



こんなことがあったら、港南区高齢・障害支援課や
お近くの地域ケアプラザ(地域包括支援センター)へ

お隣の〇〇さん、
最近様子が
変わってしまって
心配

お父さんが
認知症みたい。
でも病院が嫌いで
行きたがりません

家族の介護を
しているけれど、
つらくなってきた…

ご近所で
振り込め詐欺や
悪質リフォーム業者
にだまされた人がいる

ヘルパーに
来てもらったり、
デイサービスに
通う手続きは？

港南区高齢・障害支援課 TEL:847-8415 FAX:845-9809

【港南区区内ケアプラザ一覧】

港南台	TEL:834-3141 FAX:834-3145	港南中央	TEL:845-4100 FAX:845-4155
東永谷	TEL:826-1097 FAX:826-1071	日野南	TEL:836-1801 FAX:836-1813
下永谷	TEL:826-2640 FAX:826-2641	芹が谷	TEL:828-5181 FAX:828-5182
野庭	TEL:848-0111 FAX:848-0106	日限山	TEL:827-1870 FAX:827-1872
日下	TEL:843-3555 FAX:843-2400		

地域ケアプラザは、福祉保健に関する身近な相談窓口として、港南区内に9か所あります。
お話しいただいたことを同意なく外部にお伝えすることはありませんので、安心してご連絡ください。

認知症カフェ

本人だけでなく家族、地域住民が集い、介護に関する
相談や情報交換などを行っています。横浜市の
ホームページで市内での開催場所を掲載しています。

家族会・介護者のつどい

介護者同士の情報交換、リフレッシュの機会の場です。
区内9か所の地域ケアプラザで開催しています。

認知症の人を取り巻く支援の輪

詳しいことは、港南区高齢・障害支援課や地域ケアプラザへおたずねください

運転免許の相談

運転免許の返納に関する相談は、神奈川県警察で
受け付けています。家族からの相談も可能です。

消費者被害の相談

振り込め詐欺や悪質業者による被害にあったとき
は、消費生活センターや警察へすぐ連絡しましょう。

認知症になっても

安心

して暮らせるまち

～あなたのちょっとした気づかいがそんな港南区をつくれます～

認知症は誰にでも
起こる可能性のある
脳の病気です

2025年までに65歳以上の高齢者の
約5人に1人が認知症になると
言われています。

認知症の人にとって
住み慣れた自宅や
地域で暮らすことが
安心につながります

認知症の人は、新しいことを覚えることが
難しくなり、環境の変化に
適応していくことが苦手です。

認知症の人にとって
安心して暮らせるまちは、
誰にとっても住みやすいまちです

誰もが安心して
暮らせるまちってどんなまち？

中面をみましょう！



発行：港南区高齢・障害支援課 高齢者支援担当 2019年6月発行

愛あふれるふるさと港南に

大切な人が認知症になったら /

やさしくみまもる + もうひとつできること

地域の皆さんのあたたかな声かけが安心につながります

「あれ?いつもと様子が違うかな?」

不安



時間や日時、場所などがわからなくなり、約束事が守れなくなることがあります。

こんなときは...

安心



いつもと様子が違ったり、そわそわした様子がみられたら、やさしく声をかけましょう。約束の当日に声をかけたり、本人ができないところを手伝ってあげましょう。

「道に迷ってる?」

不安



目的をもって出かけたけれど、行き先がわからなくなっているのかもしれない。

こんなときは...

安心



「どちらへお出かけですか?」と声をかけましょう。疲れている様子がみられたら、休憩や飲み物をすすめてみましょう。必要に応じて周囲に手助けを求めましょう。

「最近、見かけなくなったなあ...」

不安



自信がなくなり、自宅に閉じこもったり、出かけるのが億劫になることがあります。

こんなときは...

安心



本人が好きなことや慣れ親しんだ場所へ誘ってみましょう。お迎えに行ったり、「一緒に行きましょう」と声をかけましょう。

認知症の人との接し方「7つのポイント」

- 1 まずは、さりげなく様子を見守る
- 2 自然な笑顔で、余裕を持って
- 3 できるだけ1人で声かけを
- 4 声をかけるときは、相手の視野に入ってから
- 5 相手と目線を合わせてやさしい口調で
- 6 おだやかにゆっくり、はっきりと
- 7 せかさず、相手の言葉に耳を傾けて

認知症の人は...

暮らしの中でちょっとした違和感を覚えていて、不安でいっぱいです。

認知症の人は...

出来事を忘れてしまっても、感情は残ります。

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人と家族を温かく見守り、支援する応援者を養成する講座です。港南区内でも、自治会、学校、企業などで講座が開催され、見守りの輪が広がっています。

介護をしているご家族にもあたたかな声かけを

ご家族にも「大変ですね」「何か手伝えることがあったら言ってくださいね」とねぎらいの気持ちを伝えてみましょう。ご家族自らがSOSを出せないほどお疲れの様子ときは、区役所や地域ケアプラザへ教えてください。

ご家族だけで介護をすることは、大きな負担となります。介護保険サービスなど公的な支援を活用しましょう。周りの人に認知症であることを打ち明けてみることで、支援の輪が広がるかもしれません。