

9月は  
高齢者福祉月間  
です

# 認知症の相談窓口を

## ご存知ですか？

### あなたやあなたの家族にこんな症状はありませんか？

慣れた道でも  
迷うことがある

テレビ番組の内容が  
理解できなくなった

もの忘れが  
ひどい

些細なことで  
怒りっぽくなった

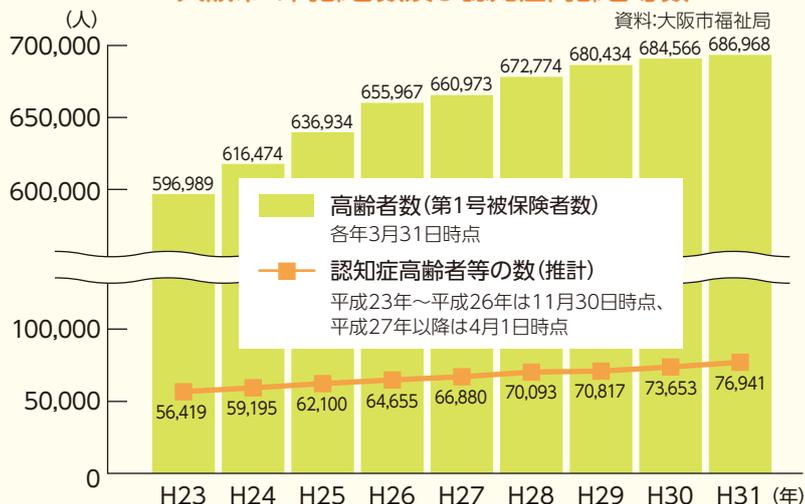
身だしなみを  
気にしなくなった

外出時に持ち物を  
何度も確かめる



これは「家族が見つけた認知症早期発見の目安(公益社団法人認知症の人と家族の会作成)」のほんの一部です。

### 大阪市の高齢者数及び認知症高齢者等数



大阪市においても高齢者及び認知症高齢者数は増加傾向にあり、全国で見ると令和7年には認知症患者数は約700万人、65歳以上の高齢者の5人に1人になると見込まれています。

そう、認知症は誰にでも起こりうる、とても身近な病気なのです。

この特集号では、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう支援する、淀川区を中心とした相談窓口をご紹介します。

「いつもとちがう、様子がおかしい」と思ったら、一人で悩まず早めに認知症の相談窓口へ相談しましょう。



淀川区オレンジチーム  
もり しげのぶ  
森 俊文 さん

認知症はご家族や福祉サービスだけでは24時間の支援が難しいことから、地域での見守りや情報共有が大切になります。より多くの方に認知症に対する知識や理解を深めてもらうことで、認知症の発症も早めに気付くことができますし、淀川区区内で多い独居老人世帯の状況把握にもつながります。これからむかえる超高齢化社会に向けて、人とのかかわりや地域とのつながりを大切にし、お互いが支え合える関係を築いてもらいたいですね。

# 淀川区内の認知症相談窓口のご紹介

「困ったな」「どうしたらいいの?」そんな時は、先ずはご相談ください!

最近物忘れがひどくて一人暮らしが不安になってきた。

認知症予防に興味がある。

家族が認知症と診断されたけど、どうしたらいいのかわからない。

## 地域包括支援センター

高齢者やその家族からの介護、福祉、保健に関する相談に専門職が総合的に対応します。お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご相談ください。

### 淀川区地域包括支援センター(やすらぎ)

問合せ ☎6394-2914 FAX6394-2977

場所 三国本町2-14-3

担当地域 新高・西三国・東三国・新東三国・三国

開館日 月～土曜日9:00～19:00(土曜日は17:00まで)



やすらぎでは「やすらぎげんき倶楽部」を年5回開催しています。

みんなで楽しく認知症予防、介護予防に取り組みましょう!

### 東部地域包括支援センター(ミード宮原センター)

問合せ ☎6350-7310 FAX6350-7302

場所 西宮原1-6-45

担当地域 北中島・宮原・西中島・木川・木川南

開館日 月～土曜日9:00～19:00(土曜日は17:00まで)

東部地域包括支援センターでは10月15日(14:00～16:00)に認知症の理解を深めていただくための「認にこっ祭り」を開催予定です。どなたでもお気軽にお越しください。

東部地域包括支援センター長  
中西さん



### 南部地域包括支援センター(ミード社会館)

問合せ ☎6309-1400 FAX6309-1402

場所 十三元今里1-1-52

担当地域 塚本・田川・新北野・神津・野中・十三

開館日 月～土曜日9:00～19:00(土曜日は17:00まで)



南部地域包括支援センターでは、ふれあい食事会等の地域の集まりに参加させていただきながら、認知症に関する相談窓口について皆さまに周知しています。

### 西部地域包括支援センター(加寿苑)

問合せ ☎6305-0737 FAX6305-0738

場所 加島1-34-8

担当地域 加島・三津屋

開館日 月～土曜日9:00～19:00(土曜日は17:00まで)



西部地域包括支援センターでは、毎月第4水曜日13:30～14:30に介護認知症予防教室を開催しています。参加費無料・申込不要ですのでぜひ一度参加してみてください。

## 総合相談窓口(ランチ)

地域包括支援センターと連携したより身近な相談窓口です。お住まいの地域を担当する総合相談窓口(ランチ)でもご相談できます。

### 東三国ランチ(なみはや)

問合せ ☎6350-2880

FAX6350-2887

場所 東三国2-12-16

担当地域 東三国・新東三国

開館日 月～金曜日9:00～17:30  
(土日祝休み)

### 新高ランチ(陽だまりの苑)

問合せ ☎6397-0710

FAX6397-6810

場所 新高4-15-25

担当地域 新高・野中

開館日 月～金曜日9:00～17:30  
(土日祝休み)

### 十三ランチ(淀川暖気の苑)

問合せ ☎6885-7811

FAX6885-7813

場所 木川西4-5-40

担当地域 西中島・木川・木川南・十三

開館日 月～金曜日9:00～17:30  
(土日祝休み)

最近、家族の様子がおかしい。認知症の検査をしたいけど、「大丈夫!」といって病院に行かなくて困っている。

夫が若年性認知症と診断された。これからの生活が心配だけど、どうしたらいいのかわからない。

## 認知症初期集中支援チーム(淀川区オレンジチーム)

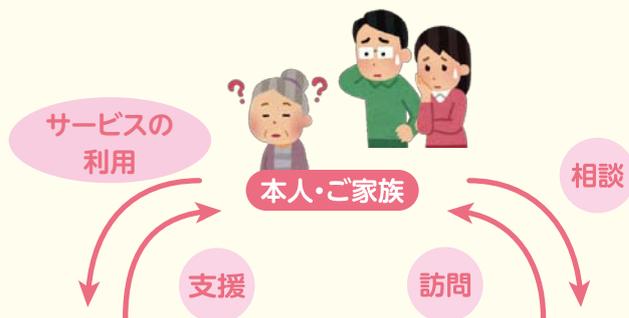
認知症の早期発見・早期支援のため、医師と医療・介護福祉職からなる専門職の「オレンジチーム」を東部地域包括支援センターに設置しています。「認知症かな?」と感じたときや、どのように対応していいのかわからないときなど、悩まずにご相談ください。若年性認知症の人もサポートします!

### このような支援を行います

オレンジチームチーム員が、認知症の方やご家族を訪問し、心配ごとを確認させていただき、病院受診や介護保険サービスの利用など、主治医の先生や認知症サポート医の先生と連携を図りながらサポートします。

### このような方はぜひお気軽にご相談ください

- 認知症疾患の臨床診断を受けていない方
- 継続的な医療サービスを受けていない方
- 適切な介護サービスに結びついていない方
- 介護サービスが中断している方
- 若年性認知症でお困りの方



### 問合せ 淀川区オレンジチーム

西宮原1-6-45 東部地域包括支援センター内  
☎6391-3770 ☎6350-7302  
月～土曜日(祝日・年末年始除く)9:00～17:00



## 認知症疾患医療センター

保健医療・介護機関等と連携し、認知症の進行予防から地域生活の維持まで必要となる医療を提供します。認知症に関する鑑別診断やその初期対応、身体合併症の急性期治療のほか、専門医療相談等を行っています。淀川区を含む北部エリアは主に下記の医療機関と連携しています。

医療機関名	住所	電話番号
大阪市立弘済院附属病院	吹田市古江台6-2-1	☎6871-8013
咲く花診療所	淀川区西中島6-7-20	☎6301-0377

※他医療機関を受診することもできます。

## 淀川区保健福祉センター(区役所保健福祉課)

日常生活から、医療や福祉に関する様々な相談や手続きを行っています。

### ◆介護保険サービスに関する相談

※65歳未満でも、老化が原因とされる病気であれば、介護保険サービスを活用できる場合があります。

問合せ 保健福祉課(介護保険)3階31番 ☎6308-9859

### ◆高齢者福祉に関する総合相談や在宅生活の支援サービスに関する相談

問合せ 保健福祉課(保健福祉)3階32番 ☎6308-9857

### ◆精神保健福祉相談員・保健師による認知症など、こころの健康相談・精神科医師による精神保健福祉相談(要予約)

問合せ 保健福祉課(健康相談)2階21番 ☎6308-9968

# 自分でできる認知症の気づきチェックリストをやってみましょう

※ご家族や身近な方がチェックすることもできます。

## 自分でできる認知症の気づきチェックリスト

- ① 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか
- ② 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか
- ③ 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか
- ④ 今日が何月何日かわからないときがありますか
- ⑤ 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか
- ⑥ 貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか
- ⑦ 一人で買い物に行けますか
- ⑧ バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか
- ⑨ 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか
- ⑩ 電話番号を調べて、電話をかけることができますか

まったくない **1点**  
 ときどきある **2点**  
 頻繁にある **3点**  
 いつもそうだ **4点**

問題なくできる **1点**  
 だいたいできる **2点**  
 あまりできない **3点**  
 できない **4点**

合計点  点

チェックしたら、① から ⑩ の合計を計算

**20点以上**の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。お近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。  
 認知症の診断には医療機関での受診が必要です。  
 ※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

出典／東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課「知って安心認知症(平成29年9月発行)」

## 大阪市認知症ナビ・大阪市認知症アプリ

認知症で困った時に役立つ情報や機能がたくさん!認知症の方ご自身だけでなく、ご家族、支援者の方でも活用しやすくなっています。是非、ご活用ください。

### おもな機能

#### ◆医療・介護のこと(認知症ケアパス)

認知症の状態に応じて、どこへ相談すればいいのかわかる、どのような支援があるのかをまとめています。

#### ◆認知症チェック

自分やご家族でできる認知症の気づきチェックリスト。

#### ◆イベント情報(アプリのみ)

市民向けの講座や相談会、専門職向けの研修など、地域の身近なイベント情報を掲載しています。



認知症ナビ

認知症アプリ

大阪市 認知症ナビ

iOS版

Android版

認知症アプリダウンロードはこちらから➡

