

認知症かな？症状に気づいたら相談を

厚生労働省の推計によると、全国では2025年に認知症高齢者が約700万人（高齢者の5人に1人）となる見込みです。現在、県内高齢者の約1割が認知症になっています。誰もが認知症と共に生きる可能性があり、誰もが介護者として認知症に関わる可能性があります。

知っていますか？認知症のこと

認知症とは、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなることで、記憶や判断力の障害が起こり、社会生活や対人関係に支障が出ている状態をいいます。

年を取れば誰でも、思い出したいことをすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが困難になりますが、「認知症」は「加齢による物忘れ」とは違います。

例えば、体験したこと全てを忘れてしまうことや物忘れの自覚がない場合は、認知症の可能性がります。

「加齢による物忘れ」と「認知症による物忘れ」の違い（一例）

項目	加齢による物忘れ	認知症による物忘れ
体験したこと	一部を忘れる (例) 朝食メニュー	全てを忘れる (例) 朝食を食べたこと自体
もの忘れの自覚	ある	ない
探し物に対して	自分で努力して見つけようとする	誰かが盗んだと人のせいにする
日常生活への支障	ない	ある
症状の進行	徐々に進行する	進行する



困りごとの例



- ・認知症かもしれないが、病院に行きたがらない
- ・認知症の治療を中断していて、症状の進行が心配
- ・認知症と診断されたが、介護サービスの利用にうまく結びつかない
- ・認知症と思われる症状が強くて、どのように対応していいか困っている

「認知症初期集中支援チーム」
認知症は早期に受診しなかったために悪化したり、進行する恐れがあります。これを回避し、認知症になっても住み慣れた地域で安心した生活が続けられるよう、医師や保健師、社会福祉士などの専門職がチームで支援していますので、困りごとは気軽に相談ください。

認知症の予防
認知症の大部分を占めるアルツハイマー型や脳血管性認知症は、生活習慣病（高血圧症、糖尿病、脂質異常症など）との関連があるとされています。例えば、野菜や果物、魚介類を豊富に使った食事を心掛けたり、定期的な運動習慣を身に付けるなど、生活習慣の改善が認知症の予防に効果的です。

認知症や介護に関する困りごとは、「あわら地域包括支援センター」に相談しましょう

健康長寿課内に「あわら地域包括支援センター」を設置しています。認知症や介護に関する困りごとや心配ごとの解決にむけてサポートします。気軽にご相談ください。

受付時間 月～金（土日祝日を除く） 8時30分～17時15分
問合せ あわら地域包括支援センター（健康長寿課内） ☎ 73-8046

令和5年度あわら市職員採用候補者 後期試験

申込方法

総務課備え付けの申込書に必要事項を記入し、提出してください。 **問合せ** 総務課 人事G ☎ 73-8002
※実施要綱は総務課にあるほか、市のホームページからもダウンロードできます。

1次試験

とき 10月15日（日）【事務】9時～14時30分
【事務以外】9時～12時

ところ あわら市役所

内容 教養試験、論文試験（事務のみ）、適性検査

2次試験

とき 11月中旬（予定）

ところ 市役所

内容 口述試験

福井県電子申請サービス

電子申請システム「ふくe-ねつと」を利用して、インターネットでの受験申し込みができます。



受付期間

8月21日（月）～9月21日（木）
8時30分～17時15分 ※土日・祝日を除く。

区分	採用予定	受験資格	
		必要な免許・資格	年齢要件
事務A (大学卒)	若干名	なし	平成5年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人(平成14年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学を除く。)を卒業した人、または令和6年3月31日までに卒業見込みの人を含む。)
事務B (高卒・短大卒)	若干名	なし	平成14年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた人
土木	若干名	土木関係の専門課程を卒業した人(令和6年3月31日までに卒業見込みの人を含む。)もしくは1級土木施工管理技士、測量士または技術士(建設部門、農業部門(農業土木))の資格を有し、土木関係の設計、測量、施工管理等の実務経験を3年以上有する人または令和6年3月31日で3年に達する見込みの人	昭和63年4月2日以降に生まれた人
資格専門職 社会福祉士	若干名	社会福祉士資格を有する人(令和6年3月31日までに資格を取得する見込みの人を含む。)	平成5年4月2日以降に生まれた人
資格専門職 介護支援 専門員	若干名	主任介護支援専門員資格を有する人、または主任介護支援専門員研修の受講資格を有する人(令和6年3月31日で受講資格を有する見込みの人を含む。)	昭和53年4月2日以降に生まれた人

市民健診のお知らせ 9月は健康増進普及月間です。まだ健診を受けていない人は早期発見、治療のため、健診を受けましょう。

集団健診 保健センターや公民館などで受けることができます。健診日10日前までに、専用の申し込みはがきまたは電話で、健康長寿課へお申し込みください。10月以降も健診できる日がありますので、詳しくはホームページをご覧ください。 **問合せ** 健康長寿課 ☎ 73-8023

とき	会場	受付時間	特定健診 一般健診	肺がん (結核検診含む)	胃がん (X線検査)	子宮頸がん 乳がん	骨密度	歯科
9月 1日（金）	伊井公民館	8:30～10:00	●	●				
9月11日（月）	中央公民館	8:30～10:30	●	●	●			
		13:00～14:15				●	●	
9月24日（日）	保健センター	8:30～10:30	●	●	●			●

9月24日(日)は健診をご予約いただいた人のうち、希望した人を対象に**老廃物チェック(AGEs※)**と**血管年齢測定**を実施します。
※AGEsとは、食事などで過剰に摂取した糖と人の身体を主に構成しているタンパク質が結びつくことで体内に生成される老化物質の一つで、最終糖化産物と呼ばれています。体の糖化がどれくらいか調べることができます。



令和6年春の北陸新幹線開業に向け、北陸新幹線W7系車両の福井県入線を記念して、北陸新幹線芦原温泉駅で歓迎セレモニーを開催します。8月21日（月）から募集開始し、応募多数の場合は抽選となります。詳細はホームページ、電子申請内の説明をご覧ください。 **問合せ** 建設課 駅周辺整備G ☎ 73-8027

- **とき** 10月1日（日）12時30分～13時30分のうち30分程度
- **ところ** 北陸新幹線芦原温泉駅構内下りホーム上
- **対象** 市内在住者100人、元気に歩ける人（中学生以下は保護者同伴）
- **申込み** 電子申請または、市役所担当窓口でお申し込みください。参加費は無料です。



▲電子申請はこちら