



オレンジアクション

認知症の人や家族の支援

2030年のSDGs達成に向け定めたTMGMのコミットメント

「地域とともに。愛し愛されるTMGM~TMGMサステナビリティ2030~」。

これは医療・介護サービスを通じて、SDGs達成に貢献するためのTMGMとしての約束です。

2021年4月にTMGM職員からなる「SDGs推進プロジェクト委員会」創立し、取り組むべき5つのテーマを策定、その中からコミットメント「オレンジアクション(認知症の人や家族の支援)の推進」をご紹介します。

オレンジアクション

昨今、高齢化に伴い認知症の人が増え、現在、65歳以上の6人に1人が認知症患者とされています。

TMGMは認知症の方やその家族へ寄り添うやさしい施設を目指します。



オレンジリング

キャラバンメイト職員による、職域・地域での認知症サポーター養成講座を開催。

多くのTMGM職員も講座を受講し、認知症サポーターが誕生しています。



TMGMの認知症外来・もの忘れ外来

戸田中央メディカルケアグループ(TMGM)には、認知症に関する外来がございます。

認知症に関して、ご自身ご家族の心配事がありましたら、ご相談ください。

●戸田中央総合病院	●戸塚共立いずみ野病院	●新座病院
●TMGあさか医療センター	●TMG宗岡中央病院	●熱海所記念病院
●戸塚共立第1病院	●戸塚共立第2病院	●八王子山王病院
●よこすか浦賀病院	●牧野記念病院	

認知症予防 脳トレ

戸田中央メディカルケアグループ (TMG) の運動支援センターFit (フィット) の健康運動指導士: 布能 雅也による認知症予防脳トレです。ぜひトライしてみてください! 会計待合スペースのモニターやYouTube (二次元コードより) では、動画で観ることもできます。



- ① 右手はパー左手はグーをする。
- ② 右手と左手を交互に入れ替える。
- ③ ②を行いながら30秒間で動物の名前を10匹言う。



- ① 指と指をあわせる。
 - ② 親指を回しながら、昨日の晩御飯を言う。
 - ③ なか指を回しながら、昨日お昼ご飯を言う。
 - ④ くすり指を回しながら、昨日の朝ご飯を言う。
- ※各10秒くらいずつ行う。



- ① 親指とひとさし指→親指となか指→親指とくすり指→親指と小指の順番で合せる。
- ② ①を逆から行う。
- ③ 右手は親指と人差し指から、左手は親指と小指から始める。
- ④ ③をスピードを上げて行う。



認知症予防 レシピ さばの竜田揚げ~カレー風味~



サバに含まれるDHA・EPAと抗酸化作用が強いクルクミンが含まれるカレー粉は認知症予防におすすめのレシピです。



【材料】

さば・・・一切れ
塩・・・少々
酒・・・適量
カレー粉・・・適量
小麦粉・・・適量
揚げ油(オリーブオイル等)

【作り方】

- ① さばに塩、酒をふりかけて味をなじませる。
- ② ビニール袋に小麦粉・カレー粉を入れてよく混ぜる。
- ③ ②のビニール袋の中にさばを入れてよく振る。
- ④ 油で揚げる。



TMGの認知症外来・もの忘れ外来

戸田中央メディカルケアグループ(TMG)には、認知症に関する外来がございます。
認知症に関して、ご自身ご家族の心配事がありましたら、ご相談ください。

病院名	診療科名	診療曜日・時間	受診方法	お問合せ・ご予約	特徴
戸田中央総合病院	もの忘れ外来	第1・3・5土曜日…9:00～13:00	予約制	0570-01-1114	9月の認知症月間中資料などの掲示
TMGあさか医療センター	物忘れ外来	水曜日…9:00～16:00 金曜日…9:00～12:00	予約制	0570-07-2055	
戸塚共立第1病院	認知症外来	金曜日…午前	予約制	045-864-2501	
戸塚共立第2病院	もの忘れ外来	第2・4木曜日…午前中	予約制	0570-00-3205	
戸塚共立いずみ野病院	もの忘れ外来	金曜日…14:00～15:30	予約制	045-800-0320	レカネマブ治療実施
TMG宗岡中央病院	もの忘れ、頭痛、めまい、しびれ外来	木曜日…午後		048-472-9211	
八王子山王病院	もの忘れ外来	月・水曜日…10:00～11:00 水曜日…14:00～15:00 金曜日…9:00～17:00	月・水曜日は予約制	042-626-1144	
新座病院	物忘れ外来	金曜日…14:00～17:00	電話予約制	048-481-1611	
熱海所記念病院	もの忘れ外来	火・水・金・土曜日…9:00～13:00 月・水・金曜日…14:00～17:00	電話予約制	0557-82-3000	年に2回オレンジカフェ開催
よこすか浦賀病院	もの忘れ外来	火・金曜日…午前 水曜日…午後	水曜日は予約制	046-841-0922	
牧野記念病院	物忘れ外来	月～金曜日…午前・午後 土曜日…午前		045-933-4111	

他にも、戸田中央リハビリテーション病院ではオレンジカフェ「ちえぞうサロン(月1回開催)」や戸田市認知症ケア相談室、北総白井病院では、リハビリテーション職員による行政主催の研修会協力を行っています。