

パソコンや携帯電話、スマートフォンで、

認知症簡易チェックができます！

気になることがあったら、認知症のチェックをしてみませんか？

- 同じ話を無意識のうちに繰り返す
- 知っている人の名前を思い出せない
- 物のしまい場所を忘れる
- 今、しようとしたことを忘れる

運動機能は大丈夫？
□ コモチェックも
一緒にあるよ。



認知症簡易チェックサイト

「これって認知症？」(家族・介護者向け)

「わたしも認知症？」(本人向け)



パソコンの方は下記 URL よりご利用ください。

<http://fishbowlindex.net/suzuka/>

携帯電話・スマートフォンで、QRコード対応の機種をお持ちの方は、右上のQRコードをご利用ください。

<認知症チェックサイトのご利用にあたって>

利用料は無料です。通信料は自己負担になります。個人情報の入力、一切不要です。

医学的判断をするものではありません。結果に関わらず、ご心配のある方は早めにご相談ください。

『認知症ボランティア』養成講座(年1回)

あなたの元気
やる気を
応援します！



研修で必要な知識や技術を学んだ方が、認知症の人やご家族のちょっとした困りごと(外出支援、傾聴、ゴミ出し等)を、ほんの少しの有償(低額)でサポートしています。

養成講座は、年1回、5日間の日程で開催しています。

参加を希望される方・お問い合わせは、鈴鹿市社会福祉協議会まで。



65歳になったら「鈴鹿いきいきボランティア」(随時募集中)

65歳以上で、介護保険料の滞納がなく、要介護・要支援認定を受けていない方を対象とし、ボランティア活動を通して地域貢献や社会参加し、ご自身が元気になることを目的としています。活動の場は、鈴鹿市が指定する高齢者施設で、活動内容は、入居者の話し相手、レクリエーションや行事の補助など、受入施設の方と話し合って決定します。

活動してポイントを集めると、交付金が受取れます。(1年間の上限は5,000円です)

ボランティア活動に参加してみたい！詳しいことを聞いてみたい！方は、
鈴鹿市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎059-382-5971 まで

地域包括支援センターへ お気軽にご相談ください

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんはもちろん、その家族やご近所のみなさんもご相談いただけます。毎日の生活の中の困り事や心配は、まずご連絡ください。

誰に相談すればいいの？
介護保険って、
どんなサービスがあるの？
将来や財産管理が心配・・・



高齢者のみなさん

介護が辛い。
誰かに話を聞いて欲しい。
親が認知症かもしれない。
別居の親が心配。



ご家族

最近、見かけなくて心配。
怒鳴り声が聞こえてくる。
ケガしたのかな。大丈夫かな。
認知症なのかな・・・



ご近所のみなさん

包括支援センター のご案内

住民登録のある地域によって、
担当の包括支援センターが決められています。

西部

椿・鈴峰・深伊沢・庄内
井田川・久間田・加佐登
石薬師・庄野・牧田

鈴鹿西部地域

北部

神戸・一ノ宮・箕田・河曲
玉垣（矢橋町・矢橋）・
飯野（飯野寺家町・
西條町・西条）

鈴鹿北部地域

亀山地域

南部

白子・若松（南若松町）
栄・天名・合川・稲生

鈴鹿南部地域

中部

国府・飯野（飯野寺家町
西條町・西条を除く）
若松（南若松町を除く）
玉垣（矢橋町・矢橋を除く）

鈴鹿中部地域

名称	住所	電話番号	FAX 番号
鈴鹿西部地域包括支援センター	鈴鹿市平田一丁目3番5号 アルテハイム鈴鹿内	(059)370-3751	(059)370-0887
鈴鹿中部地域包括支援センター	鈴鹿市神戸地子町383番地の1 鈴鹿市社会福祉センター内	(059)382-5233	(059)382-8015
鈴鹿北部地域包括支援センター	鈴鹿市神戸三丁目12番10号 介護老人保健施設ひまわり内	(059)384-4165	(059)384-4185
鈴鹿南部地域包括支援センター	鈴鹿市南若松町1番地 伊勢マリンホーム内	(059)380-5280	(059)386-6081