

岐阜市地域包括支援センター北部

ほく ぶ
北 部 だより



こんなときは、

岐阜市地域包括支援センター北部へ

例えば・・・

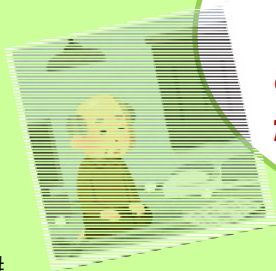
今までは布団で寝起きしていたけど、腰や膝が痛いし、**ベッドをレンタルできる方法はないかなあ。**



おじいちゃんが、自粛生活で家に閉じこもりがちで、**認知症？**と思うような症状が出てきているけど、**なにか使える制度ってあるのかな？**



新型コロナウイルスで、今まで行っていたサロンや教室に行けなくなりました。**どこかお出かけして、運動やおしゃべりができる場所はないかなあ。**



お気軽に、岐阜市地域包括支援センター北部までお問合せ下さい！

#

地域包括支援センターでも、介護保険の相談・申請手続きの代行、介護保険サービス利用のお手伝いをさせていただきます。

困ったときは、電話、または窓口（日曜・祝日以外の月曜～土曜日、窓口時間：9時～17時）にてご相談お受け致します。

岐阜市地域包括支援センター北部

住所： 岐阜市南蝉2丁目122番地 北川ビル1階

TEL： (058) 295-4510

FAX： (058) 295-7014

★ 裏面もあります！#

「認知症」 早めのご相談を！

新型コロナウイルス感染症の影響でこんな生活を送っていませんか？



体を動かしていない



家に閉じこもっている



カップ麺やお菓子、
お惣菜に偏っている

- ◎ 活動量の低下や交流の減少から、脳への血流量が低下するリスクがある。
- ◎ 多くの塩分や糖分を摂取してしまい、高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病になる可能性が高くなる。

アルツハイマー型認知症 や

脳血管性認知症 のリスクが高くなるかも！？#

～やってみよう！気づきのチェック～

- 同じことを何度も言う・聞く
- しまい忘れ、置き忘れなどいつも探し物をしている
- 料理、計算、運転などのミスが多くなった
- 話のつじつまが合わないことがある
- 約束の日時や場所を間違える、道に迷う
- 人柄が変わった、ささいなことで怒りっぽくなった
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲の人から言われた
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴えるようになった

チェックして
みましょう！



※ 認知症は早めの気づきが大切！！

認知症は、治療により改善する病気である場合や、進行を遅らせることが可能な場合もあります。

気になり始めたら、早めのご相談を。



相談先：岐阜市地域包括支援センター北部 TEL：058-295-4510