



町1支援センターだより

2024 夏号

町田市町田第1高齢者支援センター

住所：町田市森野4-8-39

電話：042-728-9215

町田市は「認知症とともに生きるまち」づくりに取り組んでいます！

認知症に関する相談

町田第1高齢者支援センターでは、認知症に関する相談をお受けしています

「もの忘れが気になるけど受診先が分からない」「認知症予防に取り組みたい」「認知症の人にどう接していいか分からない」などお困りのことがあれば、お気軽にご相談ください。

おれんじカフェ

毎月「おれんじカフェ」という認知症カフェを開催しています
認知症当事者の方、家族介護者の方、地域の方の交流の場となっています

【おれんじカフェポピー】

毎月第4火曜日14時～

【おれんじカフェSUN】

毎月第2月曜日14時～

※第2月曜日が祝日の場合は翌日に開催



認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を地域であたたかく見守るための講座です

おれんじカフェでも活躍中♪

町内会や趣味活動のグループ・学校など、開催をご希望の方々をお待ちしています



認知症の方を介護するご家族への支援を行っています

【臨床心理士相談】

毎月第2土曜日10時～

※要予約

【家族介護者交流会】

毎月第3木曜日13時30分～

※特別養護老人ホーム・コモンズ内広場

【家族介護者教室】

毎年1～2回開催

詳細は高齢者支援センターまでお問合せ下さい。

高齢者のための熱中症対策

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です



部屋の中でも注意が必要です

エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。 エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

予防法ができているかをチェックしましょう

エアコン・
扇風機を上手に
使用している



部屋の温度を
測っている



部屋の風通しを
良くしている



必要に応じて
マスクを
はずしている



こまめに
水分補給を
している

1時間
ごとに
コップ1杯



シャワーや
タオルで体を
冷やす



暑い時は
無理をしない



涼しい服装をしている
外出時には日傘、帽子



涼しい場所・
施設を利用する



緊急時・困った
時の連絡先を
確認している



出典：厚生労働省

【日用品バンクのご紹介】

経済的に困窮し日用品を購入することができずに
困っている方のために、地域の方々からご寄付いただいた
日用品を支援センターでストックし必要時に提供する
取り組みを行っています。

ご協力頂ける方は、お問合せください！

対象品目：オムツ、ティッシュペーパー、ごみ袋
トイレットペーパー、衣類、靴、他

