

9月は、 「認知症月間」です！

今月は、
さるが 猿賀 心希
保健師です。



皆さんは、大井町の高齢化率をご存じですか？2026年5月31日時点で29・1%、つまり町民の3人に1人は65歳以上の高齢者です。人は誰でも歳を重ね、その過程で認知症になる可能性も高くなります。認知症を身近なものとして捉え、正しく理解することから始めてみませんか。

今回は、**町で実施している認知症に関する取り組み**を紹介します！

「ロバ隊長」は、認知症サポーターキャラバンのマスコットキャラクター。認知症になっても安心して暮らせる地域づくりをめざし、ロバのようにゆっくりでも一歩ずつ着実に、みんなで歩いていく象徴として、多くの人に親しまれています。



■オレンジライトアップ

9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。日本では認知症基本法により、この日を「認知症の日」と定め、9月を認知症月間としています。町では、認知症への理解を深めるため、保健福祉センターでオレンジライトアップを行います。オレンジ色は認知症支援のシンボルカラーで、「手助けします」という意味が込められています。ライトアップ中は、オレンジカフェ「ひだまり」を運営している認知症サポーターの皆さんのメッセージも掲示していますので、お近くにお越しの際はぜひご覧ください。ライトアップは1日から23日までの午後5時から深夜0時まで実施しています。



また、9月27日には「かながわオレンジデーイベント」が新都市プラザ（そごう横浜店地下2階正面入口前）で開催されます（入場自由）。オレンジカフェ「ひだまり」の参加者の皆さんと一緒に作成した展示も行いますので、横浜へお出かけの際は、ぜひお立ち寄りください。

■オレンジカフェ「ひだまり」

オレンジカフェ「ひだまり」は、物忘れが気になる方やそのご家族、地域の方、専門職などが気軽に集まり、お茶を飲みながら交流したり、医療や介護について相談したりできる場です。毎月第2月曜日午前10時から11時30分まで、保健福祉センター12階で開催しており、参加費は300円（飲み物代）です。

■認知症家族のつどい

「認知症家族のつどい」は、認知症の方を介護しているご家族や介護経験者が、思いや情報を共有できる場です。偶数月第3木曜日前10時から11時30分まで、保健福

祉センター12階で開催しており、参加費は100円（飲み物代）です。

認知症は誰にとっても関わりのある身近な病気です。「同じことを何度も聞く」、「約束を忘れる」、「探し物が増える」など、ささいな変化として表れることがあります。気になる様子が見られたときは、ひとりで抱え込まず、早めに医療機関や相談窓口へつなぐことが大切です。認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、ご本人やご家族だけでなく、地域全体で支え合うことが必要です。道に迷っている方を見かけたときは、やさしく声をかけるなど、ちょっとした行動が大きな助けになります。

認知症の方を支えるご家族も、生活の変化や不安を抱えることがあります。悩んだときは一人で頑張りすぎず、大井町地域包括支援センターまで、お気軽にご相談ください。この9月を機に、家族や身近な人と認知症について話してみませんか。