

毎月
発行

認知症に関する情報紙 オレンジ



ガイド

第14号
R5.5月

～認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して～



伯耆地域包括支援センターを紹介します



1. 伯耆地域包括支援センターとは（伯耆町役場本庁舎内にあります）

地域包括支援センターは高齢者の皆さんのが住み慣れた地域で、安心した生活を続けられるように支援を行う総合機関です。様々な専門職が配置され、互いに連携を取りながら皆さんを支えます。高齢者本人はもちろん、家族や近所からの相談や悩みをお聞きし、様々な制度や地域のネットワークを活用して、適切なサービスを受けられるよう支援します。

令和5年度
伯耆地域
包括支援センター
職員紹介

生活支援
コーディネーター
本田 典子

認知症地域支援推進員
濱田 辰美

介護支援専門員
梶間 和子

保健師
城所 恵里



介護支援専門員
本庄 琢磨

保健師
有富 千帆

保健師
前田 有希

社会福祉士
後藤 彰信

（裏面に引き続き内容を掲載していますのでご覧ください。）

ためして 脳トレ！

（問題）ひらがなで書かれた計算を暗算して
答えを出しましょう。

計算力を
トレーニング！



- | | |
|----------------|--------------------|
| ① ごたすさん = | ⑥ ろくたすにひくななたすはち = |
| ② よんたすななたすさん = | ⑦ よんかけるはちたすご = |
| ③ きゅうひくさんたすに = | ⑧ ろくかけるさんたすごひくよん = |
| ④ はちたすろくたすなな = | ⑨ にたすじゅうたすろくたすはち = |
| ⑤ きゅうひくごたすなな = | ⑩ ななたすよんひくいちたすに = |

※答えは裏面にあります。

いつでも 脳トレ！

本棚や食器棚の整理整頓をしてみよう。

限られた空間に物を正しく配置することで、視空間認知が鍛えられます(^^)/

2. 高齢者に関するこんな相談を受け付けています

■もの忘れ・認知症に関すること

- ・ もの忘れが心配になってきた。
- ・ 認知症と診断された。
- ・ 認知症のことについて知りたい。
(認知症の勉強会をして欲しい。)

■権利を守ること

- ・ 虐待被害の対応や相談をしたい。
- ・ 成年後見制度を知りたい。
- ・ 消費者被害にあっているかもしれない。

■介護保険に関すること

- ・ 介護保険のことを知りたい。
- ・ 介護保険サービスを使いたい。
- ・ 家の廊下やトイレに手すりが欲しい。
- ・ 家族を介護していて疲れてしまった。

■その他

- ・ 独り暮らしで今後の生活が不安。
- ・ 離れて暮らす高齢の親が心配。
- ・ 地域で見守りが必要な高齢者がいる。
- ・ 最近家に閉じこもって姿を見ない人がいる。

■介護予防に関すること

- ・ 運動教室に通いたい。
- ・ 出掛ける場所が欲しい。

記載してあること以外にも、
高齢者に関する
様々なお悩み事に対応しています。
まずは、**伯耆地域包括支援センター**へ
気軽にご相談ください。



令和5年度 もの忘れ検診 の申込みが始まりました

受診を希望される方は、下記①～③のいずれかの方法でお申込みください。

- ①電 話：健康対策課 生活相談室(0859-68-5535)
- ②窓 口：伯耆町役場 本庁舎1階 健康対策課 生活相談室
- ③ネット：伯耆町ホームページ

<https://www.houki-town.jp/new1/10/8/m662/w138/>

※詳しくは広報ほうき令和5年4月号をご覧ください。



↑検診のネット申込
はこちら

★役場での申込み受付後、受診される方へ受診券等を送付します。

受診券等がお手元に届きましたら、直接希望される医療機関に電話でご予約ください。

【申込み・問い合わせ先】伯耆町役場 健康対策課 生活相談室 TEL0859-68-5535

過去のオレンジガイドがホームページで見られます

これまでに発行されたオレンジガイドを、伯耆町ホームページで見ることができます。ぜひ、ご覧ください！



↑過去のオレンジ
ガイドはこちら

【認知症や高齢者の相談窓口】伯耆地域包括支援センター TEL0859-68-4632

ためして 脳トレ！

の答え：① 8 ② 14 ③ 8 ④ 21 ⑤ 11 ⑥ 9 ⑦ 37 ⑧ 19 ⑨ 26 ⑩ 12