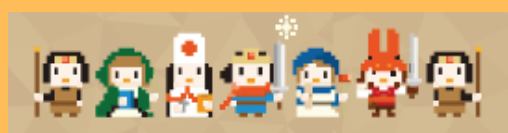




三股町



2025

6月

VOL.1

おれんじだより

おれんじ色は明るさや楽しさ、温かさを感じさせる色で、認知症に関する様々な取り組みのシンボルカラーとして使われています。

認知症ってなんだろう??

認知症の人の数は年々増加傾向にあり、高齢者の約3.6人に1人が認知症、または認知症予備軍と言われています。誰もが認知症になり得る、自分ごととして考える時代が来ています。

平成16(2004)年に「痴呆」という言葉から「認知症」に変更され、認知症に対する誤解や偏見をなくしていこうという取り組みがなされました。しかしながら、「認知症になると何もわからなくなる、できなくなる」という考え方が根強くあり、認知症になることを受け入れることが難しく、それにより、認知症の人が社会から孤立する、また認知症の人の意思が十分に尊重されないなどの状況がみられます。偏った思い込みにより、認知症の人やその家族が医療サービスや社会からのサポートに対して消極的になり、診断や治療の遅れにつながることも多いです。

認知症を自分事として考える時代へ

令和6年に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。これは、認知症になっても、自分らしく、希望を持って暮らせる社会の実現を目指すための法律です。

この法律の中で示されたのが、「新しい認知症観」です。

認知症の人を含めた国民一人ひとりが「新しい認知症観」に立って、認知症の人が自らの意思によって地域とつながり、日常生活や社会生活を営むことができる共生社会を創り上げていくことを目指しています。

★新しい認知症観とは★

「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繋がりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という考え方のこと。

認知症の人が認知症の状況に応じて、最期まで自分らしく暮らせるよう、周囲の人の支えも得ながら、認知症の人の尊厳を保持できるようにすることが重要です。

オレンジカフェ 縁がわ に来ませんか?

認知症のこと、認知症の方とのかかわり方などでお悩みの方、少し、息抜きをしたい方、コーヒーでも飲みながら、ゆっくりお話しませんか。

専門職や認知症の介護経験のあるサポーターが、あなたの日ごろの出来事や、悩みなどをお聞きします。

日時：毎月 第2木曜日 13:15~15:15
(45分程度)



会場：co-making space COME (コメキングスペース・コム)
三股町大字樺山3151番地1

※ご相談は予約優先ですが、空きがあるときは、当日受付も行います。

予約・お問い合わせ：お電話や役場窓口で、直接お申し込みください。
電話 0986-52-9063 (三股町地域包括支援センター)

相談
無料

令和7年度

オレンジカフェ

縁がわ

予約
優先



♪♪オレンジカフェとは
認知症の人やその家族だけでなく、地域の方、介護や福祉などの専門家など、誰でも気軽に集い、語り、交流して楽しむ場所です。

ひとりだけ、家族だけで抱え込まず、 気になることができたときには・・地域包括支援センターに相談を

三股町地域包括支援センターは、三股町に住むみなさんが、住み慣れた地域で安心して暮らしていただけるように、介護・福祉・健康・医療など様々な相談、支援を行う機関です。お気軽にご相談ください。

☎ 0986-52-9063

三股町地域包括支援センター
(三股町役場内)



認知症をもっと知るために 認知症ケアパスがあります

ケアパスとは、認知症の進行に合わせ、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受けることができるかをわかりやすくまとめたものです。役場、社協、医療機関、福祉施設などで、無料配布しています。



こころとからだを元気にする 5つの心かけ

認知症のリスクを避けるには、何よりも、心の健康です

01 笑顔

楽しく笑って過ごしましょう。

02 交流

仲間と会ったり、公民館等の行事に参加し、人や社会とのつながりを持ちましょう。

03 趣味・生きがい

夢中になれることを見つけ、新しいことにも挑戦してみましょう。

04 食事

バランスの良い食事をとり、低栄養を防ぎましょう。

05 運動

無理なくこまめに動き、筋力を維持しましょう。

三股には出かけたい場所がたくさん生まれています！
ケアパス、地域カタログをぜひご覧ください。

MCI（軽度認知障害）をご存じですか？

MCI（軽度認知障害）とは、認知症になる手前の段階。軽い症状はみられますが、日常生活には支障のない状態のこと。この段階で適切な対処を行うと、認知症の発症を防いだり、症状の進行を緩やかにする可能性があることがわかっています。気になることがあったら、早めに受診をしましょう。