

## 認知症に理解あるやさしい地域へ。

問い合わせ 認知症対応・玖波地区地域包括支援センター ☎07461  
玖波公民館 ☎07084

玖波公民館と地域介護課、認知症対応・玖波地区地域包括支援センターが共催で、認知症をテーマに連続講座を開催しました。

12月の講座では、地元出身の脳科学者の武居光太郎さんが記憶・学習のメカニズムと認知症との関係をわかりやすく講演しました。

1月は、認知症地域支援推進員の西村幸雄さんが認知症の種類ごとの症状(治る認知症と進行する認知症)や、認知症の方に対する間違っただけの対応・正しい対応の仕方などを講演しました。



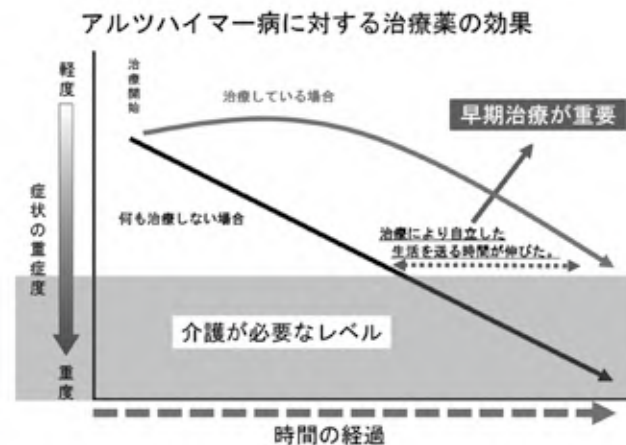
### 知ってください！認知症

認知症と加齢による物忘れは別のもので、認知症で忘れたことは、本人には「無かったこと」と一緒です。ヒントをもらっても思い出せません。そのことを怒っても、なぜ怒られるのか分からないため、何もしてないのに怒られたと思い、反発したり、混乱したりするだけです。しかも、嫌な思いをした感情は残ります。

認知症になった方の心に寄り添い、穏やかに対応することが重要です。

### 物忘れが気になったら早期受診を

認知症とは、さまざまな原因で脳細胞が死んだり、働きが悪くなったりしたために脳機能に障害が起こり、生活をするうえで支障が出ている状態のことを指します。原因によっては、治すことができる場合があります。また、アルツハイマー病などの進行性の病気が原因でも、適切な治療を受けることにより、進行を遅らせることができます。



## 3月は自殺対策強化月間

問い合わせ  
保健医療課 ☎2140

広島県では、全国と同様に平成10年以降自殺者が急増していましたが、平成22年の668人をピークに減少傾向に転じました。しかし、毎年450人前後の尊い命が失われています。特に3月は、就職や転勤、転居など生活環境が大きく変わる時期であり、自殺者数が増加する傾向があります。悩みを抱えきれないと感じたら、ためらわずに専門家に相談しましょう。悩みの原因はさまざまです。深刻なケースは個人の力で解決することが難しく、適切なサポートが必要です。市では保健師が相談に応じています。

### 精神保健福祉相談

問い合わせ 県西部保健所 ☎0829②1181

気分がゆううつ、人とうまく付き合えないなど、心の悩みの相談を精神科医師がお受けします。ご家族の相談も受けています。

とき 3月8日(金) 14時～16時

ところ 県西部保健所(廿日市市)

申し込み 3月6日(水)までに県西部保健所へ。

相談日は毎月1回。日程は通常は「情報ステーション」のページに掲載します。

## 生活環境が大きく変わる季節 自殺者数が増加傾向



### こころの悩みの電話相談 ※個人情報は厳守されます

名称	電話番号	備考
広島いのちの電話 (あらゆる悩みごとの相談)	☎082-221-4343	24時間 年中無休
こころの電話 (心の健康づくり、例えばノイローゼ、うつ病、精神疾患などに関する相談)	☎082-892-9090	月・水・金 9時～12時、13時～16時30分 (祝日および12月29日～1月3日を除く) ※ 医師の電話相談は毎月第2、第4金曜日



## 生活の困りごとや不安 相談者と一緒に考えます。よりよいサポートセンター

問い合わせ  
総合福祉センター ☎5300

生活困窮者自立支援法に基づき、よりよいサポートセンターが設置されてから、4年が経過しました。

よりよいサポートセンターとは  
生活に困りごとや不安を抱えている方の相談を受け、相談者と相談員が一緒に考え、一人一人にあった「支援計画」を作成します。そして相談者に寄り添いながら、課題の解決や自立への目標に向かい一緒に取り組んでいきます。

### 相談窓口 総合福祉センター (サントピア大竹)

ファクス ☎2247  
メールアドレス  
携帯・スマートフォンから  
otake-shakyo.yorisoji@docomo.ne.jp  
yorisoji@otake-shakyo.or.jp

相談はメールや自宅への訪問でもできます。一人で抱えず、まずは相談してください。

