

認知症 ② (代表的な認知症) 認知症の症状

認知症の種類

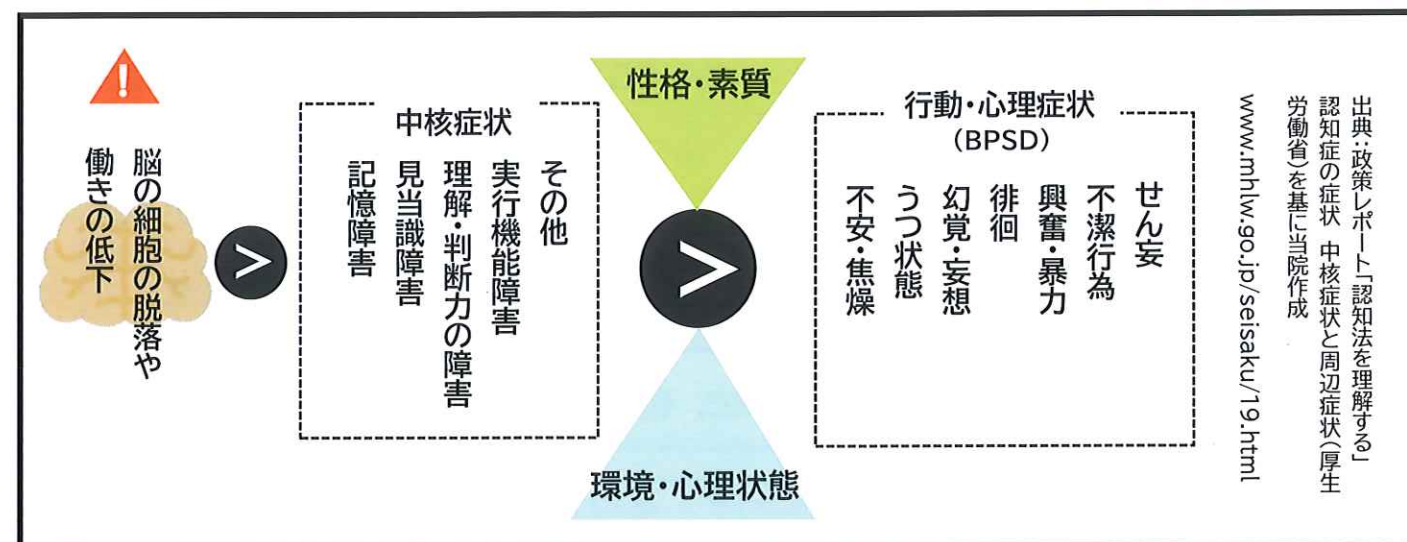
認知症の原因となる患者は70~100種類!!
代表的なものは下記3つ

	アルツハイマー型認知症	血管性認知症	レビー小体型認知症
認知症に占める割合	高齢期認知症の60%最多		10~20%との報告が多い
原因	特定の蛋白質(アミロイド蛋白・タウ蛋白)が脳に蓄積 ↓ 神経細胞などの動きを障害	脳血管障害(脳卒中) ↓ 認知機能に重要な脳の部位が障害	脳内に異常蛋白が溜まる(レビー小体)ことで生じる
症状	記憶障害が前景 + 種々の認知機能障害が進行性に出現	障害を受ける脳の部位によって症状は様々	記憶障害より幻視やパーキンソン症状等があらわれるのが特徴 しばしばRBD(下記参照)や便秘等の自律神経症状出現
その他	発症後5~10年で進行期に至る 合併症で死亡することが多い	高血圧・糖尿病・心房細動等の生活習慣病リスクの管理が重要	60才代以上に多い やや男性に多い まれに家族性

※RBD(レム睡眠関連異常行動)

- ・夢を見ている最中に大きな声で寝言を言ったり叫んだり、手足を動かすことが特徴
- ・レビー小体型認知症の早期や前駆期から見られ、診断価値が高い

認知症の症状



大豆戸地域ケアプラザ



まめのき

第97号 令和5年4月~5月
発行:社福)横浜市福祉サービス協会
横浜市大豆戸地域ケアプラザ
発行責任者: 所長 櫻井 敦也

4月から開館時間に変更されました

令和5年4月より、貸室の夜間利用申し込みがない場合、18時閉館に変更となります。

平日・土曜: 9:00~21:00(※夜間利用ない場合のみ18時閉館)

日曜・祝日: 9:00~17:00(変更なし)

※前月15日以降に、18時閉館となる日付を館内およびホームページで公開いたします。

※地域包括支援センターへのご相談は、平日・土は18時、日祝は17時までとなっています。

フレイル予防

楽トレ講座

新型コロナウイルスの影響で閉じこもりがちな生活になっていますが、体力が低下しないよう、一緒に楽しく頭と体を動かしていきましょう。

4/16(日) 5/21(日) 6/11(日)
13:30~15:00

内容:体操 参加費:無料

●動きやすい服装でお越しください

●各回ともマスク・飲み物をお持ちください

要予約

きんにく貯筋

毎月第1・第4金曜日

4/7・28 5/5・26 15:15~16:30

内容:サーキットトレーニング

参加費:1回300円

●動きやすい服装でお越しください

●室内シューズ・タオル・飲み物をお持ちください

要予約

地域出張講座

聴こえと補聴器について

日時:5月26日(金)10:00~11:00

場所:大豆戸町内会館

参加費:無料

主催:大豆戸地区民児協



毎月第2・4火曜日 10:00~11:30

場所:大豆戸地域ケアプラザ地域ケアルーム

参加費:年会費100円(初回支払い)

対象:未就学児と保護者 申込み不要



※定員数は10組程度を目安とします

介護のご相談

事業のお問合せ・お申込みは

大豆戸地域ケアプラザ まで...

※介護のご相談はご予約をお願いいたします。

(事前連絡がない場合は、相談対応できないこともあります。)

〒222-0032

横浜市港北区大豆戸町316-1

電話:045-432-4911(代表)

045-432-4913(相談専用)

開館時間:9:00~21:00(月~土)

9:00~17:00(日・祝)

ホームページ:https://www.hama-wel.or.jp/branch/mamedo/

※4月・5月の休館日は4/17(月)・5/15(月)です。

【交通】

◆JR・東横線「菊名駅」西口から徒歩10分

◆市営・臨港バス「新菊名橋」から徒歩3分



年間事業のご案内

※変更または中止となる場合があります。お電話かホームページでご確認ください。

大豆戸地域ケアプラザ主催の事業

子ども向け	講座名	開催日・時間	参加費	対象	内容
	まめっこくらぶ	毎月第2(水) 10:30~11:30	100円 要予約	8ヶ月以上の 未就園児	絵本の読み聞かせ・紙芝居・ ピアノ演奏ありの手遊びなど
	はぐはぐ・たいむ	4月5日(水) 10:30~11:30 5月22日(月) 13:30~14:30	100円 要予約	生後3ヵ月~ 1歳未満	0歳児中心ですが1歳以上の 兄弟も参加可能です
	こども将棋教室	毎月第2・4(水) 15:30~17:00	100円 要予約	小学生 1年生~6年生	初級~中級者レベル向けの 将棋教室です
	まめっこぶれいるーむ	毎月第2・4(火) 10:00~11:30	年会費 100円	未就学児	10組程度の定員で出入り自由 です。おもちゃ・絵本あります。

シニア向け	講座名	開催日・時間	参加費	対象	内容
	スリーA	毎月第2(金) 10:00~11:15 毎月第3(金) 13:30~14:45	100円	どなたでも	頭・指・身体を使う認知症 予防ゲーム 脳の活性化に効果あります
	まめゆるーむ	毎月第4(木) 10:00~11:30	100円	要相談	脳トレレクリエーションと ストレッチ体操で健康作り
	まめどのサロン	毎月第4(日) 13:30~15:00	100円	どなたでも	書道・囲碁・麻雀(初心者)・ 絵手紙・折り紙(偶数月)・ 切り絵(奇数月)

どなたでも	講座名	開催日・時間	参加費	対象	内容
	将棋サロン	毎月第4(水) 13:00~15:00	無料	どなたでも	お子さんからシニアまで将棋で 楽しく交流しましょう。
	きんにく貯筋	4/7・4/28(金) 5/5・5/26(金) 15:15~16:30	300円 要予約	どなたでも	音に合わせて筋トレ サーキットトレーニング

地域の団体の事業

子ども向け	講座名	開催日・時間	参加費	対象	内容
	まめのきひろば	毎月第1(火) 10:00~11:00	無料 要予約	未就園児の 親子	親子のための交流サロン 主催:大豆戸地区民生委員児童委員協議会
	赤ちゃん会	毎月第3(水) 10:00~11:00	無料 赤ちゃん会お申込み・お問合せ先	1歳未満	楽しいサロン※育児相談あり 主催:港北区役所子ども支援担当
	1才2才3才児の会	毎月第3(金) 10:00~11:00	無料 要予約	1~3歳 定員15組	親子で楽しく遊ぶ子育てサロン 主催:篠原北地区民生委員 児童委員協議会

どなたでも	講座名	開催日・時間	参加費	対象	内容
	はあとサロン	毎月第4(土) 12:30~14:30	100円	心病む方と そのご家族	集いの場 主催:はあとネットワーク
	みんなの ほっとサロン	毎月第1(土) 13:30~15:00	100円	どなたでも	脳トレやゲームで楽しいひと時 主催:ふたばの会
	かもめのつどい	毎月第3(火) 13:30~15:00	100円	ご高齢の方	スリーAを含む歌の集い 主催:大豆戸地区民生委員児童委員協議会
	スクエアステップ	毎月第1(水) 第3(木) 13:00~14:00	100円	どなたでも	身体と頭を使い転倒予防 介護予防 主催:おまめアップチーム

みんなで一緒に
外 あ そ び

日時: 4/23(日)
10:00~11:30 (申込 3/23 11:00~)

集合: 新横浜駅前公園 **雨天中止**

対象: お子様と保護者 5組

**持ち物: 帽子・飲み物
虫よけスプレーなど**

**参加費: ￥100
要申込**

共催: どんぐり製粉 自然あそび部

***内容が変更になる場合があります。**

大人さんば倶楽部
~菊名周辺を楽しく一緒に散歩に行きましょう~
森林インストラクターと歩きながら秋の植物の名前
や雑学など色々なお話を伺うこともできます
~菊名駅→蓮勝寺→菊名桜山公園~
4月11日(火) 10:00~12:00
集合場所: 菊名駅中 東急ストア前
参加費: 200円 (保険料含む)

みんなでラジオ体操

日時: 4月16日(日) 9:30~
場所: 太尾町公園(大倉山4-5)
大倉山ハイム1号棟横
参加費: 無料 申込み: 不要 **雨天中止**

【総合福祉相談窓口まめど から】

スマホ講座に出てみよう!

ガラケーからスマホに変えたら電話がかかってきても、取れなくなった!
なんてお困りごとはありませんか。
地域で開催されているスマホ講座に参加してみませんか。

お問合せ: 大豆戸地域ケアプラザ 045-432-4911

名前	日 時	会場
楽しいスマホ教室	第2(木) 10:00~11:30	大豆戸地域ケアプラザ (大豆戸町 316-1)
大倉山おへそスマホ講座	毎週(木) 14:00~15:00	大倉山おへそ (大倉山 2-5-11)
おでかけミエル	第1(水) 10:30~11:30	大倉山ミエル (大倉山 4-36-26)
えがおスマホ座談会	第3(日) 15:00~16:00	菊名みんなのひろば (錦が丘 17-7)
スマホサロン	毎週(木)・(金) 10:00~11:30	どりのいむ (大倉山 1-26-17)
スマホらくだ会	第1・第3(木) 10:00~11:30	菊名コミュニティハウス (菊名 4-4-1)
スマホ教室	第1・第3(月) 14:00~15:00	表谷町内会館 (篠原町 2766)

お休みなど予定が変わることがありますので、初回参加の際はご連絡をお願いいたします。



まめっちのブログ 見てね~!
<https://ameblo.jp/mamedochiikicareplaza/>

