

②医療機関以外の相談先

唐津市地域包括支援センター

高齢者の皆さんがその人らしい生活を安心して送ることができるように、健康・医療・福祉・介護・住まい・生活支援に関する幅広い相談に応じる「総合相談窓口」です。



唐津市
地域包括
支援センター

唐津市役所 1階 健康づくり部地域包括ケア推進課内
時間 8時30分～17時15分(土日・祝日、年末年始を除く)
☎ 0955-72-9191(直通)

佐賀県認知症コールセンター

佐賀県若年性認知症支援センター

認知症の方とその家族が抱える、認知症の症状や介護、精神的な悩みを認知症介護経験のある相談員が聞きます。



認知症の人
と家族の会
佐賀県支部

公益財団法人 認知症の人と家族の会 佐賀県支部
時間 10時00分～16時00分(土日・祝日、年末年始を除く)
☎ 0952-37-8545

認知症と上手く付き合うための3か条

第1条 認知症のことを正しく知り、認知症のご本人への理解を深めましょう

認知症サポーター養成講座

認知症に対する正しい理解促進のために地域や学校、職場などの要請に応じて無料で開催している講座です。

「認知症サポーター」とは、認知症について正しく理解し、認知症や家族の人などを温かく見守り自分のできる範囲で手助けする人です。



唐津市認知症
サポーター
養成講座
申請ナビ



問い合わせ先 唐津市地域包括支援センター ☎ 0955-72-9191

第2条 認知症は早期診断・早期治療が大切です

「物忘れが多くなった」「今までできていたことが出来なくなった」など、認知症が疑われる時は、早めに相談・受診しましょう。

その理由は……

- ☐ 他の病気や一時的な症状の場合があり、治ることもあります
- ☐ 認知症によっては、進行を遅らせる薬もあります
- ☐ ご本人がご家族とともに、これからの生活について考えることができます
- ☐ ご家族は、認知症のことを知り、早いうちから介護や介護サービスなどの相談ができます

唐津市ホームページで認知症簡易チェック！

- ◆これって認知症？
(家族・介護者向け)
- ◆わたしも認知症？
(ご本人向け)



※本チェックは簡易です。ただし、簡易検査は自己診断になりません。
※本人の同意を得た上で実施してください。
※このチェックの結果は、医師の診断を受けるものではありません。
※結果に疑問がある場合は、医師の診断を受けることをお勧めします。

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、認知症の始まり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、かかりつけ医などに相談することをお勧めします。

	チェック欄	内 容
もの忘れが ひどい	☐	今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
	☐	同じことを何度も言う・問う・する
	☐	しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
	☐	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	☐	料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
	☐	新しいことが覚えられない
	☐	話のつじつまが合わない
	☐	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	☐	約束の日時や場所を間違えるようになった
	☐	慣れた道でも迷うことがある
人柄が変わる	☐	些細なことでも怒りっぽくなった
	☐	周りへの気づかいがなくなり頑固になった
	☐	自分の失敗を人のせいにする
	☐	「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	☐	ひとりになると怖がったり寂しがったりする
	☐	外出時、持ち物を何度も確かめる
	☐	「頭が変になった」と本人が訴える
意欲が なくなる	☐	下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
	☐	趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
	☐	ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

第3条 自分だけで抱え込まずに地域とつながって生活を続けていきましょう

認知症になっても地域とつながって暮らしていくことができます。地域には認知症の人をあたたく迎え入れてくれる場所があります。

認知症カフェ・オレンジカフェ



カフェ形式のリラックスした雰囲気、認知症の人やその家族、地域の人、専門職など、誰もが気軽に集い、おしゃべりや情報交換をすることで、お互いを理解し合う場です。

唐津市オレンジカフェ
(認知症カフェ)に参加
しませんか

＊開催場所や開催日など変更となる可能性がありますので、

唐津市地域包括支援センター（☎0955-72-9191）に問い合わせの上ご参加ください。

令和7年7月現在

校区	カフェ名称	開催場所	開催日	校区	カフェ名称	開催場所	開催日
久里	マロンカフェ	久里公民館	第3 水曜日	相知	ライブリー L i v e l y カフェ	グループホーム おうち・緑山	奇数月 第4金曜日
外町	オレンジカフェ ひばりの会	用尺公民館	第4 金曜日	長松	ゆいなC a f e	住宅型有料老人 ホーム結絆	第3 火曜日
北波多	オレンジカフェ たなか	田中区集会所	第4 土曜日	浜玉	ふりーだむ あおぞらカフェ	ふりーだむ鍼灸院	第3 火曜日
成和	モモカフェ M o m o C a f e	シェアハウス百花	第3 金曜日	鏡	幸カフェ	宅老所ふもと	第3 水曜日
志道	ちよいカフェ	SOUZOU館 (南城内)	第2 金曜日	山本	あさひの 楽しカフェ	あさひ薬局 山本店	第4 月曜日

認知症 ご本人の声

- ・自宅にいるより、この場に参加して楽しい。楽しく毎日を生きていたいから。
- ・普段一人暮らしで人と話をしないので、久しぶりにここで話をする。



ご家族の声



自宅介護をする中で、色々なことがあります。認知症の妻が、楽しいと思える事を一番大切にしたいと思っています。カフェに参加し妻が人と上手に話している姿を見ると喜びを感じます。今後も、カフェに参加し、認知症がどのように進んで行くのか知識を得ながら相談をしていきたいと思っています。

認知症介護経験のつどい

認知症の人を介護した経験を持つ人、介護している人などが、悩みや思いを話すことができる場所です。また、認知症の人の介護・生活の工夫や知りたいことなど情報交換できる場でもあります。

★詳しくは、
唐津市地域包括支援センター
(☎0955-72-9191)
に問い合わせください。

ご家族の声

母が認知症と診断されたすぐは、とても不安になりました。家族として、どう母に向き合ったらよいか分からない時に介護経験のつどいに参加しました。“つどい”では、気持ちを共有してもらってアドバイスもいただきました。不安な気持ちも小さくなって私が笑顔になれたことを覚えています。今も悩んだ時には、すぐに聞いてもらえるので安心して母を介護しています。

