



高齢者なんでも相談室（流山市北部地域包括支援センター）

地域にお住まいの高齢者の皆様が、いつまでも住み慣れた地域で健やかに安心して生活できるよう、介護・福祉・健康・医療など様々な面から支える、地域の身近な相談窓口です。

日常生活でお困りの事があれば、是非ご相談ください

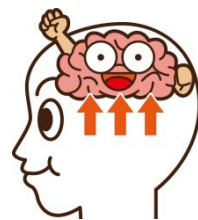
認知症の人を地域で支え、また自らも認知症を予防しましょう！！

厚生労働省は、認知症の高齢者は2025年には471万6000人となり、2040年には584万2000人にのぼり、高齢者のおよそ15%の6.7人に1人が認知症に罹患すると推計しています。

認知症は「予防すること」、「早期発見し治療すること」、「周囲の理解と支援」で発症や進行を遅らせることや症状を改善できることがわかっています。

認知症予防

- 規則正しい生活習慣で「脳の老化を防ぐ」
- 病気の予防や管理で「脳の異常を防ぐ」
- 脳に刺激を与え「脳を活性化する」



早期発見・治療

認知症を引き起こす原因でも 早期発見や治療により劇的に良くなる病気もあり、また認知症と診断されても早期治療で進行を遅らせることが可能です。
⇒掛かりつけ医に相談したり、専門外来もあります。
詳細は相談窓口にご相談下さい。



周囲の支援

【認知症サポーター養成講座】

認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し認知症の人や家族を温かく見守り支援していく応援者です。

地域包括支援センターでは、受講者の年齢や職業など対象者に合わせた内容で「認知症サポーター養成講座」を開催しています。



【認知症の相談窓口】

- 高齢者なんでも相談室（地域包括支援センター）
- 流山市役所介護支援課（Tel04-7150-6531）
- ちば認知症相談コールセンター（Tel043-238-7731）
- 若年性認知症コールセンター（Tel0800-100-2707）
- 心の相談一流山市役所障害者支援課（Tel04-7150-6081）

等

【家族会】

- こもれびの会一流山市北部地域包括支援センター 主催
- コスモスの会一流山市介護支援課 主催
- 認知症の人と家族の会一公益社団法人 主催（Tel043-204-8228）

高齢者なんでも相談室（流山市北部地域包括支援センター）では、

認知症サポーター養成講座の他、介護予防教室等の講座も随時受け付けております。

自治会・老人会等に何う事も可能ですので、ご希望の方はお気軽にお問合せ下さい。

～次頁では、流山市北部地域にて介護予防(認知症予防等)に取り組んでいる「ばしよ」をご紹介します♪～



【江戸川台東自治会の方を対象に
認知症サポーター養成講座を行いました】

わたしのまちの「ふれあいの家」

いそいそ



《所在地》東深井 94-24

《実施者》いそいそ会

代表：磯 芳江(☎090-5396-5431)

《利用料》●1回-100円 ●健康麻雀 1回-300円

心身共に柔軟な体作りを目指しています。
サークル活動や打ち合わせの場にもどうぞ！



	月	火	水	木	金
午前 10:00~12:00	健康麻雀(予約制) 介護予防運動	健康麻雀	第1・第3週 介護予防運動 第2・第4週 オレンジカフェ	介護予防運動 ながいき100歳体操 セラバンド体操・脳トレ	介護予防運動 (9:30~) ながいき100歳体操 セラバンド体操・脳トレ
	カラオケ	カラオケ	カラオケ	カラオケ	カラオケ
午後 13:00~16:00	健康麻雀(予約制)	健康麻雀			
	カラオケ	カラオケ	カラオケ	カラオケ	カラオケ

茶話やか広間



《所在地》江戸川台東 2-19(☎7156-1164)

《実施者》NPO 法人 流山ユ・71 ネット(☎7153-3911)

代表：鈴木 美智子

特に決まりごとはなく
主体は開催するグルー
プ毎です。いつでも声
を掛けて下さい。

《利用料等》

- 志 100 円程度 (募金箱を設置)
- 書道：教材費 (コピー代)

	月	火	水	木	金
午前 10:00~13:00	健康麻雀	習字 健康麻雀		習字	習字
午後 13:00~16:00	習字	習字 英語 健康麻雀	絵手紙	囲碁 脳トレ	



北部高齢者なんでも相談室 主催「みのり会」

《開催場所》江戸川台福祉会館二階(2階までは階段です)

《日時》毎月第2水曜日と第4木曜日(10:00~11:00)

《利用料》無料

《申し込み》下記 高齢者なんでも相談室まで



【高齢者なんでも相談室

流山市北部地域包括支援センター窓口のご案内】

〈受付〉月~金曜日-8:30~17:00

土曜日-8:30~12:00

〈休日〉日曜日・祝日・年末年始

〈住所〉流山市江戸川台東2-19

☎ 7155-5366 FAX 7154-3207

