

自分が 家族が **認知症だとわかったら**

- 家族・ご近所と仲良く、孤立しない生活をおくりましょう。
- カフェやミニデイ、サロンや地域の集いの場、趣味の会などに参加し
継続しましょう。
- サポーター養成講座を利用して、認知症について、正しい知識を持ちましょう。
- 介護保険・成年後見制度などを知ることも大切です。



～認知症の家族を介護する方へ～

早めに受診し、治療することで治る認知症もあります。
介護は負担が重く、長丁場となることも考えられます。
がんばりすぎないで！！

かかりつけ医や地域包括支援センター等に相談しましょう。



《相談窓口》

相談機関	所在地	電話番号	受付時間
地域包括支援センター	長井市栄町1番1号	82-8012	月～金 8：30～17：15
地域包括支援センター 公立置賜長井病院支所	長井市屋城町2番1号 公立置賜長井病院内	82-8013	
在宅介護支援センター 慈光園	長井市小出3453番地	84-7620	月～金 8：30～17：30
リバーヒル長井 在宅介護支援センター	長井市寺泉3525番地1	88-1011	月～金 8：30～17：30
長井市福祉あんしん課	長井市栄町1番1号	82-8011	月～金 8：30～17：15
(公益社団法人) 認知症の人と家族の会 山形県支部	山形市小白川町2-3-31 山形県総合社会福祉 センター3階	023-687-0387	月～金 12：00～16：00

※祝日・年末年始除く

