9月19日は敬老の日です
～一人ひとりが、いきいきと生活するために～

申込・問い合わせ先　㊢介護福祉課
☎23-9660番、FAX26-1768番

講座を開講します

●介護予防体操

介護予防体操を紹介します。健康のための体操をしましょう。「コツコツ続ける金亀体操」をしてみませんか。

日時　9月22日㈭　午後1時～同3時
場所　福祉保健センター別館2階
受講料　無料
定員　30人（先着順）

●高齢者の交通事故防止、消費生活問題について

日時　9月26日㈪　午後1時30分～同3時
場所　障害者福祉センター多目的ホール
講師　彦根警察署指導員、消費生活相談員
受講料　無料
定員　50人（先着順）

●相続・遺言・任意後見老後の安心のために
―公証人からのアドバイス―

日時　9月28日㈬　午後1時30分～同3時
場所　障害者福祉センター多目的ホール
講師　井内省吾（いうちしょうご）さん（長浜公証人）
受講料　無料
定員　80人（先着順）

ご相談ください

●消費者トラブル防止

あなたもねらわれています。「おかしい」「振り込め詐欺かな」と思ったら、すぐ110番通報をしてください。

問い合わせ先　彦根警察署☎27-0110番

「断りきれず契約にサインをしてしまった」「どこかに相談したい」。そんなときは、ご連絡ください。

問い合わせ先　㊢消費生活相談窓口☎30-6144番

●高齢者や障害者の不安を安心に変える成年後見制度

▼ひとり暮らしなので、将来、「認知症になったときが心配」
▼実家の親の判断力が低下しているので、「だまされないか心配」

成年後見・任意後見制度の利用の仕方など、ご相談ください。

問い合わせ先　大津家庭裁判所彦根支部☎22-0167番、司法書士・リーガルサポート滋賀支部☎077-525-1093番

●「高齢者虐待かな」と思ったら

叩く・蹴る、どなる・無視する、介護や世話を放棄する、お金を勝手に使うなど、まずご連絡ください。

問い合わせ先　彦根市地域包括支援センター（福祉保健センター2階）☎23-9632番

ご長寿おめでとうございます

今年の敬老の日は、9月19日㈪です。長年にわたり社会に尽くしてこられた高齢者の皆さんを敬愛し、長寿を祝う日です。この日にちなみ、彦根市の男女最高齢者を紹介します。

女性最高齢者

北川　みな　さん
明治38年11月3日生
（105歳）

男性最高齢者

北嶋　清太郎　さん
明治41年10月3日生
（102歳）

認知症になっても安心して暮らせるまちへ
～今、わたしたちにできること～

申込・問い合わせ先　㊢介護福祉課
☎23-9660番、FAX26-1768番

現在、認知症の患者数は、全国で約200万人といわれています。今後も高齢化の進展に伴い、増加が予想されます。また、85歳以上の4人に1人は、その症状があるといわれています。

認知症は誰でもかかりうる病気です。家族が介護者の立場になる可能性もあります。

認知症になっても、住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように、私たち一人ひとりが認知症を理解し、認知症患者や介護する家族も含めてあたたかく見守ることが大切です。

認知症サポーターになりませんか

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人とその家族を見守る応援者のことです。

特別なことをする人ではありません。近くで困っている人がいれば、「お手伝いすることはありませんか」と声をかけるなど自分でできることをします。

これまでに、市内で5、700人の認知症サポーターが誕生しています。

◀認知症サポーターの証であるオレンジリング

「認知症かな」と思ったら

「いつもと少し違うな」というサインを見つけ出しましょう。

次のような症状を見つけたら、早めに近くのかかりつけ医や㊢介護福祉課にご相談ください。

早期発見、早期治療、適切な介護などで進行を遅らせることができます。

認知症のサイン

初期には
▼身なりを気にしなくなる。
▼今まで好きだったことに興味や関心がなくなる。
▼ガスコンロの火を消し忘れる。
▼外出し、人と会うのがおっくうになる。

さらに進行すると
▼今までできていた作業ができなくなる。
▼買い物などで間違いが多くなる。
▼食事などすぐ前の出来事を忘れてしまう。

サポーター養成講座

認知症サポーター養成講座を希望する5人以上の団体に、キャラバン・メイト（講師）を派遣します。受講料は無料です。

受講後のアンケートで、「これからは、地域で困っている人を見かけたら声をかけていきたい」「認知症の家族がいるが、もっと優しく接していきたい」などたくさんのご意見をいただいています。

▲出前講座の様子

認知症あったかサポート店

▲サポート店に配布しているステッカー

彦根市では、サポーター養成講座を受講した事業所を、「認知症あったかサポート店」として、ステッカーを配布しています。

「あったかサポート」の輪を広げていきましょう。

介護家族のつどい「ほっこり」

介護のことで悩んでいませんか。介護家族のつどい「ほっこり」は、介護者ならではのアドバイスや交流ができます。

参加者からは「心の支えになりました」などの声をいただいています。気軽にご参加ください。

活動日　毎月第2火曜日　13：00～
※奇数月は、「若年性認知症の会」を同時に開催しています。
場所　福祉保健センター2階　集団指導室