

家の中のちょっとした段差で 転びそうで心配

家の中でつまずくことが増えてきたかも…。
そう思うと、これまでは気にならなかった
小さな段差がちらほら目に付くように。
そのうち転んで大きなけがをしないために、
今できる対策をしておきたいわ。



例えばこんな
ところでヒヤリ

階段

段差が
大きい

廊下

部屋との
境目の段差

玄関

上がりかまち
の段差

まずは筋力向上P8掲載の体操
教室で足上がりをよくすること
に挑戦しましょう。



〈以下は広告スペースです〉

金津屋
かなづや

お困りごとはありませんか？

リフォームSHOP金津屋

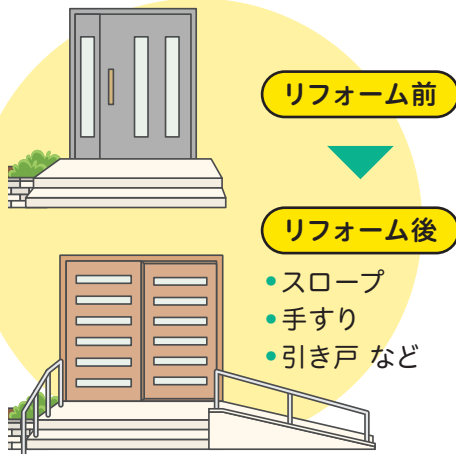
五泉市太田1-12-65

平日9:00～17:00

創業1908年 | 小工事歓迎 | 市内全域対応



0250-42-4800



基本的なバリアフリーリフォーム

段差解消

敷居を低くするスロープを設置するなど。つまずきによる転倒防止や車いすなどの移動が容易になります。

手すりの設置

移動のときの転倒防止やつかまり立ちの補助具となります。主要な設置場所はトイレ、浴槽、廊下、玄関など。バリアフリーリフォームの中でも比較的容易な部類です。

その他

車いすの通行や手すりの設置を考慮して「廊下幅の拡張」などがありますが、こちらは間取りの変更をとまなう比較的大規模な工事になります。

介護保険制度による住宅改修・介護予防住宅改修

進行性疾患や機能回復が難しい場合、環境を整備することを支援する制度があります。

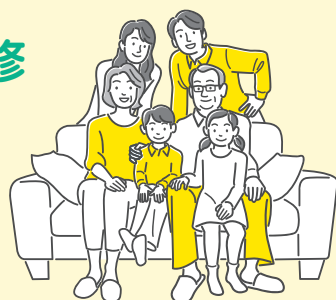
住宅改修(※事前申請が必要です)

対象となる工事

- 滑りの防止や移動の円滑化等のための床・通路面の材料の変更
- 手すりの取り付け ●段差の解消 ●開き戸から引き戸等への扉の取替え
- 和式便器から洋式便器等への便器の取替え

問い合わせ

高齢福祉課介護保険係



住宅のバリアフリー改修に伴う固定資産税の減額(※要件あり)

対象者

- 以下のいずれかの方が居住していること
- 65歳以上の方 ●介護保険の要介護認定又は要支援認定を受けている方 ●障がいのある方

問い合わせ

税務課資産税係

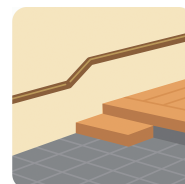
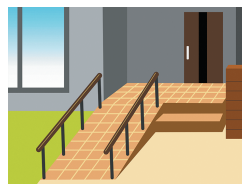
※その他、高齢者・障がい者向け安心すまいる整備補助事業もあります。

〈以下は広告スペースです〉

この町で一生のお付き合い



SATO
KENSHO



新築／リフォーム
株式会社さとう建匠

五泉市美郷244-1

Tel 0250-47-8101



これってもしかして認知症？ 自分や家族の確認をしたい

親や身近な人、あるいは自分自身が
認知症になったらどうしよう…。
認知症と言っても種類は様々と聞くけど、
どういう症状が出たら医師に相談するんだろう？
不安なときに気軽に聞ける相談先は？



年をとれば誰でも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが
困難になったりしますが、「認知症」はこのような「加齢によるもの忘れ」とは違います。

「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違い（一例）

	加齢によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
体験したこと	一部を忘れる 例) 朝ごはんのメニュー	全てを忘れている 例) 朝ごはんを食べたこと自体
もの忘れの自覚	ある	ない(初期には自覚があることが少なくない)
日常生活への支障	ない	ある
症状の進行	極めて徐々にしか進行しない	進行する

また、認知症とよく似た状態
(うつ、せん妄)や、認知症の
状態を引き起こす体の病気
もいろいろあるため(甲状腺
機能低下症など)、早期に
適切な診断を受けることは
大切です。

出典: 政府広報オンライン「知っておきたい認知症の基本」

(<https://www.gov-online.go.jp/article/202501/entry-7013.htm>)を加工して作成

〈以下は広告スペースです〉

心をつくして人を育む ～五泉の元気はみどりから～



地域密着型特別養護老人ホーム
小規模多機能型居宅介護
地域密着型通所介護
居宅介護支援事業所

みどりの園
みどり多機能ホーム
デイサービスセンター ころつくしの家
ころつくし介護支援センター

入所

地域
密着

通所

訪問

認知症対応型共同生活介護 グループホーム

ありがとうの家第一第二
ありがとうの家小新保
みどりの家



社会福祉法人 みどり心育会
特定非営利活動法人 みどり心育会

五泉市村松甲5600-1

☎ 0250-58-6700



公式HP

● 家族がつくった「認知症」早期発見のめやす

日常の暮らしの中で、認知症ではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。

いくつか思い当たることがあれば、一応専門家に相談してみることがよいでしょう。

もの忘れがひどい

- ☑ 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- ☑ 2. 同じことを何度も言う・問う・する
- ☑ 3. しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- ☑ 4. 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

判断・理解力が衰える

- ☑ 5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- ☑ 6. 新しいことが覚えられない
- ☑ 7. 話のつじつまが合わない
- ☑ 8. テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所がわからない

- ☑ 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ☑ 10. 慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる

- ☑ 11. 些細なことで怒りっぽくなった
- ☑ 12. 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- ☑ 13. 自分の失敗を人のせいにする
- ☑ 14. 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

- ☑ 15. ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- ☑ 16. 外出時、持ち物を何度も確かめる
- ☑ 17. 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

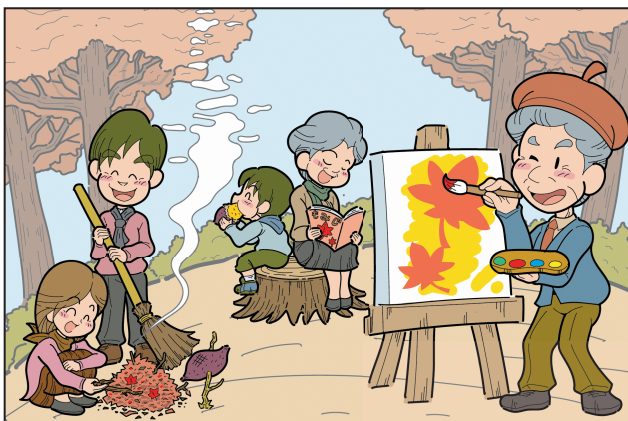
- ☑ 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- ☑ 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ☑ 20. ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる



出典：公益社団法人認知症の人と家族の会

脳トレ

間違い探しにチャレンジ ～秋編～ 間違いを5つ探そう



○ 認知症の予防

認知症の予防とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」ということを意味します。
(認知症施策推進大綱より)



認知症カフェとは…

高齢者同士の交流の場です。コーヒーやお茶を飲みながら楽しいひと時をすごすことができます。看護師、保健師等がおりますので、健康相談や介護相談などもお受けします。
事前の申し込みは不要です。直接会場においでください。



ふらっとカフェ

- 会場** 五泉地域包括支援センター
- 日時** 毎週火曜・金曜のどちらかを選んで週1回
13時30分～15時30分
- 参加費** 無料(お菓子がでる日は250円)



オレンジカフェさくら

- 会場**
 - 村松保健センター
 - 村松老人福祉センター
 - かがやきの郷
- 日時** 第3金曜日、第4金曜日
13時30分～15時
- 参加費** 250円

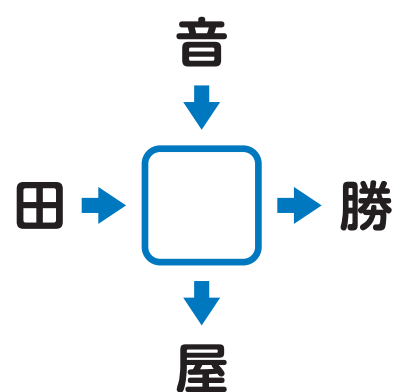
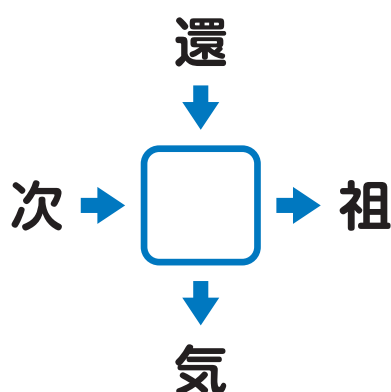
※別紙日程表があります。詳細は高齢福祉課にお問合わせください。



二字熟語 穴埋め

にチャレンジ

□に漢字を1文字入れて
4つの熟語を作ろう



「茶」の「茶」の「茶」の「茶」

にいがたオレンジドクター

認知症の相談が可能な医師がいる新潟県認定の医療機関です。もの忘れや認知症に関する相談対応のほか、認知症の方及び家族への支援、認知症疾患医療センターや地域包括支援センター等と連携をします。



医療機関名	所在地	電話
石曽根医院	五泉市石曽根7990	0250-58-6335
たけだ内科クリニック	五泉市村松1288-1	0250-58-2113

≫ 認知症外来

医療機関名	所在地	電話	備考
五泉中央病院 ※認知症疾患医療センター	五泉市太田489番地1	0250-47-8598	認知症外来 要予約 月・水・木曜日

≫ 認知症初期集中支援チーム

「本人が医者に行きたがらない」「今まで丈夫でかかりつけ医がない」などの理由で認知症の診断や治療につながらない人を対象に、認知症初期集中支援チームが医療受診や適切な介護サービスの利用などについて支援します。まずは地域包括支援センターへご連絡ください。(P28ページへ)

主な相談先 ～認知症かな?と思ったら～

≫ かかりつけの医師

≫ 医療機関の「もの忘れ外来」

下記のウェブサイトから検索できます。

公益社団法人
認知症の人と家族の会
「全国もの忘れ外来一覧」



≫ 認知症に関する相談窓口

下記のウェブサイトから、市町村等に設置されている認知症に関する相談窓口や、地域包括支援センター等を検索できます。

介護事業所・生活関連情報検索
「介護サービス情報公表システム」



こたえ

間違い探しにチャレンジ ～秋編～

- 1 マフラーが無くなっている
- 2 焚き火の煙の形が違っている
- 3 トングに変わっている
- 4 スマホに変わっている
- 5 絵が変わっている

