



地域包括支援センターだより

朝晩は過ごしやすくなってきました。
気温の変化もあり体調を崩しやすい時期です。ご自愛のうえお過ごしください。

～～9月は世界アルツハイマー月間～～

 今月のテーマは『認知症の方の社会参加』 についてです。

認知症は誰もがなりうる可能性があります。
認知症＝（イコール）すぐに何もできなくなるわけではありません。
認知症になっても、自分らしく地域で生活している方がたくさんいます。その方の想いを尊重した社会参加ができるといいですね。

社会参加の例



趣味活動



スポーツ活動



就労



福祉ひろばや公民館
への参加



町会・地域活動



ボランティア活動

物忘れや認知症になったとしても、できることはたくさんあります。
続けられるとよいですね。

まつもとミーティングに参加しませんか？

まつもとミーティングとは、
認知症の方本人とその家族、その他一緒に活動したい仲間が集まり、
本人だからこそその気づきや意見を本人同士で語りあったり、
「集まって楽しい!」「一緒に〇〇したい!」という思いを
実現する集いの場です。

まつもとミーティングでの語り合いのひとコマ



認知症だって周り
にはあまり言いた
くなかったけど、
言ったら助けてく
れたよ
うれしかった

できないこともある
けど、自分で工夫し
たり家族に助けても
らってるよ

早く来られるといいね
顔見知りにも
友達にもなれるね

認知症の方の
家族の声は
こちらから



自分は口下手だから
話ができないけど、
聞いてるだけでもこ
こに来たいよ

ここに来ると
安心して話が
できるね

もっとたくさんの人
に知ってもらって、
来てもらいたいね



「行ってみたい」「もう少し詳しく知りたい」という方は
お近くの地域包括支援センターまでお問い合わせください

成年後見相談会のお知らせ

司法書士による成年後見制度に関する相談会を開催します

日時：10月24日(火) 午後1時30分から4時40分(要予約)
会場：松本市役所 本庁舎 北別棟 1階 相談室1

【予約・お問い合わせ先】

松本市高齢福祉課 福祉担当(電話：34-3237)
またはお近くの地域包括支援センターまで

松本市高齢福祉課 福祉担当 (34-3237)
またはお近くの地域包括支援センターまで