

「もの忘れ」が 多くなったり、 「気分がふさぐ」 ことはありませんか？



例えば、こんなことは ありませんか？

1
5分前と
同じことを
言ったり
聞いたりする

2
置き忘れや
しまい忘れが
目立つ

3
同じもの
ばかり
買ってくる

4
身だしなみに
無関心である

5
元気がない、
趣味や家事を
しなくなった

6
怒りっぽく
なった

など

「早期診断・早期対応」が大切です

上記のような症状は認知症の症状とも言えますが、ビタミン欠乏症や転倒などで頭を打った後、1～2か月かけて、脳を覆っている硬い膜と脳の間に血液が溜まってしまう病気やうつ病などの病気などにより起こることもあります。早い段階であればその原因によっては治せる可能性もあります。

認知症であったとしても身体状況を整えるなどの対応をすること、心を安定させることで病気が進みにくくなります。

今の生活を長く続けるために、自分らしさをより保つために、早めの対応をしていきましょう。

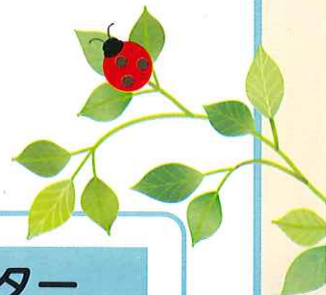


★迷うことがあったら★悩まないで★抱え込まないで★気軽に★
高齢者支援センターにご相談ください

裏面参照

高齢者の身近な相談窓口 高齢者支援センター

健康、医療、介護、福祉など、
さまざまな面から総合的に支えます！



家族のこと

気になること

身体のこと

地域で
通える
場所は？

高齢者支援センター



保健師・
社会福祉士・
主任ケアマネージャー

適切な医療やサービス
仲間と出会える場
につなげます！



相談窓口

お住まいの地区の高齢者支援センターにご連絡ください

緑 区

橋 本 042-773-5812
相 原 042-703-5088
大 沢 042-760-1210
城 山 042-783-0030
津久井 042-780-5790
相模湖 042-684-9065
藤 野 042-686-6705

中央区

小 山 042-771-3381
清 新 042-707-0822
横 山 042-751-6662
中 央 042-730-3886
星が丘 042-758-7719
光が丘 042-750-1067
大野北第1 042-704-9551
大野北第2 042-768-2195
田 名 042-764-6831
上 溝 042-760-7055

南 区

大野中 042-701-0511
大 沼 042-705-5435
大野台 042-758-8278
大野南 042-767-3701
上鶴間 042-767-2731
麻 溝 042-777-6858
新 磯 046-252-7646
相模台第1 042-767-3888
相模台第2 042-741-6665
相武台 046-206-5571
東林第1 042-740-7708
東林第2 042-705-8278

【実施主体】 相模原市
【問合せ先】 相模原市

地域包括ケア推進課 介護予防班 電話 042-769-9249

