

まち
街のみんな

トマ吉さん

さばをさん



さくらさん

うみちゃん

やまとたけるのみこと

やいちゃん

る~くん

ささ
支えてくれるみなさん



いしゃ
お医者さん



かんごし
看護師さん



ヘルパーさん



ケアマネジャー
さん



ちいきほうかつ
地域包括センターの
しよくいん
職員さん

やいづ
カルタには焼津ならではのものが
とうじょう 登場しているよ。さが 探してみてね！

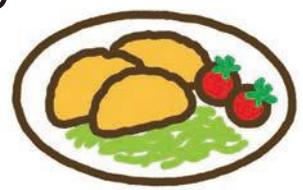


まんようしゅう よ
万葉集に詠まれた

はなざわ さと
花沢の里



だてまき
伊達巻
なると



はんぺんフライ

ね せいひん
練り製品



ミニトマト

キャベツ メロン

おおいがわさん やさい
大井川産の野菜



うおがし
魚河岸シャツ

かつお



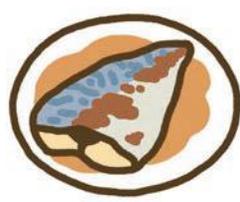
さしみ
マグロの刺身



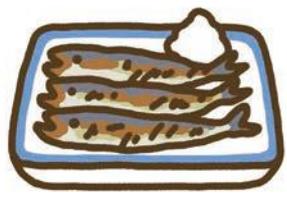
かつおのたたき



みなと ふうけい
港の風景



みそに
サバの味噌煮



や
焼きイワシ

さかなりょうり
魚料理

焼津発！認知症よくわかるた 用語解説

かるたに出てくる用語の説明をまとめました。参考にしてください。

アミロイドベータ

脳に存在するたんぱく質の一種です。本来は分解され排出されますが、蓄積されると脳の萎縮を招きます。蓄積が起こる原因は、睡眠や栄養不足、身体の炎症や運動不足など様々です。

アルツハイマー（アルツハイマー型認知症）

認知症の中で最も多く、全体の約半分を占めます。脳の神経細胞が本来の老化よりも早く減り、認知症が徐々に進行していく病気です。

居場所・サロン

子どもから高齢者まで、誰でも自由に参加できます。自由に過ごしたり、楽しい企画を考えたりと、それぞれの居場所にも個性があり、地域の仲間づくりや参加者の生きがいにもつながっています。

介護

生活上の困難を抱えている人が、自分らしく自立して過ごせるよう、動作や家事、健康管理、社会活動などの生活全般を必要に応じて支援することです。

介護福祉士（ケアワーカー）

心身の障害により日常生活に支障がある人に対し、一人ひとりの状態に合わせた介護を行う専門職です。また、本人・家族に対し、介護に関するアドバイスも行います。

回想法

回想法とは、昔の懐かしい写真や音楽、なじみ深い家庭用品などを見たり触れたりしながら、昔の経験や思い出を語り合う心理療法の一種です。

かかりつけ医

健康上の心配事について相談できるお医者さんです。健康であり続けるためには、信頼できるかかりつけ医を持つことが重要です。

世界アルツハイマーデー・世界アルツハイマー月間

1994年「国際アルツハイマー病協会」（ADI）は、世界保健機関（WHO）と共同で、9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」としています。

地域包括支援センター

介護や医療、福祉など、地域の方々の生活上の様々な相談に応じ、課題解決に向けて一緒に取り組んだり、専門機関を紹介したりする高齢者の地域の相談機関です。

チームオレンジ

認知症への理解を深めた認知症サポーターがチームを組んで、認知症の人や家族に対するさりげない支援を行います。地域の特性に合わせて、様々な活動が展開されています。

デイサービス

日々の介護や機能訓練などを通して利用できる施設です。生活リズムを整えたり、社会参加や交流の場としても活用され、介護の必要な本人や家族にとって心強いサービスです。

認知症

脳は、人の活動をコントロールする大切な器官です。様々な原因で脳の働きが低下し、記憶や判断力、意欲低下などが生じ、生活上の支障が6か月以上続いている状態を指します。

認知症カフェ

地域の誰もが気軽に集い、認知症について楽しみながら理解を深められるカフェです。認知症についての相談や地域の方々のコミュニケーションの場として開催されています。

認知症サポーター

認知症に関する正しい知識と理解を持ち、認知症の人や家族に対し温かい目で見守ったり声をかけたりなど、さりげなく支援する「応援者」です。

家族会

認知症のひとを介護する家族が集い、困りごとや悩みなどを自由に話し、お互いに共感し学び合える交流の場です。

ケアマネジャー（介護支援専門員）

介護を必要とする人や家族の心強い相談相手です。関係するひとびとと連携し、ケアプラン（介護の計画）を立て、住み慣れた地域で希望をもって暮らせるよう支援します。

誤嚥

食べ物を自然に飲み込み、食道へ送り込む「嚥下」が上手くできなくなり、食べ物が気管に入ってしまうことを「誤嚥」と言います。誤嚥が起ると肺炎になるおそれがあります。

誤食

医薬品の包装、義歯、詰め物、洗剤などを食べ物だと思い、誤って食べてしまうことを言い、大変危険です。

社会福祉士（ソーシャルワーカー）

心身の障害や環境上の理由で生活に支障がある人の相談に応じ、支援する専門職です。児童、高齢者、障害のある人、病気のある人など幅広く対応します。

若年性認知症

65歳未満で発症した認知症を若年性認知症と言います。発症した場合、仕事や家庭などで多くの役割を担っていることが多く、一人ひとりに合わせた、よりきめ細やかな支援が必要となります。

成年後見制度

認知症などで判断能力が不十分な人の権利や財産を法律面、生活面から保護・支援するための仕組みです。親族や本人などの申立てにより家庭裁判所が、本人に適した後見人（保佐人・補助人）を選任します。

認知症サポーターキャラバン

認知症サポーター養成講座の講師（キャラバン・メイ ト）を養成し、全国で講座を開催しています。「認知症になっても安心して暮らせるまち」を目指し、地域の特色を活かしつつ、活動を展開しています。

認知症地域支援推進員

認知症の人やその家族の様々な相談に応じる専門職です。また、専門機関や地域の方々と連携し、認知症への理解が促進されるよう企画・調整も行っています。

脳力トレーニング（脳トレ）

脳の働きが衰えるのを防ぐ訓練です。人との交流や会話、運動、音楽、料理など、脳トレの材料は暮らしの中にあふれています。

もの忘れ

人の名前や大切な物の置き場所など、普段は忘れもしないようなことをうっかり思い出せなくなることを言います。完全に忘れたわけではなく、きっかけがあれば思い出すことができる場合もあります。

もの盗られ妄想

財布や通帳の保管場所を忘れ、「〇〇を盗まれた！」「泥棒が入った！」などと思い込んでしまう症状です。身近な人を疑ってしまうことが多いのも特徴のひとつです。

レスパイト

休息、小休止の意味です。介護者が休める時間を持てるように、介護保険では「通い」「泊り」「訪問」など様々なサービスを利用できます。普段の介護者以外の家族や知人からの支援も大切です。

ロバ隊長

「認知症サポーターキャラバン」のマスコットです。キャラバン（隊商）の隊長として「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」への道の先頭を歩いています。

作成：焼津市認知症かるた制作実行委員会