



認知症カフェ



認知症カフェとは、認知症の人やその家族が、ほっとする時間を共有し、情報交換などができる場所です。認知症について相談したり、認知症について学んだりすることもできます。市内では、現在9カ所で開催していますので、気軽にお越しください。

● **対象者** 認知症の方やその家族に限らず、誰でも利用することができます。

ウエルカフェ

ウエルシア真岡高間本店
下高間木 2-12-3
☎ 83-8132 (地域包括支援センター)

スマイルカフェ Hi. ポース

グループホームふれんど真岡
東大島 801-4
☎ 81-5181

カフェますとく

グループホームますとく
京泉 2203-20
☎ 81-5775

木綿カフェ

グループホームエフビー
木綿の郷
下高間木 1-7-1
☎ 81-3880



▲ あったカフェの様子

あったカフェ

共生型医療福祉複合施設
田井の里
西田井 748-2
☎ 81-6500

こもれびカフェ〜笑〜

ふれんど真岡デイサービスセンター
八木岡 377-6
☎ 81-1120

すこやがカフェ

JA はが野生活福祉センター
JA はが野デイサービスセンターすこやか大内
飯貝 559-2
☎ 83-2294

まちなが保健室 駅前館・田町館

台町 2476-16
田町 2203-1
☎ 83-8132 (地域包括支援センター)

※開催日程や内容については、各カフェによって異なります。日程などは、Weekly News もおか等に掲載しています。詳しくは、各連絡先へ問い合わせください。

認知症予防オレンジサポーター

オレンジサポーター（認知症予防ボランティア）とは、市の認知症予防ボランティア養成講座を受けた方のことです。認知症カフェや、いきいきサロン等で、認知症の方やそのご家族などを対象とした筋トレやストレッチなどの運動のほか、脳トレなども実施しています。地域に住む方々の介護予防をはじめ、自分自身の健康づくりや生きがいづくりのため活動しています。



▲オレンジ色のポロシャツがオレンジサポーターの証です



▲二宮さくらの会での体操の様子

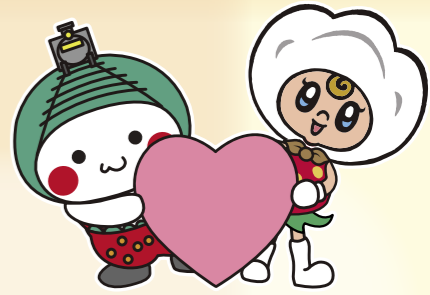
あなたも
オレンジサポーターに
なってみませんか



認知症の相談などもお受けします！

【問い合わせ】いきいき高齢課地域支援係（地域包括支援センター）☎ 83・8132 FAX 83・6335

いつまでも 住み慣れた地域で 安心して暮らすために



市では、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、さまざまな取り組みを行っています。今回は、その一部を紹介します。

認知症とは？

認知症とは、脳の細胞が壊れ、脳の働きに不都合が生じることで、記憶障害や見当識障害（時間や場所が分からなくなる）などが起こり、日常生活に支障をきたす状態のことを指します。認知症は、誰にでも起こりうる病気です。2025年には、全国で約700万人（65歳以上の5人に1人）が認知症になると予想されています。

認知症は早期発見が大切です

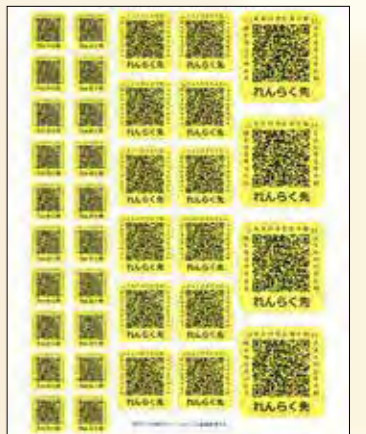
- **準備ができる**
早期の診断を受け、症状が軽いうちに、本人や家族が病気と向き合い話し合うことで、介護サービスの利用や治療を受ける場合の希望の確認など、将来の生活に備えることができます。
- **治療ができる**
認知症の原因となる病気には、早めに治療すれば改善が可能なものもあります。早めに受診をして、原因となっている病気の診断を受けることが大切です。
- **遅らせることができる**
原因となる病気によって、治療方法が異なります。適切な治療を受けることによって、進行を遅らせることができる場合もあります。

真岡市徘徊高齢者 QRコード利用事業

真岡市徘徊高齢者 QRコード利用事業とは、認知症の高齢者が徘徊で行方不明になったときや、警察等の関係機関で保護された際に、衣類や杖などに貼り付けた「QRコードシール」を読み取り、早期に身元が確認できる仕組みです。

- **利用方法**
地域包括支援センターの窓口に設置してある申請用紙に、必要事項を記入して提出
- **利用料金**
3,000円＋税（申請から1年間は無料）
QRコード1セット（シールタイプ、アイロンタイプ）を配布します。

※ 問い合わせは、地域包括支援センターまでお願いします。



▲ QRコードシール

シールを帽子やベルトに貼り付けます。