



もしかして…  
**認知症?**

# 気になる人はまず行動を!

認知症は誰にでも起こり得る脳の病気です。国の推計では令和7年(2025年)には65歳以上の5人に1人が発症すると見込まれており、近い将来、自分や家族、身近な人の発症も考えられます。

認知症は種類により、初期からの薬の服用で、進行を遅らせることができます。「自分は大丈夫」と安心せず、生活の中で物忘れなど気になることがあれば、早期発見・診断に向けて行動しましょう。

問 地域共生推進課 (0798・35・3286)

## 認知症は 早期発見 が大切です

今後の生活について、本人の意思に沿った支援が可能に!

症状の進行を遅らせたり、原因を取り除いて治る場合も!

あなたは大丈夫? チェックしてみましょう!

**認知症の可能性をチェック!**

- 最近物忘れが気になってきた
- 家族がもしかして認知症?

- 物を置いた場所が分からなくなる
- 5分前に聞いた話を思い出せない
- 自分の生年月日が分からなくなる
- 今日の日付が分からなくなる
- 道に迷って家に帰れなくなる

**認知症になるリスクをチェック!**

- まだまだ自分は大丈夫!
- 今のうちにできることは?

- バスや電車で一人で外出しない
- 預貯金の出し入れをしない
- 階段を手すりを使わずに昇れない
- この1年間に転んだことがある
- 健診を受診していない

複数チェックが入るなど少しでも心配な人は、ぜひ「チェックシート」で確認を!

左記は「兵庫県版認知症チェックシート」からの抜粋です。同シートではリスクを点数化して測れるほか、相談先も記載されています。ぜひご活用ください。

公開・配布場所

- ▶ 市ホームページ (HP)60757811
- ▶ 地域共生推進課(市役所本庁舎3階)
- ▶ 高齢者あんしん窓口



## 認知症になっても 安心して暮らせるまちへ



受講者募集中! 認知症に気づく力をつけて備えましょう

### 認知症早期発見・対応啓発オンライン講座(Zoom)

認知症の予防・気づき・備えについて学びます。なお、講座で使用する動画は、市公式YouTubeでも公開しています。

【日時】介護世代編…10月4日(月)午後2時～  
高齢者編…10月6日(水)午後2時～

【申込】市のホームページ内の申込フォームから



(HP)52255069

認知症の人を専門家と支援

### 相談窓口オレンジサポート

認知症の本人や家族への初期支援を、専門医療機関やかかりつけ医と連携して行う、「認知症初期集中支援チーム(通称:相談窓口オレンジサポート)」を設置しています。

いざというときに備えて登録を

### 認知症SOSメール

事前に登録しておけば、行方不明になったときに捜索協力者(※)にメール配信されます。(※)協力者も募集中



(HP)15463841

人と人のつながりの「歴史」を未来へつないで



## 西宮市×スポークン市 姉妹都市提携60周年

昭和36年(1961年)9月13日に姉妹都市提携したスポークン市(アメリカ・ワシントン州)は、人口約22万人、面積約180平方キロ、豊かな自然に恵まれ、さまざまなアウトドアスポーツが楽しめる町で、プロバスケットボール選手・八村塁さんが通っていたゴンザガ大学もあります。



同市の観光名所のスポークン滝



昨年の交換高校生プログラムの様子

コロナ禍によりさまざまな交流活動が制限されていますが、昨年はオンラインで交換高校生プログラムを実施しました。

この60年、途切れることなく交流を行い、支えてきた人々の熱い思いが、未来の絆を育みます。

西宮スポークン姉妹都市協会が両市の交流60年のあゆみをたどった記念動画を作成しています



同協会HP

問 秘書課 (0798・35・3459)

### 秋の全国交通安全運動

## 思いやりの心で 事故を防ごう

9月21日～30日は「秋の全国交通安全運動」期間です。

交通ルールやマナーを守り、思いやりのある行動で交通事故を防止しましょう。

### 運動重点

- ① 子供と高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- ② 夕暮れ時と夜間の交通事故防止と歩行者等の保護など安全運転意識の向上
- ③ 自転車の安全確保と交通ルール遵守の徹底
- ④ 飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶



▲西宮市出身のフィギュアスケート選手・紀平梨花さんが、西宮警察署から「西宮交通安全大使」に任命されました。同署はポスターを作成して商業施設や駅などに掲示するほか、啓発動画を作成し、YouTube(=右記コード)で公開しています



問 交通安全対策課 (0798・35・3806)

## 東京2020パラリンピック 陸上男子100メートル(車いすT52)

本市出身

# 大矢勇気選手

# 銀

# メダル獲得!

# おめでとうございます!

