

しあわせの村あんしんすこやかセンター通信 令和7年度/初夏号(1)

しあわせの村あんしんすこやかセンター通信では、高齢者に役立つ情報をお伝えしていきます。今年度3回発行予定です。

あんしんすこやかセンターとは？

「あんしんすこやかセンター」は、「地域包括支援センター」の神戸市における愛称で高齢者の介護相談窓口です。

保健師等、社会福祉士等、主任介護支援専門員、地域支え合い推進員を配置し、概ね中学校区に1か所の割合で設置しています。



あんしんすこやかセンター



社会福祉士



主任ケアマネジャー



保健師または看護師



地域支えあい推進員

〈センターの役割〉

- ・ 高齢者の相談窓口・要介護(要支援)認定の申請代行
- ・ 地域での支え合い活動の支援・介護予防サービス計画の作成 等

引用元：神戸市HP・あんしんすこやかセンター、神戸市あんしんすこやかセンター一覧リーフレット

熱中症に気を付けて!!

気温差の激しい季節です。
家の中での生活でも、熱中症
になることがあります。
暑さを避けて暮らしましょう

熱中症の症状

・めまい
・立ちくらみ
・生あくび



・大量の発汗
・筋肉痛
・筋肉のこむら返り

病状がすすむと

・頭痛
・嘔吐
・倦怠感



・判断力低下
・集中力低下
・虚脱感

応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

《1日8回を目安にこまめな水分補給を意識しましょう。》



水分補給では、
アルコール以外の
飲料をとるようにしましょう。

引用元：厚労省熱中症予防 <https://www.mhlw.go.jp/content/necchushoyobou.pdf>

大塚製薬工場 HP https://www.os-1.jp/dehydration_heatstroke/dehydration_heatstroke04/

認知症って どんな病気？

物忘れが
気になり始めたら、
かかりつけ医に
相談しましょう



～もしもに備えて 災害・防災対策 『自宅を安全な場所に しよう』

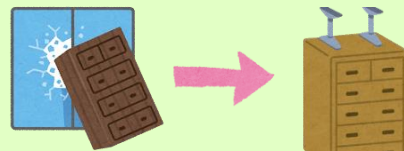
1

不要な物は手放し、
整理整頓を心がけましょう。



2

家具を固定し、
転倒を予防しましょう。



今住んでいる自分の自宅が安全な環境であるか一度確認してみましょう。

1

「もの忘れ」の違い

年齢相応の「もの忘れ」

- **体験の一部を忘れる**
家族や知人の名前が思い出せない
食事の中身を思い出せない
- 「もの忘れ」の**自覚がある**

認知症による「もの忘れ」

- **体験全体が抜け落ちる**
家族や知人のことを忘れる
食事を食べたこと自体を忘れる
- 「もの忘れ」の**自覚がない**

2

認知症の主な種類と特徴

※この4つ以外にも、認知症には複数の種類があります。

アルツハイマー型認知症

記憶障害(もの忘れ)が主な症状です。進行に伴って時間や場所が分からなくなること(見当識障害)や歩行障害などの症状が現れることがあります。被害妄想や幻覚などのBPSD(行動・心理症状)が現れることがあります。

血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの脳血管障害によって、周りの神経細胞が損傷を受け、認知機能が低下していきます。原因となる病気の対策を行うことで、発症や悪化を防ぐことが可能となる場合もあります。

レビー小体型認知症

脳の神経細胞にタンパク質(レビー小体)がたまり、生じる認知症です。幻視やパーキンソン症状(手の振えや体のこわばりなど)が特徴として挙げられます。

前頭側頭葉型認知症

大脳の前頭葉・側頭葉が萎縮することによって生じる認知症です。感情の変化(無関心、興奮、聞き分けのなさなど)や、常同行動(同じ料理ばかり作ったり、散歩で決まった場所を繰り返し歩くなど)が見られることがあります。

認知症の種類や症状によって、対応や治療方法はさまざまです。
また、その人によって症状の出方や進行も、異なります。

引用元： [神戸市認知症ケアパス（冊子版）](#)（PDF：6,809KB）

〈高齢者に必要な災害時に必要な備えについて〉
災害はいつ、どこでおこるかわかりません。
自分を守るためにも、今すぐ出来る防災対策をお知らせします。

しあわせの村あんしんすこやかセンター

〒651-1106 神戸市北区しあわせの村1番19号

(介護老人保健施設 リハ・神戸1F)

TEL：(078) 743-8208 FAX：(078) 743-8305

相談は
こちらへ

