

大和郡山市 いきいき元気の道しるべ

自分の趣味を
続けています。

私たちも地域の見守りに
協力します!

最近、物忘れが
増えてきているのが
気になるなあ。

まだまだ元気! 介護予防に取り組んだり、 認知症サポーター養成講座を受講しましょう!

- いきいき元気教室 ●ほのぼのサロン
- 公民館や自治会などの趣味の活動
- 認知症サポーター養成講座
(認知症の理解を深める講座)など

地域の方たちが 見守ってくれています

民生児童委員
近所のお店
近隣の方々

掃除や着替えなどを
手伝ってもらおう

みんなで一緒に
ご飯を食べると
おいしいなあ

認知症が気になったら 相談してみましょう

- かかりつけ医
- かかりつけ薬局
- 地域包括支援センター
- 認知症初期集中支援チーム

最近、体の調子が良くなって…
どこか運動できる場所や、
家事を手伝ってくれる人は
いないかなあ…

介護予防・日常生活支援総合事業

- 訪問型サービス ●通所型サービス
- その他の生活支援サービス

ご相談はお住まいの地域の
地域包括支援センターへ

家族の方へ ～介護保険の申請

もの忘れがひどい、外出したげらない…
など認知症の症状で介護が必要になっ
たら介護保険の申請を考えましょう

介護保険サービス

- デイサービス ●デイケア ●訪問介護
 - 訪問リハビリ ●訪問看護 ●ショートステイ
 - 福祉用具レンタル ●住宅改修など
- サービスの利用についてケアマネジャーに
相談してみましょう

自宅での生活

様々な介護サービスを
利用しながら最後までおうちで
生活を続けることができます

家族の方へ ～介護負担軽減のために

認知症家族の会に参加して介護の負担を
軽くするための技術や知識を学んだり、
様々な介護サービスを利用しましょう

家族の方へ ～今後の住まいについて

グループホームや特別養護老人ホーム
など住まいの選択をケアマネジャーに
相談しておきましょう

認知症になってもできることはたくさんあります。
ひとりで抱え込まずかかりつけ医などに相談し、
いろいろな制度や支援体制があることを知り準備
しておくことが大切です。

施設での生活

特別養護老人ホーム
グループホーム
サービス付き高齢者住宅 など

年の近い話相手が
できたので退屈しないわ
規則正しい生活で健康生活ね!

施設に家族が会いに来ます