

ささえ愛かいご

9

Sep.2025
Vol.34

島原地域広域市町村圏組合

orange
petitCafé
オレンジ
カフェ
喫茶ケルン
認知症の人と家族が安心して暮らせるまち

orange
petitCafé
オレンジ
カフェ
喫茶ケルン
認知症の人と家族が安心して暮らせるまち



特集 認知症月間 ～認知症を正しく知る～

こころつながる まちの喫茶店

認知症とは

いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりしたためにさまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態です。

認知症＝物忘れとイメージする方も多いと思いますが、記憶の消失だけでなく理解力や判断力も低下します。

3 人に 1 人

2040年の認知症・軽度認知障害 高齢者

認知症の高齢者は増加傾向にあり、厚生労働省によると2025年は471.6万人、団塊ジュニアの世代が65歳以上になる2040年には、584.2万人にのぼると推計。そのころには、高齢者の3人に1人が認知症か、認知症の前段階の軽度認知障害（MCI）になると考えられています。

（出典 令和6年5月認知症施策推進関係者会議資料）

解説 「軽度認知障害（MCI）」

「軽度認知障害（MCI）」は、認知症と診断される手前の段階であり、加齢による通常の物忘れよりは進んでいるが、まだ認知症と診断されるほどではなく、日常生活には大きな支障がない状態を指します。

（公財）認知症の人と家族の会は、認知症の本人や家族が安心して暮らせる社会を目指し、全国で活動を行っている団体です。支部を通じて相談支援や交流の場「つどい」を提供し、家族同士のつながりや情報共有を大切にしてきました。

また、専門職や地域と連携しながら、制度改善や啓発活動にも力を入れています。認知症があっても笑顔で暮らせる社会の実現に向け、誰もが参加できる支援の輪を広げていきます。

島原半島においては、島原市「お城の会」、雲仙市「かおり会」、南島原市「グループ・すみれ」の認知症の人と家族の会が、相談支援や情報提供、交流の場「つどい」などを通じて多くの人々を支えています。

認知症の人と家族の会

認知症月間は、国際アルツハイマー病協会が定めた「世界アルツハイマー月間」に基づき、認知症に対する関心と理解を深めることを目的として、日本でも毎年九月を「認知症月間」と位置づけられています。特に、二〇二四年一月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」により、九月二一日を「認知症の日」と定め、全国で様々な活動が行われています。

認知症月間

認知症を正しく知る

特集
認知症月間



3大認知症

認知症にはいくつか種類がありますが、代表的なものとして、アルツハイマー型認知症、脳血管性認知症、レビー小体型認知症があげられます。

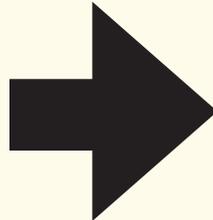
<p>アルツハイマー型認知症</p> <p>認知症の種別割合 67.6%</p>		<p>脳内で異常なたんぱく質がつくられ、脳の細胞の働きが少しずつ失われていく。脳が委縮して機能が全般的に低下していく。</p> <p>◆ゆっくり進行する ◆人格が変わることがある</p> <p>◆最近のことを忘れる ◆機能低下は全般に進む</p>
<p>脳血管性認知症</p> <p>認知症の種別割合 19.5%</p>		<p>脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患により、脳の細胞の働きが失われる。</p> <p>◆急性で、発症のたびに段階的に悪化する</p> <p>◆機能低下はみだらに起こる</p> <p>◆片麻痺、えんげ障害、言語障害などの障害が起こりやすい</p>
<p>レビー小体型認知症</p> <p>認知症の種別割合 4.3%</p>		<p>「レビー小体」という特殊なたんぱく質が蓄積し、脳細胞が損傷を受ける。</p> <p>◆初期には症状に波があり、徐々に進行する</p> <p>◆リアルな幻想、妄想がある ◆パーキンソン病に似た症状</p>

共生社会実現のための認知症基本法

認知症の本人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進し、認知症の本人を含めた国民1人1人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会（＝共生社会）の実現を推進することを目的として、**2024年1月に認知症基本法が施行されました。**新しい認知症観として、「認知症の予防」から、「認知症との共生」へと変わりました。

古い認知症観

- ・ 他人事、自分はならない・なりたくない
- ・ 認知症になると何もわからない、できなくなる
- ・ 認知症の人は支援をされる人
- ・ 認知症は恥ずかしい、隠す
- ・ 地域では暮らせない



新しい認知症観

- ・ 認知症は誰もがなり得るもの
- ・ 我がごと、向き合う、備える
- ・ 認知症になってもできることがたくさんある、支え手にもなれる
- ・ やりたいこともたくさんある
- ・ 本人は話せる、声を聴く
- ・ 地域の一員、希望がある



南島原市口之津町
「口之津港ターミナルビル」



雲仙市千々石町
「釜蓋城（かまぶたじょう）」

オレンジライトアップ

認知症月間では、全国各地で様々な普及啓発が行われています。

島原半島内でも、雲仙市の千々石支所や釜蓋城、南島原市の口之津港ターミナルビルの夜間のライトアップが行われています。

その他、各所にブースを設置し認知症に関するチラシやリーフレット、絵本などで周知を行っています。

認知症早期発見のめやす

日々の暮らしの中で、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、暮らしの中の目安として参考にしてください。

(出典 公益社団法人認知症の人と家族の会HP)



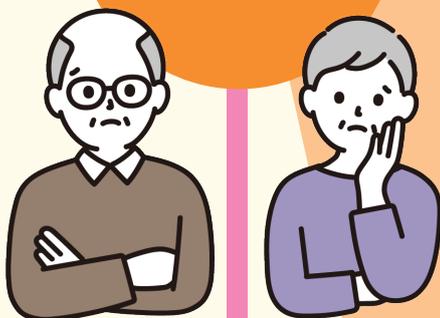
相談

紹介

- ▶医療機関
- ▶介護サービス
- ▶地域での社会参加

自立生活
に向けて

気づき
困りごと



日常診療

受診

まずは「かかりつけ医」に相談しましょう。

☑ チェックリスト

もの忘れがひどい

- ①切ったばかりの、電話の相手の名前を忘れる
- ②同じことを何度も言う・聞く・する
- ③いつも探しものをしている
- ④財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

人柄が変わる

- ⑤些細なことで怒りっぽくなった
- ⑥周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- ⑦自分の失敗を人のせいにする
- ⑧「この頃様子がおかしい」と周囲から言われた

判断力・理解力が衰える

- ⑨料理・片付け・計算・運転などのミスが増えた
- ⑩新しいことが覚えられない
- ⑪話のつじつまが合わない
- ⑫テレビ番組の内容が理解できなくなった

不安感が強い

- ⑬ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- ⑭外出時、持ち物を何度も確かめる
- ⑮「頭が変になった」と本人が訴える

時間・場所がわからない

- ⑯約束の日時や場所を間違えるようになった
- ⑰慣れた道でも迷うことがある

意欲がなくなる

- ⑰下着を替えずに、身だしなみに構わなくなった
- ⑱趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ⑲ふさぎ込んで何をすることも億劫がり嫌がる

もしかしたら・・・と思ったら相談しましょう！

認知症は、誰にでも起こりうる病気です。「もしかしたら・・・」と思ったら、早めに地域包括支援センター、医療機関や認知症初期集中支援チームに相談しましょう。

- 地域包括支援センター** : 認知症地域支援推進員が認知症に関する相談支援を行っています。
- 認知症疾患医療センター** : 必要に応じて認知症の鑑別診断を行います。
- 認知症サポート医** : 認知症の診療に習熟しており、かかりつけ医や専門医との連携を図ります。
- 認知症初期集中支援チーム** : 認知症専門医と医療・介護・福祉の専門職がチームになり、自宅訪問を行い早期に介入します。

相談窓口

相談窓口	所在地	電話番号
島原市地域包括支援センター	萩原一丁目 1230	65-5110
雲仙市地域包括支援センター	愛野町乙 1736-3	36-3571
南島原市地域包括支援センター	北有馬町戊 2747	84-2633
認知症の人と家族の会「お城の会」	島原市	65-5110
認知症の人と家族の会「かおり会」	雲仙市	37-2160
認知症の人と家族の会「グループ・すみれ」	南島原市	87-2683
長崎県若年性認知症サポートセンター	長崎市尾上町 3-1	095-895-2437
認知症初期集中支援チーム (医療法人 済家会 島原保養院)	島原市下川尻町 8189-2	73-9169

訪問

医療機関

【認知症疾患医療センター】

医療機関名	所在地	電話番号
医療法人 済家会 島原保養院	島原市下川尻町 8189-2	62-1969

【認知症サポート医】

	医師名	医療機関名	所在地	電話番号
島原市	川口 哲	島原こころのクリニック	広馬場町 375-2	65-5566
	柴田 和英	島原保養院	南下川尻町 8189-2	62-2969
	吉村 正太	長崎県島原病院	下川尻町 7895	63-1145
	黒滝 直弘	高城病院	中野町丙 1165	62-3105
	貴田 秀樹	貴田神経内科・呼吸器科・内科病院	有明町大三東戊 790-2	68-0040
雲仙市	松本 康	松本内科医院	国見町神代己 257-1	65-3333
	横田 美登志	よこた医院	瑞穂町西郷辛 1172	77-2000
	吉富 祐輔	愛野ありあけ病院	愛野町甲 370	36-0153
	城代 貴仁	城代医院	千々石町丁 480	37-2032
	井手 孝	公立小浜温泉病院	小浜町マリーナ 3-2	74-2211
	田所 正人	公立小浜温泉病院	小浜町マリーナ 3-2	74-2211
	野田 満	公立小浜温泉病院	小浜町マリーナ 3-2	74-2211
	扇玉 秀順	公立小浜温泉病院	小浜町マリーナ 3-2	74-2211
南島原市	中山 裕之助	泉川病院	深江町丁 2405	72-2017
	石川 和仁	石川内科医院	西有家町里坊 25-1	82-8822
	森田 十和子	永田内科泌尿器科医院	西有家町須川 61-2	82-0832
	太田 大作	菜の花クリニック	南有馬町乙 1565-1	85-3690
	池永 健	口之津病院	口之津町丁 5615	86-2200
寺澤 佳洋	口之津病院	口之津町丁 5615	86-2200	

連携

認知症と診断



こころつながる まちの喫茶店



「オレンジプテカフェ 喫茶ケルン」
参加者同士のコミュニケーション、認知症や介護に関する専門職による講話、相談を行っています。

オレンジカフェ（認知症カフェ）

認知症の人と家族、専門職、地域の方など、どなたでも参加でき、楽しい時間を過ごす場です。認知症のことについて語り合ったり、情報交換ができます。専門職もいますので、気軽に相談もできます。

カフェ名	日時	場所	問合せ先
オレンジプテ カフェ 喫茶ケルン	毎月第2・4火曜日 10時30分～12時	喫茶ケルン (島原市高島二丁目280)	介護保険課地域支援係 ☎61-9102
オレンジカフェ お城の会	毎月第2金曜日・最終月曜日 10時～12時	偶数月 白山公民館 奇数月 霊丘公民館	認知症の人と家族の会 「お城の会」 ☎65-5110
オレンジカフェ ちぢわ	毎月第2・4日曜日 13時30分～15時30分	小規模多機能ホームクベレ (雲仙市千々石町戊182-4)	小規模多機能ホームクベレ ☎37-6200
オレンジカフェ くちのつ	毎月第2・4木曜日 ①第2木曜日14時～16時 ②第4木曜日19時～21時	①口之津図書館3階 ②口之津公民館	ボランティアグループ 「ささえさんの会」 ☎090-6423-1578 ※お問合せは月・火曜日の 14時～18時にお願ひします

つどいの場

カフェ名	内容	日時	場所	問合せ先
オレンジサロン ことだま	認知症の人同士、家族同士が出会える場所。参加者の「ことば」を大切にチャレンジしたいことを応援します。	毎月 第1・3金曜日 10時～12時	あんしんハウス島原 「喫茶いこい」	島原市地域包括支援センター ☎65-5110
わきあい愛の つどいカフェ	レクリエーションやモノづくり、お茶をしながら、もの忘れや生活での困りごとなど気軽におしゃべりしましょう。どなたでも参加でき、必要があれば専門職が相談に応じます。	毎月 第2水曜日 14時～15時30分	愛の夢未来センター	雲仙市地域包括支援センター ☎36-3571
おばま湯ったり つどいカフェ		偶数月 第2金曜日 14時～15時30分	雲仙市小浜体育館	
つどいませんか	認知面の低下が気になっている人、認知症(かもしれない)ご本人、その家族がつどい、認知症疾患医療センターの専門職も一緒に時間を過ごします。	奇数月 第4月曜日 14時～15時30分 (※日時は変更あり)	布津公民館	南島原市地域包括支援センター ☎84-2633 認知症疾患医療センター ☎62-1969 ※事前にご相談ください。
ほっとケアサロン in 南島原 ～介護者のつどい～	介護をしている方が自由に語れる情報交換の場。介護を終えた方、介護している方をサポートしている方も一緒にどうぞ。	①令和7年9月16日10時～ ②令和7年11月18日10時～ ③令和8年2月17日13時30分～	①口之津公民館 ②深江公民館 ③北有馬ピロティ	南島原市地域包括支援センター ☎84-2633

※休止や日時の変更等がある場合があります。初めて参加する場合は、詳細についてお問合せください。
※飲食代は自己負担になります。

kaigo
お知らせ
news

島原市第14回 介護予防推進フォーラム

日時：令和7年9月25日(木) 午後1時30分から
会場：島原市文化会館 中ホール
問合せ先：島原市地域包括支援センター ☎ 65-5110

参加無料

日時：令和7年9月25日(木) 午後1時30分
会場：島原市文化会館中ホール

認知症の人を花にするシンボルカラー(オレンジ)の花を
いっしょに育てませんか？当日、花の種をプレゼント♪



基調講演

テーマ：本人から伝えたいこと、メッセージを聴こう
ゲスト：ながさきけん希望大使
「認知症の人の生活で語り、前向きに暮らす姿を積極的に発信中」
本人の声を聞き、住民みんなが支え合い、一人ひとりのこころからの暮らしをより豊かにするヒントに♪

チームオレンジ 活動紹介

チームオレンジ ことだま 「やりたいこと、やろう」本人主体型	チームオレンジ 島原「お城の会」 自分も救われた！あたたかい地域型
チームオレンジ 白山元気会 長年の活動から育まれてきた宝物型	チームオレンジ れい丘元気がい

【共催】島原市地域包括支援センター/島原地域の城市町村圏組合
【後援】島原市/島原市医師会/南島地域ケアセンター/広域支援センター
島原保健院 認知症医療センター/島原市在宅医療・介護相談センター
※がまたすボランティア制度・島原市いきいき健康ポイント対象事業
問合せ先：島原市地域包括支援センター
☎(0957)65-5110 FAX(0957)65-5114

島原市第14回
「認知症になってもよろしくね。」
介護予防推進フォーラム

kaigo
お知らせ
news

①介護予防フォーラム in 雲仙 ②南高合同在宅医療・介護連携研修会

日時：令和7年11月30日(日)
①午前10時30分から ②午後1時から
会場：雲仙市小浜体育館
問合せ先：①雲仙市地域包括支援センター ☎ 36-3571
②雲仙市在宅医療・介護連携サポートセンター ☎ 36-7007

住み慣れた町で自分らしい人生の送り方を考える

2025 11/30 日

小浜体育館
参加費無料

10:30～(サブアリーナ会場) 介護予防フォーラム in 雲仙 同日開催！
13:00～(会議室1) 南高合同在宅医療・介護連携研修会

基調講演
終活から始める健康長寿のセカンドライフ設計

講師：愛野記念病院 理学療法士 川口 雄一氏
(株)ユースリー/(株)メイクス 理学療法士 竹口 耕輔氏
(株)Yu-Me 代表取締役 山本 竜馬氏

第1部 行政説明
第2部「ACP普及啓発動画をみて語ろう」

●医療医療介護福祉専門職・行政関係機関対象
市民講演会
ご自宅でお看取りをされたご家族お話しからのお話
●市民・専門職対象

(メインアリーナ会場)
12:00～ **相談・体験コーナー**
在宅による在宅医療相談、Eスポン、ハンドマッサージ体験、体力測定など
※調整中にて一部内容が変更になる可能性有

「お問い合わせ」 雲仙市地域包括支援センター ☎ 0957-36-3571
雲仙市在宅医療・介護連携サポートセンター ☎ 0957-36-7007

kaigo
募集
recruit

認定ヘルパー養成講座

認定ヘルパーとは？

支援が必要な高齢者宅を訪問し、掃除や洗濯、調理などの日常生活に対する援助を行うヘルパーです。

※身体介護は行いません。

この養成講座を修了すると、本組合の「認定ヘルパー」として登録でき、介護予防・日常生活支援総合事業における「訪問型サービスA」に就業できます。

- ▶ **日程** 令和7年10月22日(水) 9時30分～16時30分
- ▶ **講座内容** 訪問型サービスに関する基礎知識を学び、訪問介護事業所で掃除・洗濯・買い物など生活援助サービスを体験します。※詳しくは、島原地域広域市町村圏組合ホームページに掲載
- ▶ **場所** ①島原市医師会館講堂 ②千々石保健センター機能訓練室 ③南島原市役所西有家庁舎3階A会議室
講座の一部をオンラインでつないで実施しますので、いずれかの会場にご参加ください。
※各会場の申込みが3名未満の場合は、講座を中止する場合がございます。
- ▶ **受講対象者** 座学と実習をすべてを受講でき、島原市・雲仙市・南島原市の認定ヘルパーとして就業可能な18歳以上の方
- ▶ **受講料** 無料
- ▶ **申込締切** 令和7年9月24日(水)
- ▶ **申込先** 島原地域広域市町村圏組合 介護保険課 地域支援係 ☎ 61-9102

kaigo
 行事
 event

家族介護教室



問 地域支援係 ☎ 0957-61-9102

島原地域広域市町村圏組合では介護に関する知識や技術、介護者の健康管理、介護サービスの利用方法等について学ぶ教室を民間の事業所等に委託し実施します。高齢者を介護している家族や介護に興味のある方などを対象にした教室です。受講料は原則無料ですが、参加には事前に申込みが必要です。参加申込及び詳しい内容は実施事業所へお問合せください。

- 対象者**
- ① 島原市・雲仙市・南島原市にお住まいの40歳以上の方（被保険者という）
 - ② 介護が必要な被保険者を介護している方 ※年齢・住所は問いません。

市	教室名	種類	開催日時	開催場所	実施事業所・連絡先
島原市	日々実践できる介護方法・介護予防	①②③ ④⑤	令和7年8月28日（木） 10:00～12:00	安中公民館	合同会社 グロース ☎ 61-0589
	今から始める誤嚥予防	②③	令和7年10月21日（火） 10:00～12:00	白山公民館	合同会社 まざーリーふ ☎ 080-1768-8008
	こころとからだの健康講座	②③④	令和7年10月2日（木） 10:00～12:00	霊丘公民館	
			令和7年11月6日（木） 10:00～12:00	森岳公民館	
	介護者の健康づくりについて～日頃からできる足元からの健康づくり～	③	令和7年10月7日（火） 10:00～12:00	杉谷公民館	
			令和7年10月7日（火） 13:30～15:30	三会公民館	
こころとからだの健康講座	②③④	令和7年10月2日（木） 13:30～15:30	有明公民館		
雲仙市	日々実践できる介護方法・介護予防	①②③ ④⑤	令和7年9月17日（水） 13:00～15:00	国見町農村環境改善センター	合同会社 グロース ☎ 61-0589
			令和7年10月15日（水） 10:00～12:00	瑞穂町公民館	
			令和7年10月15日（水） 13:30～15:30	吾妻町ふるさと会館	
			令和7年10月23日（木） 13:30～15:30	愛の夢未来センター	
			令和7年10月23日（木） 10:00～12:00	千々石町公民館	
			令和7年11月12日（水） 13:30～15:30	小浜町南本町公民館	
			令和7年11月12日（水） 10:00～12:00	ハマユリックスホール	
認知症を楽しく正しく知ろう	①②③ ⑤⑥	令和7年8月3日（日） 10:30～12:30	口之津港ターミナル（2階多目的ホール）	ボランティアグループ「ささえさんの会」 ☎ 090-5290-4552	
やっつく！知っ得！認知症予防	①	令和7年11月21日（金） 13:30～15:30	布津公民館	(株)小嶺ケアセンター ケアプランセンター みなケア ☎ 070-9078-1251	
日々実践できる介護方法・介護予防	①②③ ④⑤	令和7年12月18日（木） 13:30～15:30	深江町公民館	合同会社 グロース ☎ 61-0589	
		令和7年11月20日（木） 10:00～12:00	北有馬ピロティー文化センター		
		令和7年11月20日（木） 13:30～15:30	原城オアシスセンター		
笑顔で支える介護教室	③	令和7年10月1日（水） 10:00～12:00	ありえコレジヨホール	合同会社 まざーリーふ ☎ 080-1768-8008	
		令和7年10月15日（水） 10:00～12:00	西有家公民館（総合学習センター）		
こころとからだの健康教室	②③④	令和7年12月4日（木） 10:00～12:00	加津佐総合福祉センター		

- 種類**
- ①寝たきりや認知症予防講話 ②介護方法講話 ③介護者の健康づくり講話 ④介護技術の講習
 - ⑤介護に関する相談 ⑥介護サービスの利用方法 ⑦その他介護に関する手段