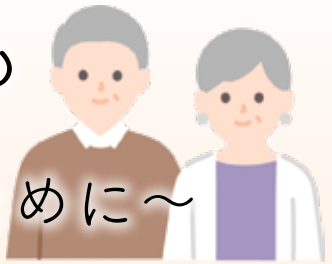


私が認知症になっても

～希望を持って生きるために～



2025年には、65歳以上の約5人に1人が認知症になるといわれています。あなた自身が、あるいは身近な人が認知症になるかもしれません。認知症になっても希望を持って生きるために、認知症を知り、自分らしく生きるヒントを見つけませんか。

【問】長寿社会課 ☎613-8144
【広報ID】1006417

～オレンジリングは認知症サポーターの証しです～

認知症と診断されたら

認知症になると、「何も分からない」、「何もできない」などと思っていませんか？ 認知症と診断されても、生活が急に変わるわけではありません。また、将来に向けて準備できることがたくさんあります。周

囲の人と相談しながら、運動習慣や役割を持つなど生活の工夫や、介護サービスの活用などの環境整備をしていきましょう。

早めの相談でよりよく生きる備えを

もの忘れ相談医

医師が、もの忘れや認知症の相談に応じますので、身近なもの忘れ相談医に気軽に相談しましょう。

もの忘れ検診

医師の問診により、認知症やうつ病の症状をチェックします。
【日時】10月31日(月)まで
【対象】令和5年3月31日時点で65歳以上の人

無料

地域包括支援センター・介護支援センター

介護や在宅生活の悩みごとなど、さまざまな相談に応じます。相談できる時間は、月曜日から金曜日の9時から19時まで、土曜日は9時から12時までです。

介護予防のためのさまざまな勉強会や教室、講習会なども開催しています。詳しくは、各センターへお問い合わせください。

各センターの一覧はこちら



当たり前の暮らしを支える取り組み

企業の立場から

(株)北日本銀行 筑後 人知さん

行員に対し定期的に「認知症サポーター養成講座」を開催しています。高齢のお客さまが来店することが多いため、認知症について学ぶことで、お客さまへより適切なご案内ができるよう気をつけることや、認知症に関する相談窓口を知ってもらうことに役立っていると感じています。

受講した行員の中には認知症の家族がいるケースも多く、普段の生活を振り返る機会になったなどの感想も聞かれています。認知症を身近なこととして考えてもらうことが大切だと感じています。

家族の立場から

認知症の人と家族の会 内出 幸美さん

認知症の人を介護した経験のあるスタッフと、日頃の悩みなどを気軽に話し合う「盛岡のつどい」を月1回開催しているほか、無料の電話相談には、受診や介護など、さまざまな相談が寄せられます。

少しのことでも、不安に感じたことを経験者と一緒に話すことで、たとえ答えが出なくても、暗い心に日が差すと思います。1人で悩まず、勇気を出して私たちに声を掛けてください。認知症の人や家族だけでなく、周囲の人も認知症を理解し、お互いに勇気を出して一歩踏み出すことが大切だと思います。

【問】認知症の人と家族の会 岩手県支部 ☎0120-300-340 (月～金曜、9時～17時) ※秘密は厳守します。気軽に相談してください

外出時に万一の備え～SOSネットワークの登録～

認知症の高齢者などで独り歩き中に道に迷う心配がある人を、家族などの申し出により事前に登録するシステムです。登録者が行方不明となった場合に、警察や行政などが連携し、早期発見につなげます。

登録方法

住所や名前、生年月日、体格などが記載された顔写真付き・押印済みの登録依頼書と情報発信確認書を、各警察署または、市役所本庁舎5階の長寿社会課、地域包括支援センターのいずれかに提出。



詳しくは、「認知症みまもりねっと」をご覧ください



認知症の検診や相談窓口などの情報を掲載しています

認知症について知ろう～9月21日は世界アルツハイマーデー～

1994年(平成6年)9月、第10回国際アルツハイマー病協会国際会議が開催され、アルツハイマー病などに関する認識を高め、世界の患者と家族に援助と希望をもたらすことを目的に、世界保健機関(WHO)と共同で、9月を「アルツハイマー月間」と定め、認知症への理解を呼びかける取り組みをしています。

表 アルツハイマー月間のイベント

目的	日時	場所(所在地)	内容
見る	9/1(木)～30(金)	イオンモール盛岡(前湯四)・盛岡南(本宮七)、マリオス(盛岡駅西通二)	デジタル看板で、認知症の人からのメッセージ動画などの放映
	9/6(火)10時～11時半 ※先着15人、会場で当日受け付け	マリオス20階	ユマニチュード(高齢者や認知症の人に有効なコミュニケーション技法の一つ)を学ぶ動画の放映
	9/18(日)～24(土)	開運橋	認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色にライトアップ
知る	9/1(木)～30(金)	市役所本庁舎1階	認知症に関する情報、認知症に対する積極的な支援に取り組んでいる地域や企業の取り組みなどのパネルやパンフレット・チラシなどの展示
	9/5(月)～12(月)	マリオス20階	
	9/1(木)～30(金)	都南図書館(永井24)	認知症に関する書籍の貸し出し、パンフレット・チラシなどの展示
	9/10(土)～25(日)	渋民図書館(渋民宇鶴塚)	
	9/13(火)～30(金)	中央公民館(愛宕町)	

海外に住むことになったら
帰国して日本に住むことになったら

国民年金の手続きが必要です！

出国前に必要な手続き

国民年金に加入している自営業や学生・無職の人が海外に居住することになったときは、国民年金の加入資格を失います。窓口で必ず喪失の手続きをしてください。厚生年金に加入している人に扶養されている人は、厚生年金加入者の勤め先を通じて喪失の手続きをお願いします。

また、日本国籍の人であれば国民年金に任意加入することもできます。
【広報ID】1003597

帰国した時に必要な手続き

20歳以上59歳以下の人は任意加入の有無にかかわらず、帰国して住民票への登録をした場合は国民年金への加入が必要になります。窓口で必ず加入手続きをしてください。

※一時帰国などで短期間だけ国内で住民票の登録をした場合でも、その期間は強制加入の対象になるので手続きが必要です

※任意加入で付加保険料や口座振替による納付をしていた人が強制加入後も継続を希望する場合は、加入手続き時に再度申請が必要です

【広報ID】1003600

手続き窓口

医療助成年金課年金係 ☎626-7529

都南総合支所税務福祉係

玉山総合事務所健康福祉課

盛岡年金事務所(松尾町) ☎623-6211



国民年金に入っている人が海外に引越すときや、海外に住んでいた人が帰国したときに必要になる国民年金の手続きについてお知らせします。

【問】日本年金機構 盛岡年金事務所 ☎623-6211
市医療助成年金課年金係 ☎626-7529

●国民年金の任意加入の手続き

日本国籍の人は、申請することで国民年金の任意加入制度を利用できます。加入申請した日から加入資格を取得します。(過去にさかのぼって加入できません)

将来受け取る年金額を増やすことができる付加保険料も納めることができます。

※既に出国予定以後の保険料を納付している人も、任意加入の手続きをしないと、後日保険料が還付されます

※海外の大学などに留学の時は、学生納付特例制度を利用できません

●任意加入をするメリット

- ① 老齢基礎年金を受給するための資格期間と年金額に換算される。
- ② 受給要件を満たした場合、遺族年金・障害年金を請求できる。

●保険料の納付方法

- ① 国内にいる親族などの協力者が本人の代わりに納める
- ② 日本国内に開設している預貯金口座からの引き落とし
- ③ クレジットカードでの納付



市史編さんだより vol. 4

編集部会を紹介します

市史の編さんにあたって設置した8つの編集部会の担当分野や特色を紹介します。初回は写真集部会です。

【問】市史編さん室 ☎603-8024

【広報ID】1032998

写真集部会

写真集部会は、令和5年度に刊行する写真集を編さんしています。写真集では、市史の対象期間である昭和30年代から平成の終わりまでの市の歴史と発展を振り返ります。

構成は、始めに航空写真などで市全体を大きく眺め渡し、次いで、地域活動や祭りなどテーマごとに展開していきます。

盛岡の地域性や時代の空気感が見える写真を選びます。

これまでは、写真の収集・選別を進めてきました。

今後はレイアウトの検討をして、解説文を執筆します。家庭や地域で世代を問わず、会話が弾むような写真集を作ります。お楽しみにお待ちください。



これから紹介する部会

通史編・資料編は、分野別に7章で構成し、7つの編集部会が、それぞれ執筆します。

例えば、自然を生かしたまちづくりを進めてきた市の変遷を描く都市計画・環境・防災部会。市民活動の歩みと、分野を超えて活動する市民の姿を描く市民活動部会など、特色ある編集部会を設置しました。各編集部会の特色は、次回以降紹介していきます。

広告

AI

がお持ちの住宅を

瞬時に査定

PC・スマホ上で完結。お問い合わせ・ご来店不要！！ 簡単＆手軽な不動産査定をぜひお試しください！

不動産本舗

株式会社北日本土地 盛岡店

tel:019-681-8822

〒020-0866 盛岡市本宮3丁目49-46
■営業時間／9時30分～18時00分 ■定休日／水曜日

↑↑↑今すぐAI査定を体験する

岩手県知事免許(10)第1473号 (一社)岩手県宅建物取引業協会会員
東北地区不動産公正取引協議会加盟 (公社)全国宅地建物取引業保証協会会員
https://www.kitatochi.com/ e-mail:info@kitatochi.com

広告

使い勝手が良くて、審査＆融資までがスピーディー！

10年固定年利

2.06%

店頭表示金利 2.70%

最優遇金利

リビートプランご利用にならない場合

★マイホーム
★借換
★空家解体
★耐震リフォームにも！

2.20%

年利

POINT

〈ご融資金額〉
最高 2,000万円まで
担保・保証人不要
最長 25年返済
さらにお取引内容により、うれしい金利特典！

インターネットからの仮審査申込みも可能です。

●ご返済方法
元利金均等返済または元金均等返済のいずれかをご選択いただけます。

ローンプラザもりしん

盛岡市下ノ橋町2番14号(六日町本部)FAX ☎0120-702-540
【営業時間】月～金曜日(祝日を除く)9:00～17:00
※12月31日～1月3日は休業致します。

0120-160-656

あなたのそばに もっと身近に

もりしん スマイル

120 信

盛岡信用金庫

盛岡市中ノ橋通一丁目4番6号 ☎019-623-2221