

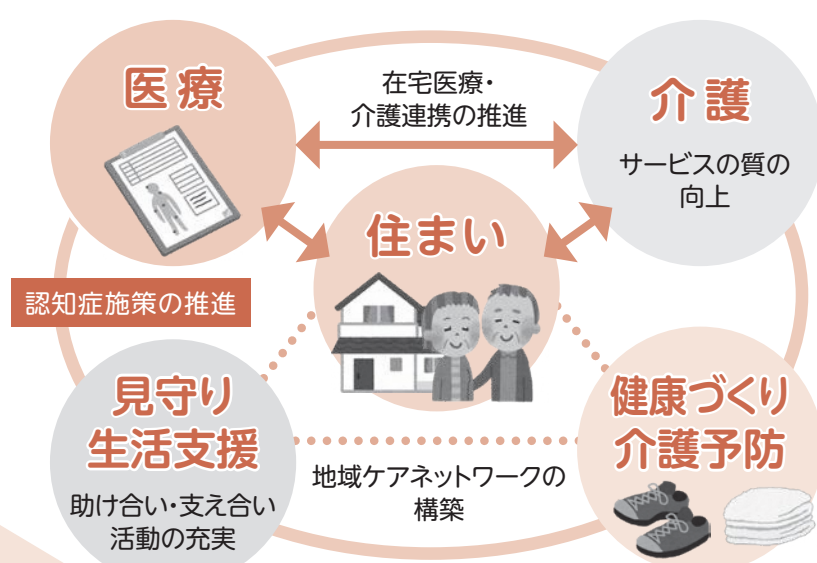
認知症の人とその家族も 安心して生活できるまち「くさつ」

市では、昨年7月に「草津市認知症があっても安心なまちづくり条例」を制定し、認知症の人やその家族が安心して暮らせる環境づくりなどに取り組みため、「草津市認知症施策アクション・プラン第3期計画」を策定しました。

長寿いきがい課(1階)
☎ 561・2372、FAX 561・2480

市がめざす地域包括ケアシステムの姿

住み慣れた地域で安心して生活できるように、医療と介護の連携や、地域の人からの見守りといった認知症施策などを推進します。



草津市認知症施策アクション・プラン第3期計画

理念

- ◆ すべての市民が人として尊重され、一人ひとりがいきいきと輝き、安心して暮らすことのできるまちづくり
- ◆ 認知症の人が認知症とともによりよく生きていくことができるよう、認知症の人およびその家族の意思が尊重され、自分らしく暮らし続けることができる地域共生社会および心のバリアフリー社会の実現
- ◆ 認知症の人がその意思により、有する力を最大限に活かしながら、安全安心に社会参加できる地域づくり
- ◆ 各主体がそれぞれの役割を認識し、相互の連携・協働による、認知症があっても安心なまちづくり

認知症の人とその家族も安心して生活できるまちの実現をめざす

市が取り組む5つの基本目標

- 1 認知症の正しい知識と理解を深めるための普及・啓発の推進
- 2 認知症の人を含む誰もが安心して暮らせる地域づくりの推進
- 3 認知症の予防等の取組
- 4 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の支援体制づくりの推進
- 5 認知症の人およびその家族への支援

認知症の予防等の取組

草津市クックパッド公式キッチン

「草津・たび丸Kitchen」

市では、野菜の摂取量増加や地産地消など、食育や健康づくりを目的としたレシピの紹介を行っています。

今年は、主に欧米で認知症と認知機能低下のリスクの低減につながると注目されている、野菜・果物・魚類などを多く取り入れた地中海食やDASH食を参考に、健康食レシピを掲載する予定です。

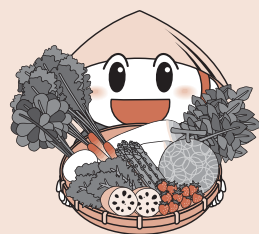
認知症の発症リスクを低減するためには、主食に偏らず、主菜と副菜をしっかり取ってバランスの良い食事をするのが大切です。手軽に取り入れて、認知症予防の食習慣を身に付けましょう！

※参考：WHOガイドライン「認知機能低下および認知症リスクの低減(2019年5月)」



草津・たび丸Kitchenはこちら

他にも、市の野菜を使った「琵琶湖からすま運根のシャキシャキ餃子」や「カルシウムやビタミンAが豊富な「かぶと豆腐のグラタン」などのレシピがあるたべー！



認知症の人およびその家族への支援

認知症ヘルプカード

認知症ヘルプカードは、サポートが必要としている人がどのようなことに困っているかを記載しているポケットサイズのカードです。

認知症の人は、現在の年月や時間、自分がどこに居るかなどが分からなくなることがあります。このカードを持ち歩くことで、外出中に道に迷ったときなどに周囲の人に尋ねやすくなり、また周囲の人は声を掛けやすくなります。



認知症の正しい知識と理解を深めるための普及・啓発の推進

草津市認知症シンポジウム

認知症があっても安心なまちづくりを実現するために、認知症の人や支援者の思いを知り、認知症について正しく理解するきっかけになるよう、シンポジウムを開催します。

認知症は他人事ではなく自分のこと・身近なこととして受け止め、社会全体で支え合うための、地域づくりについて考えましょう。また、寄り添う人の存在が大切であることを認知症の当事者から語ってもらうことで、リアルな声を実感する機会にもなります。



詳しくはこちら

丹野智文さん、若生栄子さんによる講演や、宮川正治さん(南草津けやきクリニック院長)、吉村明浩さん(社会医療法人誠光会)を交えたパネルディスカッションを行います。

◎ 7月17日(土) 9:30~11:30(9:00~受付)

所 草津アミカホール(草津三)、Zoomでも開催

定 190人(先着順) 草津アミカホール100人、Zoom90人

申 6月1日(火)~30日(水)(消印有効)に、直接か郵送、電話、ファクス、Eメールで



丹野智文さん
おれんじドア代表、当事者ネットワーク代表理事。39歳の時に若年性アルツハイマー型認知症と診断された後も、企業で働きながら認知症大使として活躍中



若生栄子さん
公益社団法人 認知症の人と家族の会 宮城県支部代表。認知症当事者のパートナーや家族の支援を行っている

認知症カフェ

ってどんなところ？

認知症の人やその家族、地域住民など、みんなが集い、交流できる場です。手芸コーナーやゲームコーナー、相談コーナーがあります。

◎ 毎月第1金曜日13:30~
(祝日の場合は、翌週)

所 西一会館(草津町)

¥ 200円



他にも当日こんな催しがあります！

- ・認知症初期集中支援チーム相談会
専門職による家族の相談会を開催します。
◎ 11:30~12:30
- ・認知症川柳作品展示
受付前で、応募のあった作品のパネル展示をします。
- ・認知症カフェ活動体験会
◎ 11:30~12:30
認知症カフェなごみで行われている脳活の体験や相談ができます。

シンポジウムの会場参加者全員に
伊藤園の「お抹茶」をプレゼント！