

市立図書館で「認知症月間」特設コーナーを設置!

昨年9月、市内で初めて実施した「世界アルツハイマー月間特設コーナー」のブース展示を今年も市立図書館で行います。認知症関連の本をイメージのオレンジカラーでディスプレイし、ご紹介しています。この機会に認知症についての知識を深めてみませんか?

時 9月1日(金)~9月30日(土)



認知症(おれんじ)カフェ

おしゃべりや相談ができる集いの場

認知症の人やそのご家族、地域に住む高齢者や子どもなど、誰でも安心して集える認知症カフェ。楽しくおしゃべりしながらの交流や情報交換ができる場ですので、ぜひ遊びにきませんか?

あんず

おれんじのカフェ



時 水曜日 10時~12時
場 伊藤医院裏
(四ツ山町3-5-2)
料 200円
※事前に問い合せください。
問 伊藤医院 ☎57-7545



時 月・木曜日 10時~13時
場 白寿の家
(増永2687-17)
料 150円
問 特別養護老人ホーム
白寿園 ☎68-5322

認知症に関する相談

まずは相談してみましょう!

認知症医療についての相談

まずは、かかりつけ医に相談しましょう!

必要に応じて、認知症サポート医や、より専門の医療機関を紹介してもらいましょう。

●認知症サポート医

認知症患者の診療に詳しく、専門医療機関や地域包括支援センターなどと連携しています。

- 荒尾クリニック…………… ☎63-1166
- 荒尾こころの郷病院…………… ☎62-0657
- 伊藤医院…………… ☎62-0405
- 有働病院…………… ☎62-1138
- 新生翠病院…………… ☎62-0525
- 西原クリニック…………… ☎62-0622
- ふじさわクリニック…………… ☎64-2238
- 荒尾市民病院…………… ☎63-1115

令和5年4月28日現在

認知症の介護などについての相談

●地域包括支援センター ☎63-1177

高齢者の生活を総合的に支えるための拠点として、保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーを中心に、介護・医療・福祉・健康など多方面から総合的に高齢者を支援する市の機関です。相談内容に応じて、行政機関・事業所などの必要な支援サービスや制度が利用できるようにサポートしますので、分からないことや悩みなど、気軽にご相談ください。

認知症の人を支えるガイドブック

認知症の基礎知識・相談窓口・各種サービスや制度などを掲載しています。地域包括支援センターで配布、市ホームページからもダウンロードできます。▶

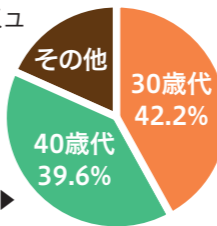


育児と介護に大忙し! ご存知ですか?

ダブルケア

子育てと介護、2つのケアを同時に行うことを「ダブルケア」といい、それを担う人を「ダブルケアラー」と呼びます。ダブルケアラーは全国で25万人以上。晩婚化や高齢出産の増加が背景とされていますが、少子化や核家族化など家族構成の変化もあり、1人にかかる負担が大きくなっています。1人で抱えて限界になる前に、コミュニティなどで相談相手を見つけたり、相談窓口へ相談してみませんか?

ダブルケアラーの8割が働き盛りの30歳~40歳代! 2016年内閣府調査より▶



育児に介護に…どうしよう?!



ダブルケアについて、みんなとお話しませんか?

ダブルケアラーが自分らしく幸せに過ごせるように交流の輪をつくり支援する

「当時は周囲に助けを求めることもできず、ただ自分の能力が低いのだと思い込んでいました」と自身を振り返る「ダブルケア熊本」の黒崎さん。結婚後、幼稚園の教諭として働いていた黒崎さんは、義母の病を機に離職。その後、自身の妊娠・出産というライフステージの変化が訪れ、子どもの誕生を喜んだのも束の間。気づけば育児と介護に翻弄される日々がはじまっていたと言います。ある時、疲れがピークに達し携帯の音声認識機能で「介護と育児」と検索した際、偶然「ダブルケア」の言葉がヒット。「その時初めて自分は助けを求めてもいい状況なんだと気付きました」と黒崎さん。2018年には「ダブルケア熊本」を立ち上げ、介護と育児をする誰もが自身の人生を大切にするための発信をしています。

「子どもの年齢や施設利用の有無に関わらず、育児と介護を両方していればダブルケアです。ゴールがないからこそ、ケアする人が「幸せ」を感じられるバランスで、家族の時間や自分の人生を大切にできる。そんな社会になってほしいと願っています」と話す黒崎さんは、ダブルケアをもっと知ってもらいたいと「ダブルケアカフェ」を随時開催し、小冊子「家族も自分も大切にできるエッセンスbook」を発行するなど、積極的に活動しています。



ダブルケア熊本 黒崎 麻子さん



そのほかにも…

「ヤングケアラー」のいる家庭をサポートし、子どもが子どもでいられるまちへ

大人の代わりに介護やケアをする子どもを「ヤングケアラー」と呼び、勉強や友人と遊ぶ時間が取れない、ストレスを感じる、というヤングケアラーは少なくありません。「子どもとしての時間」を大切にするためにも、家庭へのサポートが必要です。気軽に悩みや支援について、一人で抱え込まずにご相談ください。



こちらへ
ご相談ください

●子どものことで気になることがある
すこやか未来課 保健センター ☎63-1153

●親や祖父母の様子や介護に関する心配事
地域包括支援センター ☎63-1177