









西区役所だより 毎月第1・3日曜日 発行

令和6年(2024年) 8月18日 第417号

編集·発行 新潟市 西区役所 地域課 〒950-2097 两区寺尾東3丁目14番41号

☎025-268-1000(代表) FAX 025-269-1650 ホームページ https://www.city.niigata.lg.jp/nishi/

西区 人口: 152,769人(-79) 男: 73,495人(-34) 女: 79,274人(-45) 世帯数: 70,939世帯(+32) ※令和6年7月末現在(カッコ内は前月比、住民基本台帳による) 面積93.88km

認知症になっても安心して暮らせるまちへ

問い合わせ 西区 健康福祉課 高齢介護グループ(☎025-264-7330)

厚生労働省の研究では、認知症の高齢者が2040年には、584万人にのぼり、 高齢者の約15%が認知症になると推計されています。認知症は、誰もが関わ る身近なものです。他人事ではなく、身近に感じ、さりげないお手伝いをする ことで、本人やその家族が住み慣れたまちで安心して暮らすことができます。

私たちにできること!一緒に取り組もう

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症について正しく 理解し、本人やその家族を温かく見守る応援者 です。学校や企業で、認知症サポーター養成講 座を実施しています。認知症の症状や接し方な どを講座で学びます。



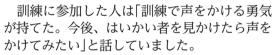
講座を受けてみませんか

自治会や地域の茶の間、サークル活動団体、職場、学校など どなたでも受講できます。開催を希望する団体・企業にはキャ ラバン・メイト(講師)を派遣します。申し込みの詳細は、市ホー ムページ(右の二次元コード)を確認してください。



はいかい模擬訓練

認知症の研究が進み、はいかい行動は理由も 無く歩き回るのではなく、本人なりの理由が有 ることが分かってきました。訓練では、はいか い行動について正しく理解し、はいかい行動を している人を見かけた際に、どのように声掛け するかを学び、実際に体験してみます。





青のビブス はいかい者役 オレンジのビブス 訓練者

訓練を受けてみませんか

今年度は10月下旬に青山小学校区で実施を予定しています。皆さまのお住 スター☆カフェ(小新5-7-21 アピタ新潟西店) まいの地域でも開催しませんか。詳しくは問い合わせ先にご連絡ください。

家族に認知症の人がいる人へ

認知症の進行とともに、本人の行動にとまどいや不安を感じることが増えて きます。本人への対応に負担を感じたり、イライラしたりすることもあるでしょ う。一人で抱え込まず、声を上げ、誰かに話すこと、身近な人に協力や理解を 求めることも大切です。

一人でがんばり過ぎず、地域包括支援センターにご相談ください。

地域包括支援センターへ気軽にご相談ください

○小新・小針圏域(小新中・小針中学校区、関屋中学校区内の青山小学校区) **☎**025-201-1351

○坂井輪圏域(坂井輪中学校区) ☎025-269-1611

○五十嵐圏域(五十嵐中学校区) ☎025-378-2255

○黒埼圏域(黒埼中学校区) ☎025-377-1522

○内野・赤塚・中野小屋圏域

(内野中・赤塚中・中野小屋中学校区)

2025-264-3377

認知症カフェを利用してみませんか

人との楽しい交流は、認知症の進行を遅らせ る効果があると言われています。認知症カフェ は、認知症の人やその家族、地域の人がお茶や コーヒーを飲みながら気軽に交流や相談、悩み などの情報交換ができる場所です。ぜひ、お気 軽にご利用ください。



西区の認知症カフェ

支えあいサロン松美台(松美台11-20) はあとふるカフェ☆さかい(坂井東6-23-12) 地域の憩い ぽこ あ ぽこ(平島1-12-2) なごみカフェ(寺尾1-7 複合施設でらお2階) 詳しくは市ホームページ(右の二次元コード)をご覧ください。



認知症を防ぐ・早期発見する

問い合わせ 西区 健康福祉課 健康増進係(☎025-264-7433)

検診・セミナーの申し込み

新潟医療センター予約専用番号 **☎**025-232-0126

受付 月・水・金 午後 3 時~4時(祝日を除く)



行こう!認知症検診

簡易な認知機能検査を行って、「正常」・「軽度認知機能障がい(MCI)」・「認 知症」のいずれかを判定します。

どんな検査をするの?少しご紹介します

「改訂長谷川式簡易知能評価スケール」を使い、質問への回答から判定し ます。所要時間約10分と、少ない負担で検査できます。

「受診」に抵抗がある人も、「検診」として気軽に受けられます。

たとえば、このような検査です

年齢はいくつ ですか?





日時 令和6年9月~令和7年2月の火・木曜(祝日を除く)午後1時30分~ 2時30分 1人15分程度

会場 新潟医療センター(小針3)

対象 西区在住で令和7年3月末時点に65歳以上になり、これまで医療機関 で認知症と診断されたことがない人 各日先着4人

料金 無料(追加検査、治療などにより別途費用がかかる場合あり)

受けよう!認知症予防セミナー

認知症の基礎知識や予防のための生活様式など、5つのテーマを2回コース のセミナーで行います。

	講座内容	講師		
1回目	健康を守る食事	管理栄養士		
	運動と作業活動のすすめ	理学療法士、作業療法士		
	認知症を知る	医師、認定看護師		
2回目	認知症予防につながる心の持ち方	公認心理師、認定看護師		
	お口の健康と脳	歯科医師、歯科衛生士		



会場	日時				定員	
新潟医療センター	1回目 2回目 9月 20日 27日				50人	
黒埼健康センター	1回目2回目	10月	11日		1回目 午後2時~3時30分 2回目 午後3時~4時	80人
内野まちづくりセンター	1回目 2回目	11月	8日			48人
	1回目 2回目	12月	6日 13日	金		24人
坂井輪地区公民館	1回目 2回目	1月 🖳	24日 31日			
新潟医療センター	1回目 2回目	2月	14日 28日			50人

認知症検診・セミナーの詳細は市ホームページ(右の二次 元コード)に掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

