

晴嵐あんしん長寿相談所だより

晴嵐あんしん長寿相談所（晴嵐地域包括支援センター）は、富士見・晴嵐学区にお住まいの高齢者を対象とした相談窓口です。

住所：大津市栗津町1番18号

電話：077-534-2661 / 077-534-2662

FAX：077-534-2664

開所時間 9:00 ~ 17:00
(土日・祝日、年末年始除く)

平日夜間、休日の緊急連絡先

■大津市役所代表

電話：077-523-1234

※開庁時間での対応とさせていただきます場合があります。



出前講座のご案内

サロンや地域の集まりで出前講座を行っています。
お気軽にお問い合わせください。

【講座メニュー例】

- いつまでも元気に 介護予防
- 認知症を正しく知ろう
- お口の健康
- 低栄養予防
- もしものときの意思決定 人生会議
- いきいき百歳体操立ち上げサポート



☆あんしん長寿相談所で休日相談を行っています！

毎月第2土曜日と第4日曜日に、市内の担当事業所が1カ所休日相談を実施。

(※晴嵐あんしん長寿相談所では、休日相談を行っておりません)

＜実施時間＞ 9時～17時まで（12時～13時除く）の間に1時間毎の予約制

＜相談方法＞ 窓口または電話



①電話：休日相談担当のあんしん長寿相談所へ

開庁日の9時～17時（実施日の前開庁日まで）

②インターネット：「あんしん長寿相談所休日相談予約」で検索

実施日の2日前までに申し込み。

二次元コードからも予約が可能です。



※相談日や相談場所など詳細については大津市ホームページをご覧ください。

こんな変化はありませんか？それは MCI（軽度認知症）のサインかも？

出来事は覚えている
がいつだったか忘れる

長年の趣味や外出に
消極的になった

ものを探している
ことが増えた

失敗やミスが
増えた

メモを取ることが
増えた

料理の味付けが
変わった

何度も同じこと
を尋ねる

身だしなみに
気を使わなくなった

部屋を片付けるのに
時間がかかる様になっ
た



新しい家電の使い方を
覚えるのに時間がかかる

物忘れの自覚があるが
他人事のように感じる

❁高齢者本人だけでなく、家族や周囲の人も「今までと違う」と感じたら、
そのままにせず【ものわすれ外来】など受診をして早期対応をしましょう。



◆MCI（軽度認知障害）は脳の機能が健常な状態と「認知症」の中間段階！

この段階で発見し早期に対策することで改善が見られたり、発症を遅らせる可能性もあります。



❁大津市は「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」を目指しています。

市民一人ひとりの認知症への理解や関心をたかめていけるように、
様々な取り組みをしています。あんしん長寿相談所に
気軽にご相談、お問い合わせください。

