

# 地域包括ケア <sup>タイムズ</sup> TIMES

2025.8.1

編集・発行／厚木市地域包括ケア推進課（市役所第二庁舎5階）  
〒243-8511 厚木市中町3-17-17 TEL.046-225-2388 FAX.046-221-1640

第20号

抜き取ってお読みください

## 『認知症』を 自分のこととして考えてみませんか？

「物忘れ」は誰にでもあることですが、認知症は脳の機能が低下した状態であるため、普通の物忘れとは違いがみられます。

次のうち、どちらが認知症の疑いがある症状かわかりますか？

### 第1問

A: 昨日の夜ご飯、何を食べたか忘れた。

B: 昨日、夜ご飯を食べたかどうか忘れた。

### 第2問

A: よく知った人の名前が思い出せない。

B: よく知った人が誰なのか全くわからない。

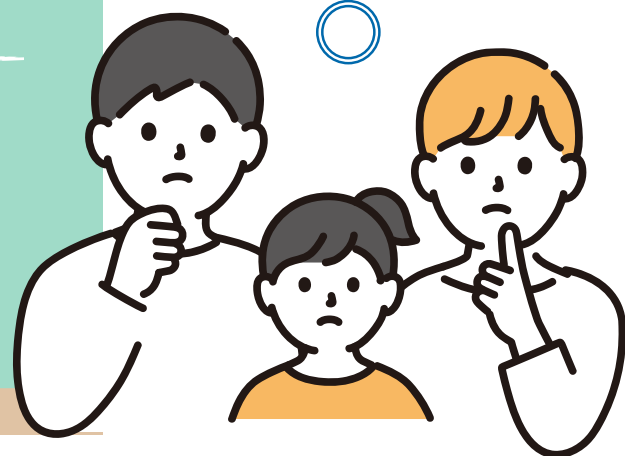
### 第3問

A: 火曜日を水曜日と間違える。

B: 夏を冬と間違える。

認知症？  
物忘れ？

答えは次のページです。



表紙のクイズの答えは、すべて『B』です。  
『A』は認知症ではなく、物忘れです。  
では、認知症とはいったいどのようなものでしょうか。



## 認知症ってそもそもなあに？

認知症は、脳の病気や不調によって認知機能が低下し、日常生活に支障がみられる状態です。本人からの訴えだけでなく、周囲が感じる「いつもと違う様子(=小さな異変)」から認知症の発見につながることもしばしばあります。

年齢を重ねるほど発症率が高くなるものであり、これからさらに高齢化が進むことが予想されている中で、誰もがかかる可能性があるといっても過言ではありません。

## 認知症になるとどんな症状がみられるの？

認知症になると、徐々に次のような症状が現れてきます。

何度も同じことを話したり、同じものを買ってきたりする

道具の使い方や着替えの仕方が分からなくなる



よく知っている人や物の名前が出てこなくなる

置き忘れやしまい忘れが多くなり、よく探し物をするようになる

## 認知症の人に共通する気持ちとは？

認知症は本人にとってもつらいものです。

「不安で仕方ない」「悔しい」「迷惑をかけて申し訳ない」「役に立ちたい」という気持ちが、認知症の人には共通してみられます。

### 新しい認知症観

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、一人一人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、希望を持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。



# 認知症の人を地域で見守り、支える取り組み

認知症の人やその家族が安心して暮らせるよう、さまざまな制度やサービスがあります。



## 認知症に関する身近な相談窓口

平日 午前8時30分から午後5時15分まで 土曜 午前8時30分から正午まで  
（祝日、年末年始を除く）

### ■厚木地域包括支援センター

中町3丁目18番5号ソーケン本厚木ビル401号室  
TEL.046-297-2970 FAX.046-297-2900

### ■厚木南地域包括支援センター

旭町2丁目3番13号  
TEL.046-258-6705 FAX.046-258-6709

### ■依知地域包括支援センター

関口831番地1  
TEL.046-246-0108 FAX.046-265-0128

### ■睦合地域包括支援センター

三田南2丁目1番1号山口ビル101号室  
TEL.046-297-7338 FAX.046-297-7340

### ■睦合南地域包括支援センター

妻田北4丁目3番8-101号  
TEL.046-294-1380 FAX.046-294-1381

### ■荻野地域包括支援センター

鳶尾2丁目25番10号  
TEL.046-241-5780 FAX.046-242-6188

### ■小鮎・緑ヶ丘地域包括支援センター

緑ヶ丘2丁目2番12号グリーンヒルズ1階  
TEL.046-204-8181 FAX.046-204-8138

### ■玉川・森の里地域包括支援センター

小野2240番地1  
TEL.046-250-9091 FAX.046-247-1266

### ■南毛利地域包括支援センター

温水西2丁目27番38号カーネーションパーク1階  
TEL.046-250-1108 FAX.046-250-1105

### ■相川・南毛利南地域包括支援センター

愛甲東1丁目1番19号  
TEL.046-220-0643 FAX.046-220-0645

地域包括支援センターの  
担当地区はこちら





# あつぎ オレンジフェスタ 2025

9月は世界アルツハイマー月間です。  
厚木市では、認知症に対する理解を普及・啓発するため、  
さまざまなイベントを開催します。

世界アルツハイマーデー  
**9月21日**  
10:00～16:00

あつぎ市民交流プラザ  
(6階・7階)



© 厚木市

どなたでも  
参加 OK!

- ・ 迷路クイズチャレンジ
- ・ 認知症サポーター養成講座
- ・ 講演会
- ・ VR 体験 など

申し込みを要する講座がありますので  
詳しくは市ホームページを  
ご覧ください。



## 認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講したけど、もっと認知  
症の知識を深め、「認知症の人やその家族を支えたい!」  
という方のために、より実践的な講座を開講します。

- 日 程** 10月13日(月・祝)、14日(火)  
10時～15時 ※どちらか1日
- 場 所** あつぎ市民交流プラザ(6階 ルーム610)
- 対 象** 市内在住・在勤の方ですすでに認知症サポーター  
養成講座を受講済みの方
- 定 員** 各日40人(先着順)
- 受講料** 無料
- 申し込み** 電話・FAX、Eメールにて住所、氏名、電話番号、  
希望日を書き、10月3日まで

## 健康アプリ「みんチャレ」を使ったスマホ講座

スマホの基本操作と健康アプリの利用方法を学ぶ講座  
です。  
初めての方を対象とさせていただきます。

- 日 程** 9月3日(水)、17日(水)  
9時30分～11時30分 ※どちらか1日
- 場 所** あつぎ市民交流プラザ(6階 ルーム604)
- 対 象** 市内在住の65歳以上でスマホを使って文字  
入力ができる方
- 持ち物** スマホ(アプリ入手のためのIDとパスワード  
を控えてきてください)
- 定 員** 各日20人(先着順)
- 受講料** 無料
- 申し込み** 8月8日から8月22日まで電話申し込み

「認知症サポーターステップアップ講座」と「みんチャレ」に関するお申し込みはこちらまで  
申し込み先 厚木市 地域包括ケア推進課 在宅福祉推進係  
TEL 046-225-2388 FAX 046-221-1640 Eメール 1910@city.atsugi.kanagawa.jp

## 募集

買い物や通院などの外出にお困りの方を支援しませんか？

## 国土交通大臣認定 福祉有償運送・セダン等運転者講習 【受講者には修了証授与】

高齢や障がい等により、外出が困難な方の外出支援(運転・添乗・付添い)  
に必要な基礎知識や心構え、リスクへの備えと対応、車いすの扱い方など、必  
要な知識、身体介助等の技能を学ぶことができます。



© 厚木市



- 日 程** 9月28日(日) 9時～18時
- 会 場** 厚木市役所第2庁舎 16 階会議室  
市役所駐車場等
- 対 象** 普通運転免許を取得している  
市内在住・在勤・在学者
- 受講料** 無料
- 持ち物** 筆記用具・運転免許証・昼食
- 定 員** 27人(先着順)
- 申し込み** 8月15日から9月15日まで  
二次元コード申し込み



申し込みはこちら

- ◇主 催 厚木市 地域包括ケア推進課 福祉政策係
- ◇問 合 せ TEL：046-225-2200 FAX：046-221-1640
- ◇実施団体 認定 NPO 法人かながわ福祉移動サービスネットワーク