

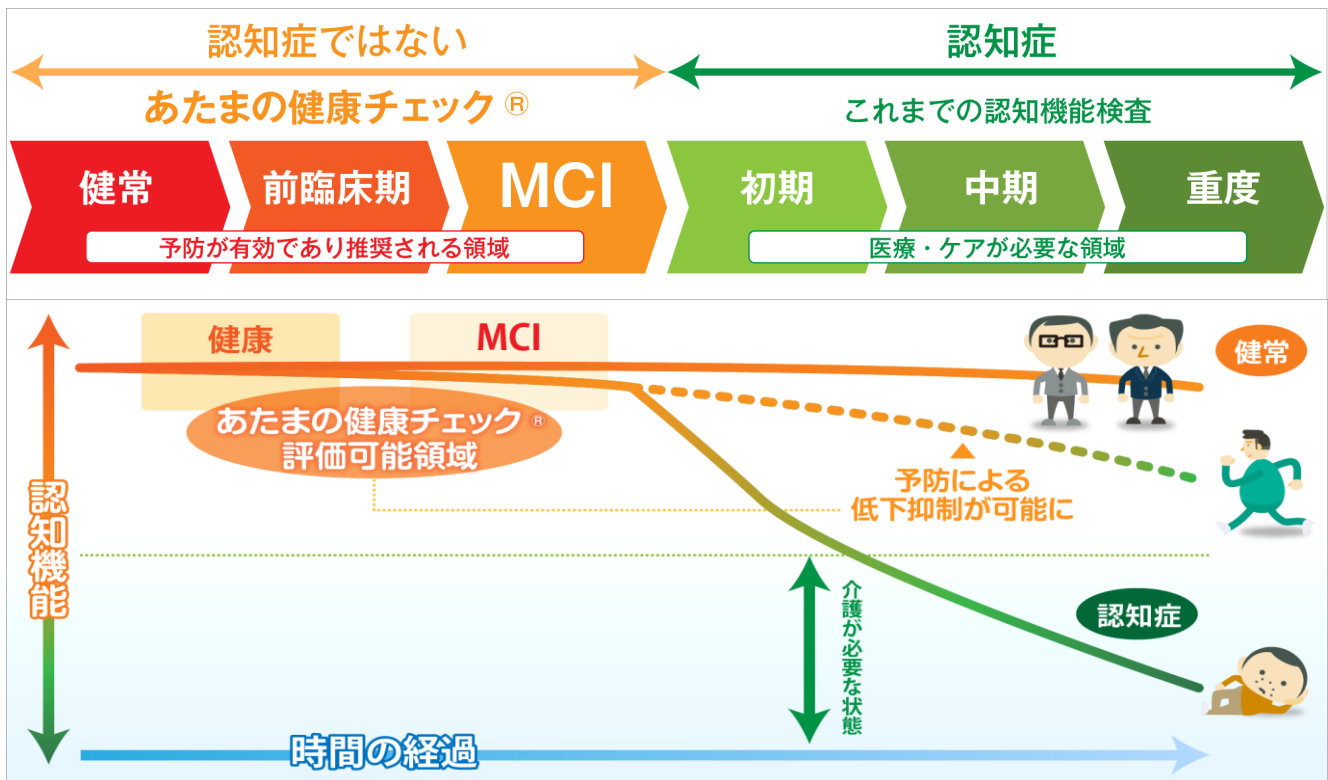
## 誰もが暮らしやすい地域社会をめざして その2

### ～ 認知症の発症に備える ～

地域包括支援センターには様々な相談が寄せられていますが、認知症に関する相談も多く寄せられています。高齢化の進展に伴い、認知症は誰にでも発症する可能性があるとても身近な脳の病気になっています。

### ～ 認知機能の低下に早く気付くために・・・「あたまの健康チェック」の活用 ～

認知症は、老化に伴う病気のひとつですが、50歳あたりから徐々に記憶力や判断能力の低下など微細な認知機能低下（軽度認知機能障害：MCI）が現れてくると言われています。



認知機能の低下を招く要因には、生活習慣病をはじめ、加齢や睡眠不足、ストレスなど様々な原因が考えられますが、早めに傾向に気づき、運動や社会参加（人との関わり）など生活改善を図ることで対処可能なことも多くあります（治療可能な病気を含む）。

神川地域包括支援センターでは「あたまの健康チェック」システムを活用してMCIの状態把握に努め、必要な支援のためのお手伝いをします。まずは地域包括支援センターまでご相談ください。

※認知症の診断をするものではありませんのでご注意ください。検査時間は説明まで含めておよそ1時間程度です。地域包括支援センターの役割として、実態把握調査（アセスメント）並びに必要な介護予防支援を行います。

# 地域の困りごとを一緒に解決しませんか？

～ 『移動販売 とくし丸』 がはじまりました！ ～

「免許証を返納してから、日々の買い物が大変…」 「自分で見て選びたい！」 そのような声が多く寄せられています。その解決策のひとつとして『移動販売 とくし丸』の活用例があります。

現在、神川地区をデリシア様が、東部地区をアリオ上田店様が担当して運行を行っています。

## 【東部地区の様子】



令和3年4月から個人宅でのとくし丸（アリオ上田店）が稼働しました。

ご近所の方も利用され、「助かっている！」「お米や重い物も便利！」との声が聞かれました。

個人宅以外でも、福祉施設などでの活用が進んでいます。

事前にほしい物を依頼しておくことも出来ます。

## 【神川地区の様子】

令和3年5月から、みすず台南公民館をはじめ、個人宅での運行（デリシア）がはじまりました。

訪れた方からは「お惣菜の種類も多く、お昼や夕飯の一品に良いです！」との声が聞かれました。

地域の皆さまにとっての生活支援や集いの場のひとつになっています。



『移動販売 とくし丸』の詳しいご案内につきましては、下記の問い合わせ先までお願いします。

### 問い合わせ先

- ・神川地区： 株式会社デリシア  
とくし丸担当 ☎ 080-7461-1420
- ・東部地区： 株式会社イトーヨーカ堂アリオ上田店  
外商部長 塚田様 ☎ 0268-27-6611



### 上田市神川地域包括支援センター

〒386-0016

上田市国分 533-20

☎ 29-2266 ・ FAX 29-2260

時間 午前8時30分～午後5時15分

月曜日～金曜日(祝日は除く)

(時間外・休日は24時間電話にて対応いたします。)

上田市神川地域包括支援センターは 社会福祉法人上田市社会福祉協議会 が上田市から委託を受けて運営しております。