関などの専門職から日常生活における支援を受けることができ、支援のつながりができる



認知症の人が年々増加している現状から、認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対して、できる時にできることを手助けする「認知症サポーター」を増やしています。「認知症サポーター養成講座」は誰でも受講でき、サポーターになれます。より活動を進めるために、「認知症サポーターステップアップ講座」を受講すると、認知症の人やその家族のサポーターとして地域で活躍できます。また、認知症地域支援推進員が中心となり、市内三圏域に「チームオレンジ」を構築し、認知症の人やその家族と認知症サポーターなどの支援者をつなぎ、安心して地域で暮らし続けられる体制づくりを推進します。

は、4年度に市内の地域包括支援センターで受けた認知症に関する相談件数は、元年度に受けた相談件数の3.3倍に増えています。認知症は、まず予防が大事です。認知症の予防とは、認知症にならないという意味ではなく、認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにするという意味です。また、高血圧や糖尿病などの生活習慣病と関連があるとされ、バランスの良い食事や定期的な運動習慣を心掛けることで、認知症になるリスクを下げると考えられています。

## 地域で認知症を支える取り組み

### 認知症のことで困ったときの相談窓口

家族や自分、近隣の人などのことで「不安だな」「心配だな」と思うことがあれば、ご相談ください。

#### 中央地域包括支援センター（大門、塩尻東、北小野地区）

- 電話番号 ☎0263②0280 内線2131
- 住所 大門六番町4番6号 市保健福祉センター内

#### 西部地域包括支援センター（宗賀、洗馬、楢川地区）

- 電話番号 ☎0263⑧9005
- 住所 宗賀1298番地514  
デイサービスセンターすがのの郷内

#### 北部地域包括支援センター（片丘、高出、広丘、吉田地区）

- 電話番号 ☎0263⑧3314
- 住所 広丘野村2223番地  
地域密着型特別養護老人ホームこまくさ野村渋池内

#### ふれあいセンター広丘

- 電話番号 ☎0263⑤5070
- 住所 広丘堅石2150番地1

## 認知症について気軽に相談したい人は認知症オレンジカフェへ

認知症の人やその家族が、認知症についての不安や悩みを気兼ねなく相談できる場所です。  
※日程の変更をする場合があります。

### オレンジカフェふれひろ

問 ふれあいセンター広丘  
☎0263⑤5070

■日時 毎月第1土曜日・第3木曜日  
午後2時～4時

■場所 ふれあいセンター広丘（広丘堅石2150番地1）  
■参加費 100円（お茶菓子代）

### オレンジカフェ洗馬

問 介護保険課介護相談係  
☎0263②0280 内線2131

■日時 毎月第4金曜日 午後1時半～3時半  
■場所 ふれあいセンター洗馬（洗馬2713番地1）  
■参加費 100円（お茶菓子代）

### オレンジカフェ・イースト

問 介護保険課介護相談係  
☎0263②0280 内線2131

■日時 毎月1回の水曜日 午後1時半～3時半  
■場所 ふれあいセンター東部（峰原173番地1）  
■参加費 200円（お茶菓子代）