

家の中のちょっとの段差で 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、これまで気にならなかった
小さな段差がちらほら目に付くようだ。
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〉

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

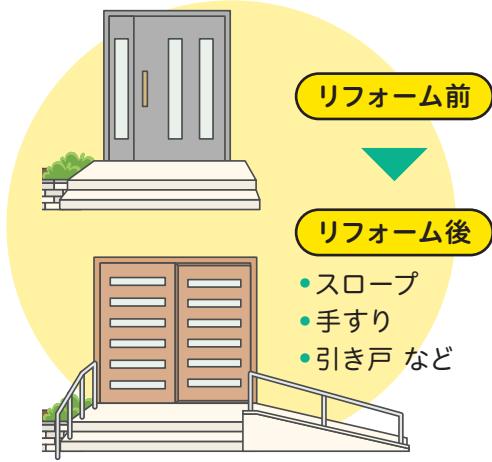
平日9:00～17:00

創業1908年 | 小工事歓迎 | 市内全域対応



金津屋
かなづや

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も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?不安など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りましたが、「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	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。
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	

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 こころつくしの家
こころつくし介護支援センター

入所

地域
密着

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り
- 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

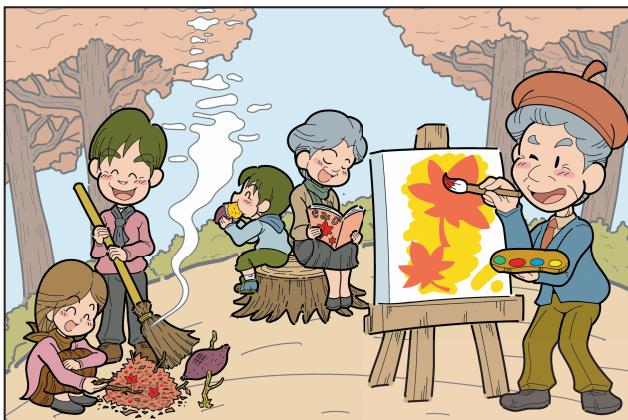
- 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 20. ふざげ込んで何をするのも億劫がりいやがる



出典:公益社団法人認知症の人と家族の会



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。直接会場においてください。



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(お菓子ができる日は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

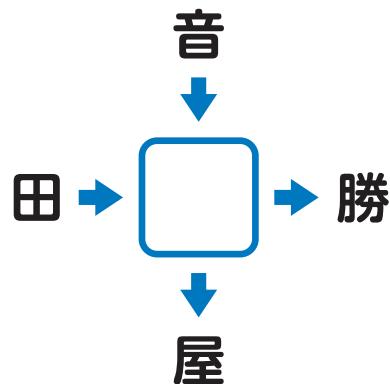
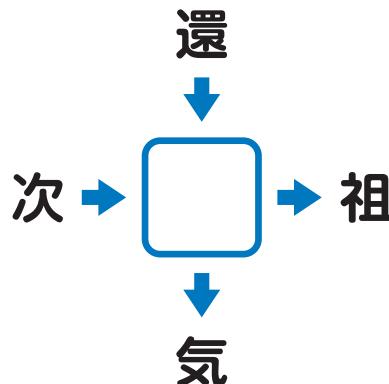
※別紙日程表があります。詳細は高齢福祉課にお問合せください。



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



「泰」右「元」左：乞

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

