

ひとり暮らしは明日のわが身

入場無料 手話・字幕あり

～“お迎え”は住み慣れた自宅で受けてほしい願う
全ての方に聞いていただきたい話～

多くの人が望んでいる、自宅での「看取り」。高齢化が進み、ひとり暮らし世帯は今後ますます増えていくと予想されています。人生の最期の大切な時間を、穏やかに希望どおりに過ごすことはできないのでしょうか。旅立とうとする人と、それを見守る家族のサポート、そして地域の人々の支え。在宅で安らかな最期を迎えるために大切なことをお話します。



講師 医療法人社団パリアン理事長
かわごえ こう
川越 厚氏

《紹介》在宅ホスピス医のバイオニアとしてNHK「プロフェッショナル仕事の流儀」にも出演。年間130名前後のがん患者を在宅で看取っている。

10月26日(月)

13:30～15:30(開場12:30)

厚木市文化会館 大ホール

お申込み

10月16日(金)までに、地域包括ケア推進担当(下部参照)に、電話、メール、FAX、ハガキで「住所、氏名、連絡先、申込人数」をお伝えください。講座予約システム(ID 2005001)からも申込み可。※ 申込多数の場合は厚木市民優先

講演会は新型コロナウイルス感染対策に配慮して実施いたします。

出前講座のご案内

皆さんの住む地域に出向いて市職員が講座を開催します。厚木市のより良い未来に向け、自分たちができること、地域でできることについて、一緒に考えてみませんか？

メニュー

- ・地域包括ケア社会について
- ・地域づくりの一員に～私たちにできること～
- ・人生100年時代どう生きる！
- ・認知症を理解するために
- ・認知症サポーター養成講座
- ・今…在宅医療と介護は

無料です！

出前講座は、市内に在住、在勤、在学している概ね10人以上で構成された団体・グループ等を対象としています。講座の日時や場所をご相談に応じますので、お気軽に地域包括ケア推進担当へお問い合わせください！



◆漫画紹介◆ 企画・制作：厚木市地域包括ケア(研修・啓発・広報)連絡会 作画：船虫 発行：厚木市福祉部(地域包括ケア推進担当)

やっぱり家がいい！

架空人物の厚木花子さん(80歳)と夫の一郎さん(81歳)が主人公。2人の生活を通して、実際の現場でも起きている「在宅療養生活」のさまざまな出来事が描かれています。無料で読めます。

第1巻 はじめての介護相談編

第2巻 家での介護って…？編

新 第3巻 家で生活する時のサービスってなに？編



漫画 やっぱり家がいい！

検索

地域包括ケアTIMES

タイムズ

第9号

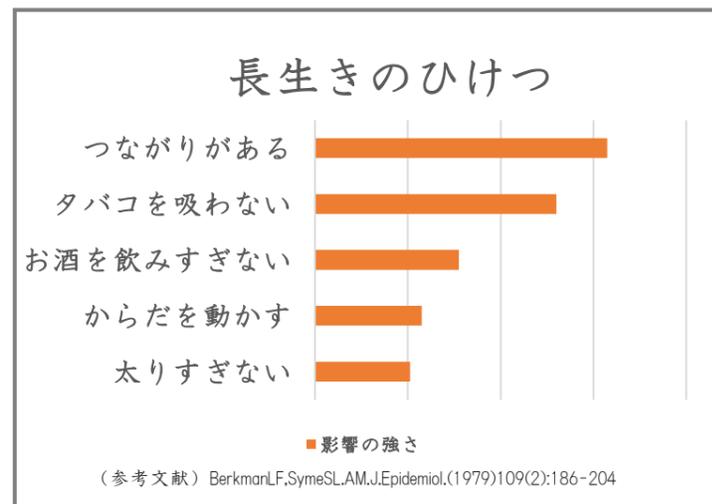
2020.9.1

編集・発行/厚木市地域包括ケア推進担当(市役所第二庁舎1階)
〒243-8511 厚木市中町3-17-17 ☎ 046-225-2047 FAX 046-221-2205



晩年、何をして、どんな時間を過ごしたいか、考えたことはありますか。1964年、70歳が平均寿命と言われていた日本ですが、2018年の段階では、男性81歳、女性が87歳と過去最高を更新しています。100歳を超えてもなお、元気に過ごしている方をメディアで時々見かけますが、30年後、40年後はそんな光景も当たり前になるかもしれません。ある研究データによると、長生きのひけつには“タバコを吸わない”“お酒を飲みすぎない”はもちろん、“つながりがある”ことが一番の要因だとか…(下図参照)。

人生100年時代を豊かに生きるためには、地域のつながりや人の縁は欠かせないもの。住み慣れた地域で、いつまでも元気に暮らすために、地域にはさまざまなサポートや活動できる場が用意されています。皆さんはどんな100年時代を過ごしたいですか？今回の地域包括ケアTIMESでは、地域の身近な課題である“認知症”について考えていきたいと思います。



▶▶▶ 次のページへ

問

厚木市 福祉総務課 地域包括ケア推進担当 〒243-8511 厚木市中町3-17-17
電話 046-225-2047 FAX 046-221-2205 メール 1900-08@city.atsugi.kanagawa.jp

厚木市が目指す「地域包括ケア社会」とは？

“誰もが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができる社会”

2025年…高齢者の5人に1人が認知症!?



認知症の原因はさまざまですが、治療効果のある早期段階で気づいて治療できれば、進行を遅くできたり、回復できる認知症もあります。しかし、認知症になったことを認めたくない、隠しておきたいといった気持ちから、症状が悪化するまでそのまま…ということもしばしば。

認知症は誰もがかかる病気の一つ。たとえ、認知症になったとしても周囲のサポートを受けられれば、本人の持てる力を活かして自分らしく暮らし続けることができます。

Q 最近お母さんの物忘れが激しくなったのよね。同じことを繰り返し尋ねることもあるし…なんだか心配。

A 認知症自己診断テストでチェックしてみましょう。
普段の生活の中で「もしかして認知症？」と思う症状の方はいませんか。10の質問に答えることで認知症の評価ができます。



Q 認知症を予防するために、今からできることってないかな？

A 認知症予防教室を開催しています。ストレッチやウォーキング、頭を使いながら体を動かす体操などの認知症予防プログラムを開催しています。講座開催日などは広報あつぎでお知らせいたします。
【問】介護福祉課 ☎046-225-2220



楽しく脳トレ!

Q 認知症について色々知りたいな。地域の中で自分ができることって何かないかな？

A 認知症サポーター養成講座があります。認知症サポーターとは、認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法を理解して、認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。自分のできる範囲での活動になります。
【問】地域包括ケア推進担当 ☎046-225-2047

Q 認知症の父親が徘徊することが増えた。万が一、行方不明になったり事故にあったりしたらどうしよう…

A 認知症高齢者等徘徊SOSネットワークシステムのサービスをご利用ください。徘徊や行方が分からなくなった場合、警察や交通機関等と協力することで早期発見、保護につながるシステムです。登録者には、靴や杖などに貼れる「見守りステッカー（無償）」の配布、「位置情報携帯端末機器（有償）」の貸与をしています。
【問】介護福祉課 ☎046-225-2220

見守りステッカー



認知症ケアパスって？

認知症ケアパスとは、認知症の人やご家族が住み慣れた地域で安心して暮らすために、認知症の症状と対処法・支援体制などの情報をまとめたものです。認知症の相談窓口や医療機関なども掲載。市役所、地域包括支援センター等で配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。

厚木市 認知症ケアパス [検索](#)



コラム 9月21日は「世界アルツハイマーデー」

1994年9月21日、スコットランドのエジンバラで第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催されました。会議の初日であるこの日を「世界アルツハイマーデー」と宣言し、毎年世界の70以上の国と地域で、さまざまな活動が行われています。日本でもこの時期、各地で講演会やキャンペーン、オレンジライトアップ事業などのイベントが行われています。