

2023년 2회차

우리동네 알짜배기 치매안심정보지

2023 제16회 치매극복의 날 기념행사 치매상담전화 1899-9988

치매 환자 이야기 뮤지컬 공연

일시 2023. 9. 18.(월) 14:00~16:00
장소 울주군청 알프스홀 (울산 울주군 청량읍 군청로 1, 1층)

선선한 가을 치매극복을 위한 견움에 함께해주세요!

참석대상 ● 치매환자 및 가족, 치매에 관심 있는 울산시민 300명(선착순마감)

행사내용 ● 식전 공연 : 중구소년소녀합창단 공연
 ● 기념식 : 치매유공자 포상, 민관협력 우수사례 공모전 시상
 ● 뮤지컬 공연 : 치매환자 이야기 공연

신청안내 ● 사전신청기간 : 2023. 8. 31.(목)까지
 ● 사전신청방법 : 신청서 작성 후 이메일 또는 팩스 발송
 - 신청서 다운로드 : 광역치매센터 홈페이지(ulsan.nid.or.kr) 공지사항
 - 이메일 : ulsan@nid.or.kr
 - 팩스 : 052)241-1595
 ● 참가비 : 무료
 ● 문의 : 052)241-1591~4/1596

참석자 전원 기념품도 제공해드려요!

중앙치매센터

광역치매센터

울산광역시

동강병원

CONTENT

제16회 치매극복의 날 기념식	1p
치매극복 주간행사	2p
전문가가 알려주는 정신행동증상 대처방법 II	3p
지역 의료기관 현황	4p
정보1 연말정산 치매환자 소득공제	5p
정보2 치매환자 주거환경 안전진단	6-7p
치매교육프로그램 일정	8-13p
치매조기검진·인식개선 홍보 일정	14p
정보3 실증재발방지 사업	15p
정보4 치매조기검진 안내	16p

홈페이지 QR코드



유튜브 QR코드



인스타그램 QR코드



페이스북 QR코드



카카오톡 QR코드



광역치매센터
울산광역시

발행처 울산광역시광역치매센터 발행인 김성률 편집인 정유리, 홍수진 발행일 2023년 8월 31일
전화 052-241-1596 팩스 052-241-1595 E-mail ulsan@nid.or.kr
주소 44456, 울산광역시 중구 태화로240, 동강병원 남관 5,6층

요즘 자꾸
깜빡 깜빡~ 하신다면?

치매체크 앱 다운!
Google Play 치매체크

치매극복 주간행사

제16회 치매극복의 날을 맞이하여 치매극복 주간행사를 개최하오니,
시민분들의 많은 관심과 참여 부탁드립니다.

중구치매안심센터

(☎ 052-290-4367)

01 **2023. 9. 12.(화)**
14:00~16:00 (일정 변경 가능)

02 **2023. 9. 21.(목)**
14:00~15:00

장소 01 더행복노인복지센터 (중구치매안심센터 치매극복선도단체) 02 옥교동 전통시장

대상 01 더행복노인복지센터 이용 어르신 20여명 02 울산시민 누구나

내용 01 우리버스(주) 힐링봉사단
치매극복 힐링 공연
(정구출 공연, 아코디언, 색소폰 연주 등)

02 - 치매극복의날 기념 **가두캠페인**
- 찾아가는 **치매선별검사, 치매 OX퀴즈**
참여자 기념품 지급
- 치매안심센터 **안내문 배부** 등

남구치매안심센터

(☎ 052-226-2393)

2023. 9. 21.(목) 10:00~14:00

장소 장생포고래문화마을 내 장생포 옛마을 **대상** 울산시민 누구나

내용 인지건강 퍼즐 맞추기, 추억의 달고나 만들기 등
'그때 그 시절' 과거 체험

목적 과거 회상을 통한 어르신들의 인지 자극,
옛날 생활방식을 들여다보며
치매 어르신과 지역주민들의 공감대 형성

동구치매안심센터

(☎ 052-209-6942)

2023. 9. 19.(화) 13:30 ~ 15:30

장소 대왕암공원 **대상** 울산시민 누구나

내용 - 어깨띠, 피켓 등을 이용한 치매인식개선 및 예방 홍보, 캠페인
- 치매안심센터 사업내용 홍보 배너 전시
- 체험(OX퀴즈, 인지강화교구)을 통한 치매에 대한 관심 고취

북구치매안심센터

(☎ 052-241-8137)

2023. 9. 20.(수) 14:00~16:00

장소 북구 호계시장 일대 **대상** 지역주민 500여명

내용 - 치매퀴즈(OX퀴즈, 미로찾기, 틀린곳찾기, 초성퀴즈 등)
- 치매선별검사 및 결과 상담
- 치매인식개선 캠페인(건강증과 치매 차이 알기)
- 치매인식개선 리플릿 및 기념품 배부

울주군치매안심센터

(☎ 052-209-6942)

01 **2023. 9. 12.(화)**
10:00~12:00

02 **2023. 9. 13.(수)**
10:00~12:00

장소 01 언양 알프스시장 02 온양 웅기종기시장

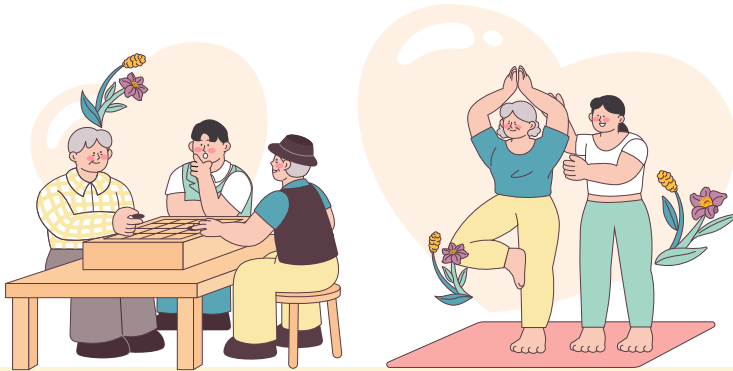
대상 오일장 이용 지역주민, 상인 등

내용 - 치매인식개선 홍보관 운영 및 캠페인
- 치매바로알기 OX퀴즈, 홍보물품 배부
- 치매 인지교구 체험 및 치매예방법 안내
- 치매안심센터 사업 안내 및 상담



전문가가 알려주는 치매환자 정신행동증상 대처방법 II

치매환자의 증상별 대처를 숙지하면 장기적인 경과에도 도움을 줄 수 있습니다.
각각의 증상은 다른 증상과 연결되어 있고 환자마다 더 잘 맞는 개별적인 방법들이 있을 수 있어
전반적인 내용을 숙지하면서 환자에게 맞는 방법들을 찾아가는 것이 필요합니다.



울산대학교병원
정신건강의학과
임상부교수
전진용



배회증상
대처방법

치매환자의 배회증상 대처방법

치매환자에게 안정적인 환경을 제공합니다. 물리적인 환경이 환자에게 혼란을 준다면 환경을 단순화 하는 것이 좋으며, 환자가 편안하다고 생각하는 환경을 제공해 주도록 노력하는 것이 필요합니다. 배회 증상의 원인을 파악해 보고 원인이 있다면 변화할 수 있도록 해야 합니다. 예를 들어 환자가 불안하다고 생각한다면 이에 대해서 관찰하고 불안을 줄일 수 있도록 환경을 줄여주는 것이 도움이 됩니다. 배회 증상에 대한 대처보다는 왜 배회 증상이 일어나는 것인지에 대한 관찰이 더 중요합니다. 치매환자의 적절한 행동에 대해서는 칭찬을 하고 이를 반복하는 것도 도움이 될 수 있습니다.



우울/무감동
대처방법

치매환자의 우울/무감동 대처방법

알츠하이머 치매 환자의 약 40~50%에서 우울증상이 발생하는 등 치매 환자에서의 우울 증상은 흔한 편입니다. 특히 치매 환자의 우울과 불안은 연관되어 있으며 이로 인해 과도한 걱정, 불안, 두려움이 나타날 수도 있습니다. 치매 환자의 우울 증상을 잘 평가하는 것은 중요합니다. 수면장애, 식사량 감소, 체중 감소, 활동 저하 등은 우울증상으로 이어질 수 있어 잘 관찰하는 것이 필요합니다. 치매 환자가 좋아하는 활동에 대해 격려하고 적당한 운동이나 음악 듣기 등 적당한 외부 자극을 주는 것도 도움이 될 수 있습니다. 규칙적인 식생활과 수면 생활을 유지할 수 있도록 도움을 주는 것도 필요합니다.



돌봄자의
건강관리

치매환자의 돌봄자의 건강관리

치매환자를 돌보는 돌봄자는 많은 스트레스에 노출될 수 있습니다. 환자의 행동이 돌봄자를 힘들게 하는 것이 아니고 증상의 하나라는 것을 인지해야 합니다. 증상에 대해 짜증을 내거나 회피하는 것은 해결책이 아니라는 것을 알고 오히려 이를 예방할 수 있는 방법들에 대한 교육을 통해 불필요하게 환자를 자극하지 않도록 해야 합니다. 돌봄으로 인한 스트레스가 크다면 상담을 받거나 스트레스 관리를 위한 이완 요법 등도 도움을 줄 수 있습니다. 돌봄의 과정은 단기간에 끝나는 것이 아니므로 돌봄자 스스로 건강에 대한 관심도 필요합니다. 규칙적인 생활과 적당한 운동, 균형 잡힌 식생활 등은 신체건강 뿐만 아니라 정신건강에 도움을 줄 수 있습니다.

지역 의료기관 현황(신경과, 정신건강의학과)

치매안심센터 협약병원 : ○

연번	지역	기관명	주소	전화번호	
1	중구	동강병원 ○	울산 중구 태화로 239 (태화동)	052-241-1114	
2		동천동강병원 ○	울산 중구 외솔큰길 215 (남외동)	052-702-3114	
3		봄정신건강의학과의원 ○	울산 중구 번영로 580, 4층 401호 (남외동, SkyM 빌딩)	052-281-7900	
4		사람이소중환병원 ○	울산 중구 학성로 118 1~6층 (옥교동)	052-227-7511	
5		하이울산신경과의원 ○	울산 중구 번영로 484, 대성빌딩 3층 (반구동)	052-286-5300	
6		신용역신경과의원	울산 중구 번영로 576, 6층 (남외동)	052-282-8555	
7		유성병원	울산 중구 장춘로 169 (학산동)	052-210-0100	
8		아이윤병원	울산 중구 번영로 371, 3,6,7,12층 (학산동)	052-297-0087	
9		한양정신과의원	울산 중구 새즈문해거리 6 (성남동)	052-244-9649	
10	남구	로템나무정신건강의학과의원 ○	울산 남구 삼산로 216, 7층 (달동)	052-260-0023	
11		마더스병원 ○	울산 남구 화합로 107 (달동)	052-270-7000	
12		울산병원 ○	울산 남구 월평로171번길 13 (신정동)	052-259-5000	
13		울산제일병원 ○	울산 남구 남산로 354번길 26 (신정동)	052-220-3300	
14		좋은삼정병원 ○	울산 남구 북부순환도로 51 (무거동)	052-220-7500	
15		큰빛병원 ○	울산 남구 문수로 457번길 5 (신정동)	052-272-2505	
16		강남동강병원	울산 남구 돌길로 80 (달동)	052-241-3114	
17		건강한월병원	울산 남구 중앙로 282, 5~11층 (신정동)	1833-2922	
18		굿모닝병원	울산 남구 삼산로 110 (달동)	052-259-9000	
19		김지선정신건강의학과의원	울산 남구 삼산중로 65, 4층 (달동, 제일빌딩)	052-265-3456	
20		김재홍정신건강의학과의원	울산 남구 삼산로 272, 201호 (삼산동, 프리던스빌딩)	052-227-8664	
21		권학수정신건강의학과의원	울산 남구 삼산중로 67, 4층 (달동, 송호빌딩)	052-256-0875	
22		더맑은정신건강의학과의원	울산 남구 삼산로 247, 13층 1302호 (달동)	052-708-1313	
23		동해정신건강의학과의원	울산 남구 중앙로 239, 4층 (신정동)	052-261-1020	
24		미소마음정신건강의학과의원	울산 남구 삼산로 266, 굿모닝클리닉13층 1301호 (삼산동)	052-266-5575	
25		서울정신건강의학과의원	울산 남구 삼산로 231, 울산 센트럴하이 408-409호 (달동)	052-933-0250	
26		송성환정신건강의학과의원	울산 남구 삼산로 274, 5층 502호 (삼산동)	052-977-7888	
27		수앤미정신건강의학과의원	울산 남구 수암로 108, 2층 (신정동)	052-273-6075	
28		시민건강의원	울산 남구 북부순환도로 48, 4층, 7층 (무거동)	052-221-0675	
29		이창훈정신건강의학과의원	울산 남구 대공원로 241, 4층 401호 (신정동, 대공원코오롱파크폴리스)	052-265-2051	
30		원정신건강의학과의원	울산 남구 북부순환도로 24 (무거동)	052-249-8070	
31		중앙병원	울산 남구 문수로 472 (신정동)	052-226-1100	
32		최승호 신경과의원	울산 남구 삼산로 273, 삼산타워 9층 (삼산동)	052-260-0300	
33		홍승범정신건강의학과의원	울산 남구 삼산로 15, 5층 (신정동, 세안빌딩)	052-272-0069	
34		해누리정신건강의학과의원	울산 남구 수암로 138, 701호 (아음동)	052-257-5793	
35		동구	동울산영상의학과의원 ○	울산 동구 방어진순환도로 633 (일산동, 세인트에스타워)	052-236-7799
36			울산대학교병원 ○	울산 동구 동구 대학병원로 877 (전하동)	052-250-7000
37			김정곤정신건강의학과의원	울산 동구 방어진순환도로 749, 3층 (전하동)	052-236-7575
38		북구	울산시티병원 ○	울산 북구 산업로 1007 (연암동)	052-280-9000
39			엘리아병원 ○	울산 북구 호계로 285 (호계동)	052-290-2100
40	북울산병원		울산 북구 신답로 37 지하1층~지상8층 (상안동)	052-293-8888	
41	울산술평정신건강의학과의원		울산 북구 호계로 292, 3층 302호 (호계동)	052-281-7582	
42	울주군	세광병원 ○	울산 울주군 삼남읍 반구대로 15 (방기리)	055-381-8275	
43		울산광역시립노인병원 ○	울산 울주군 온양읍 덕남로 243 (동상리)	052-231-7900	
44		김준형정신건강의학과의원	울산 울주군 언양읍 동문길 65 (동부리)	052-254-7579	
45		반구대병원	울산 울주군 두동면 천전각석길 11 (천전리)	052-264-9225	
46		울산기독병원	울산 울주군 두동면 남명리1길 34-49 (봉계리)	052-263-5111	
47		자재병원	울산 울주군 상북면 소야정길 216-39 (양들리)	052-255-8400	
48		큰빛웅촌병원	울산 울주군 웅촌면 웅촌로 685 (대북리)	052-225-0834	
49	파인힐병원	울산 울주군 상북면 석남로 900 (공근정리)	052-263-0070		

알짜배기 치매정보①

연말정산 치매환자 소득공제

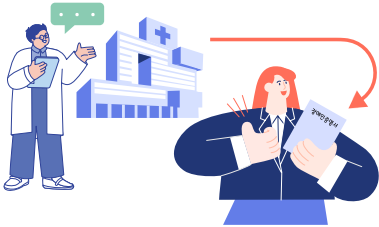
Q. 가족 중에 치매환자가 있으면 연말정산 소득공제를 받을 수 있나요?



가족 중 치매환자가 있으면 연말정산을 신청할 때, 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다. 치매는 장애인 등록법 상 장애인에 해당되지 않지만, 세법상 장애인으로 인정되어

연말정산 시, 장애인 증명서를 발급받아 제출하면 장애인 소득공제(연 200만원)를 받을 수 있습니다.

Q. 장애인 증명서 발급은 어디에서 받을 수 있나요?



세법상 장애인이란 "항시 치료를 요하는 중증 환자"라 고시되어 있고 치매환자가 중증 환자에 해당하는지의 여부는 의사가 판단하게 됩니다.

장애인 증명서를 발급받아 연말정산 혜택을 받으시려면 치매치료를 받고 있는 의료기관에서 담당 의사와 상의해 보시기 바랍니다.

Q. 연말정산 소득공제는 누가 신청할 수 있나요?



연말정산은 주소지나 세대주, 동거 여부와 관계없이 가족 중 한 사람이 연말정산을 신청하면 됩니다.

다른 가족들이 기본공제를 신청하지 않았다면 기본공제(150만원), 장애인소득공제(200만원)를 받으실 수 있습니다.

연말정산 시 소득공제를 위한 제출 서류

1 장애인 증명서

2 주민등록등본

주민등록등본상 함께 거주하지 않는 경우 가족관계증명서 추가 제출

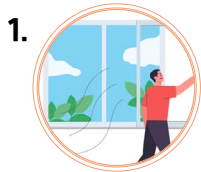
※ 장기요양기관을 이용하신 급여비용에 대해서도 연말정산 시 혜택을 받으실 수 있습니다. 장기요양기관이 직접 국세청 홈택스에 연말정산 자료를 제출하게 되어 있으니 기관으로 확인해 보시기 바랍니다. 연말정산을 받지 못하셨다면 그동안 신청하지 못한 누락분에 대해서 소급 적용이 가능합니다. 연말정산 관련 서류는 직장에 제출하시면 됩니다.

☎ 자세한 부분은 국세청(126)이나 국민건강보험공단(1577-1000)으로 문의하시면 됩니다.

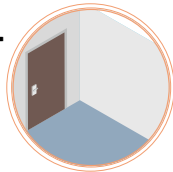
알짜배기 치매정보②

치매환자 주거환경 안전진단

주거생활환경 및 구조의 기본 수칙



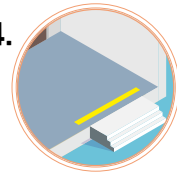
1. 환기
하루 3회, 10분 이상 환기를 통해 쾌적한 실내 환경을 관리합니다.



2. 벽지
벽지의 패턴이 새나 동물, 점(dot) 모양 등 사실적으로 묘사되어 있으면 벌레로 착각하여 놀라서 죽이려고 하는 시도를 하므로 피하는 것이 좋습니다.



3. 조명
천장에 하나의 등을 설치하는 방식은 빛의 밝기가 공간 전체에 고르게 퍼지지 않고 그림자가 생겨 넘어지는 사고의 원인이 될 수 있으므로 공간 영역별 용도에 따라 부분 조명등을 설치하는 것이 적합합니다.



4. 안전한 등선
· 바닥에 걸려 넘어질 수 있는 잡동사니는 정리합니다.
· 안전을 위해 문턱이 없는 것이 좋지만 문턱이 있을 경우 야간에도 알아보기 쉽도록 바닥과 대조되는 야광스티커를 부착합니다.

※ 치매 노인은 인지능력이 정상인 노인에 비해 낙상사고 발생률이 최소한 2배가 넘습니다. 특히 치매 노인이 주로 거주하는 환경 내에서 낙상 빈도가 매우 높은 편이기 때문에 낙상을 일으키는 여러 위험 요인들을 동시에 관리하는 것이 낙상사고를 효과적으로 줄일 수 있습니다.

공간 영역 안전진단 점검(체크) 항목

01. 주방

점검내용	점검결과		
	양호	보통	미흡
① 수납장 수납장에 어떤 물건이 들어 있는지 쉽게 알 수 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
② 냉장고 메모판 장 볼 물건 또는 냉장고 안 식재료를 기록할 수 있는 메모판이 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③ 모서리보호대 싱크대 상하부 수납장에 모서리보호대가 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
④ 수도꼭지 수도꼭지는 냉·온수 표시가 되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

02. 화장실

점검내용	점검결과		
	양호	보통	미흡
① 안전손잡이 변기와 욕조 옆 안전손잡이가 설치되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
② 모서리보호대 수납장에 모서리보호대가 설치되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
③ 야간등 밤에 화장실에 찾아 가기 쉽게 야간등이 설치되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
④ 수도꼭지 수도꼭지는 냉·온수 표시가 되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

03. 침실

점검내용	점검결과		
	양호	보통	미흡
① 수면등 작동이 쉬운 터치등 또는 수면등이 설치되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
② 모서리보호대 수납장에 모서리보호대가 설치되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

04. 거실

점검내용	점검결과		
	양호	보통	미흡
① 바닥 및 벽지 바닥과 벽이 만나는 모서리 부분은 색이 대비되어 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
② 베란다 문턱 거실바닥과 베란다 문턱은 색 구분이 가능한가요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

05. 현관

점검내용	점검결과		
	양호	보통	미흡
① 경사대 문턱이 있으면 오르내릴 때 높이를 보조할 수 있는 경사대가 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
② 보관걸이 자주 사용하는 물건(열쇠, 마스크 등)을 보관할 수 있는 보관걸이가 있나요?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

알짜배기 치매정보②

치매환자 주거환경 안전진단

공간 영역 점검항목 개선사항

01. 주방	개선사항
	① 수납장 수납물품을 쉽게 찾을 수 있도록 표식(스티커, 사진)을 부착합니다.
	② 냉장고 메모판 냉장고 안에 보관 중인 내용물과 장 볼 물건 등을 기록할 수 있는 메모판(화이트보드 등)과 펜을 냉장고 표면에 부착합니다.
	③ 모서리보호대 싱크대 상하부 수납장을 열고 닫을 때 모서리에 부딪히는 사고를 예방하기 위해 수납장과 대조되는 색상의 모서리보호대를 부착합니다.
	④ 수도꼭지 수도꼭지 냉·온수를 구분할 수 있도록 빨간색, 파란색 표식(방수스티커 등)을 부착합니다.
TIP! 모서리가 둥근 모양이면 굳이 모서리보호대를 사용하지 않아도 됨!	
02. 화장실	개선사항
	① 안전손잡이 변기에서 일어날 때 & 욕조에 들어가고 나올 때 보조할 수 있도록 안전손잡이를 설치합니다.
	② 모서리보호대 모서리에 부딪히는 사고를 예방하기 위해 수납장과 대조되는 색상의 모서리 보호대를 부착합니다.
	③ 야간등 밤에 화장실에 찾아가기 쉽게 화장실로 가는 통로 또는 벽에 야간등을 설치합니다.
	④ 수도꼭지 수도꼭지 냉·온수를 구분할 수 있도록 빨간색, 파란색 표식(방수스티커 등)을 부착합니다.
TIP! 안전사고 예방을 위해 안전손잡이 위치에 보강작업 선행 필수!	
03. 침실	개선사항
	① 수면등 야간에 화장실을 가거나 전화사용을 위해 수면 공간 옆, 침실 입구에 작동이 쉬운 터치등을 설치합니다.
	② 모서리보호대 모서리에 부딪히는 사고를 예방하기 위해 수납장과 대조되는 색상의 모서리 보호대를 부착합니다.
04. 거실	개선사항
	① 바닥 및 벽지 벽과 바닥이 만나는 모서리 부분의 색을 대비시켜 경계를 쉽게 파악할 수 있도록 합니다. 바닥의 무늬나 색깔이 일정하지 않고 차이가 나면 깊이 파여 있다고 착각하는 경우가 많기 때문에 무늬나 색깔이 강하게 대비되는 색은 피하도록 합니다.
	② 베란다 문턱 베란다 문턱에 걸려 넘어질 수 있으므로 베란다 문턱 색은 거실바닥, 베란다 바닥과 대비되는 색(도색, 스티커 부착 등)으로 합니다.
05. 현관	개선사항
	① 경사대 높은 문턱이 있다면 문턱을 오르내릴 때 높이를 보조할 수 있는 경사대를 놓습니다.
	② 보관걸이 마스크, 열쇠, 안경 등 자주 사용하는 물품을 놓을 수 있는 보관걸이를 부착합니다.

더! 자세한 내용을 확인해보세요



주거생활환경 안전진단 가이드북

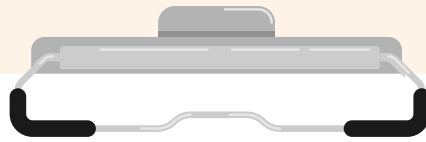


치매환자 주거환경개선 물품안내서

※ 다운로드(PDF) 경로:



광역치매센터 홈페이지 (<https://ulsan.nid.or.kr>) ▶
정보 ▶ 자료실 ▶ 간행물
<로그인 필수>



치매 교육 프로그램 일정

중구

중구치매안심센터(☎052-290-4367)

경증 치매환자 두뇌 튼튼 센터 인지재활교실

일자 2023. 9. 18. (월) ~ 11. 15. (수)
매주 월, 수, 금 09:00~12:00 (총 20회)

장소 중구보건소 2층 치매안심센터 쉼터

대상 중구치매안심센터 등록 경증치매환자 중
장기요양서비스 미이용자

내용 전산화인지훈련시스템을 활용한
인지훈련치료 및 일상생활활동 인지중재활동,
작업치료, 음악치료, 원예치료, 운동치료, 요리교실,
인지자극활동 등



남구

남구치매안심센터(☎052-226-2393)

치매환자쉼터 '기억 예음 교실' 운영

일자 6주 프로그램, 주 4회(월, 화, 수, 목), 9:00~12:00(3시간)
4기: 2023년 9월 4일 ~ 10월 19일
5기: 2023년 10월 30일 ~ 12월 8일

장소 남구치매안심센터 2층 교육실

대상 치매안심센터에 등록된 경증 치매환자
(장기요양서비스 미신청자 또는 미이용자)

내용 작업치료, 디지털 인지재활 프로그램, 음악치료, 미술치료 등



남구치매안심센터(☎052-226-2393)

치매고위험군 인지강화프로그램 늘해랑 교실 운영

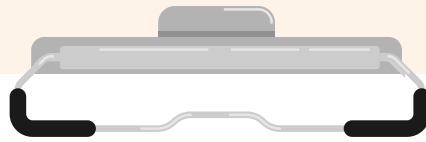
일자 5주 프로그램, 주 2회(화, 목), 10:00~12:00(2시간)
3기: 2023년 9월 12일 ~ 10월 19일
4기: 2023년 11월 7일 ~ 12월 7일

장소 남구치매안심센터 2층 쉼터

대상 치매안심센터에 등록된 치매고위험군
(경도인지장애 진단자, 인지선별검사 상 인지저하자)

내용 디지털 인지치료, 작업치료, 미술치료, 음악치료 등





치매 교육 프로그램 일정

남구

남구치매안심센터(☎052-226-2393)

네이처 힐링프로그램

일자 2023년 10월 예정(세부일정 미정)

장소 국립대운산 치유의 숲

대상 치매 경도인지장애 진단자 및 가족 또는 보호자

내용 동작 힐링 체조, 탄력밴드 스트레칭, 숲길 산책, 명상 테라피 등 산림치유프로그램



선암호수노인복지관(☎052-268-3113)

개인맞춤형 브레인헬스 “뇌장مام짱한 100세 시대” 2기

일자 2023. 8. 8. ~ 2023. 11. 14.
매주 화요일, 목요일 10:00~12:00

장소 선암호수노인복지관 2층 시니어스마트센터

대상 치매고위험군(뇌졸중, 뇌경색, 경도인지저하자) 어르신 6명

내용 뇌기능 분석을 통한 개인맞춤형 브레인헬스 뇌훈련 프로그램과 정서적 안정 관계능력 향상을 위한 통합예술집단상담 프로그램 진행



선암호수노인복지관(☎052-268-6080)

뇌튼튼 교실

일자 2023. 9. 7. ~ 2023. 11. 30.
매주 목요일 9:30~11:30

장소 선암호수노인복지관

대상 치매고위험군(경도인지저하, 75세 이상 독거노인 등) 관원 10명

내용 인지 신체 사회활동 영양 등의 치매예방 통합인지활동 프로그램



도산노인복지관(☎052-265-5221)

2023년 공동모금회 신청사업 치매발병 고위험군 어르신 치매예방을 위한 건강한 생활습관 만들기 프로그램 “기억, 오늘도 맑음 시즌2”

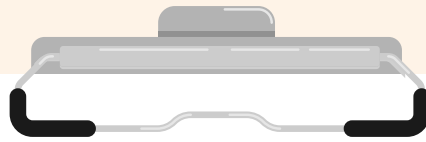
일자 매주 목요일 13:30~15:30 (공휴일 제외)
※2기: 7월 ~ 11월 16회기

장소 도산노인복지관 프로그램실

대상 남구 내 치매 발병 고위험군 어르신 20명 (*회기당 10명 모집)

내용 치매 정보제공 P/G, 치매 예방 신체/두뇌/정서 지원 프로그램 등





치매 교육 프로그램 일정

동구

동구치매안심센터(☎052-209-6942)

가족 힐링 프로그램 운영

일자 2023. 9. 11. 월요일 10:00

장소 동구보건소 2층 보건교육실

대상 치매안심센터 등록 치매환자와 가족

내용 정서지원, 치매가족 간 친목도모 프로그램 운영



동구치매안심센터(☎052-209-6942)

치매고위험군 대상 인지강화교실 「기억하이소」 2기 운영

일자 2023. 9. ~ 11. 매주 월요일, 화요일 14:00~15:00

장소 동구보건소 2층 보건교육실

대상 치매고위험군(경도인지장애 진단자 및 인지저하자) 10여명

내용 전반적인 인지기능 향상을 위한 그룹형 인지중재치료프로그램 24회 운영



방어진노인복지관(☎052-700-4135)

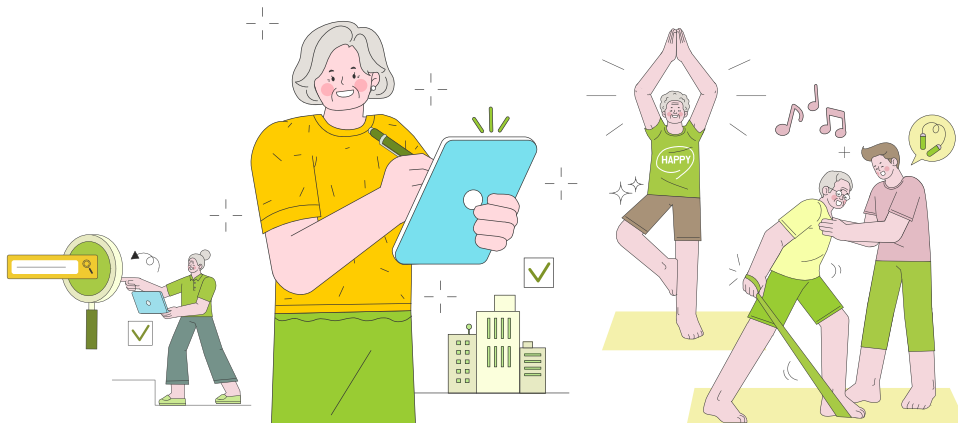
인지활동 서비스 프로그램 “뇌건강학교” 운영

일자 2023. 9. ~ 11. 매주 금요일 14:00~16:00

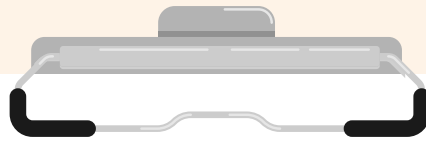
장소 방어진노인복지관 5층 강당

대상 치매발병 고위험군 어르신 15명

내용 4개 영역 인지, 사회, 신체, 영양의 전문화된 인지활동 서비스 프로그램 진행 중점 사업 : 유아댄스 새미톡



※상기 일정은 코로나19 등 기관사정에 따라 변경 가능하오니 꼭 전화 문의하시기 바랍니다.



치매 교육 프로그램 일정

복구

북구치매안심센터(☎052-241-8137)

치매환자 대상 '슬기로운 심터'

- 일자** 2023. 8. ~ 12. 매주 화요일, 목요일 09:00~12:00
- 장소** 북구노인복지관 2층 치매안심센터 심터
- 대상** 치매안심센터 등록 치매환자
- 내용** 인지교재 교구 활동, 체력증진활동, 음악, 공예, 요리활동 등



북구치매안심센터(☎052-241-8137)

치매예방교실 '기억두드림'

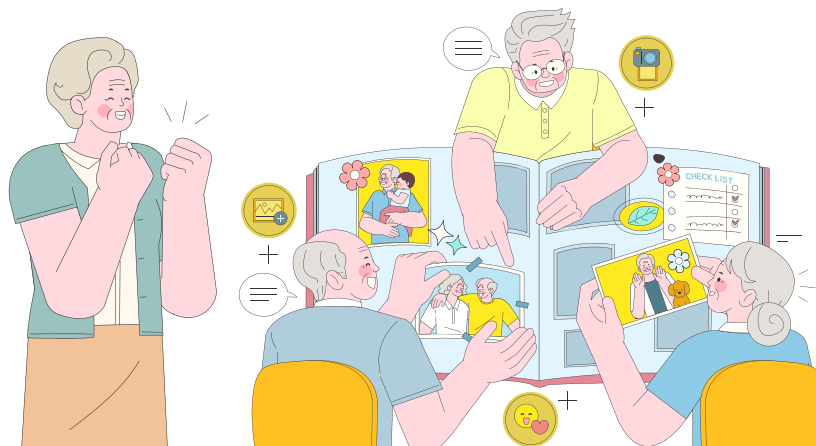
- 일자** 2023. 8. ~ 12. 매주 수요일 14:00~15:00
- 장소** 북구노인복지관 2층 치매안심센터 심터
- 대상** 일반지역주민 및 치매고위험군
- 내용** 인지증진 활동(인지교재, 운동, 미술, 공예활동 등)



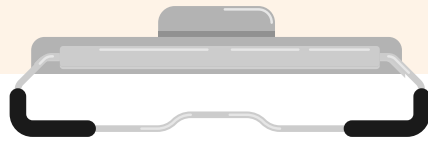
북구치매안심센터(☎052-241-8137)

지역주민 대상 '우리마을 총명당' 운영

- 일자** 2023. 8. ~ 12. 월 1회 14:00~15:00
- 장소** 북구 관내 '우리마을 총명당'으로 지정된 경로당 11개소
- 대상** 만60세 이상 경로당 이용 어르신
- 내용** 인지워크북, 공예, 정서안정 및 사회적 교류 활성 프로그램 등



※상기 일정은 코로나19 등 기관사정에 따라 변경 가능하오니 꼭 전화 문의하시기 바랍니다.



치매 교육 프로그램 일정

북구

북구노인복지관 본관-호계동(☎070-4014-5480)

2023년 하반기 뇌미인학교 운영

일자 2023. 8. 22. ~ 11. 21.
매주 화요일(공휴일 제외) 13:30~15:00

장소 울산북구노인복지관 2층 건강증진센터

대상 울산북구노인복지관 회원으로 75세 이상 독거 어르신 중 치매예방 프로그램에 관심 있는 어르신 8명

내용 두뇌, 신체, 사회, 영양 4대 통합형 치매예방프로그램 제공 (치매이해교육, 치매예방교구체험, 영양교육, 뇌건강체조, 뇌건강학습지, 원예수업, 미술수업 등)



북구노인복지관 본관-염포동(☎070-4014-5455)

2023년 하반기 인지예방 '우리동네 뇌 튼튼교실'

일자 2023. 9. 1. ~ 12. 1.
매주 금요일(공휴일 제외) 10:00~11:20

장소 울산북구노인복지관 본관 2층 다목적강당

대상 울산북구노인복지관 본관 회원으로 75세 이상 독거 어르신 중 치매예방 프로그램에 관심 있는 어르신 10명

내용 두뇌, 신체, 사회, 영양 4대 영역 통합형 치매예방프로그램 제공 (치매이해교육, 치매예방교구체험, 영양교육, 뇌건강체조, 뇌건강학습지, 원예수업, 사회활동 등)



울주군

울주군치매안심센터(☎052-204-2678)

기억광광 치매예방교실

일자 경로당별 주 1~2회(화/목) 14:00~15:00

장소 읍면별 경로당 1개소

대상 치매진단자 또는 치매고위험군을 제외한 지역주민

내용 치매예방교육(치매에 대한 이해, 치매통합관리 서비스 안내 등), 인지자극 프로그램(원예, 운동, 미술, 음악 활동 등)



울주군치매안심센터(☎052-204-2678)

"치매환자를 위한 비약물치료"

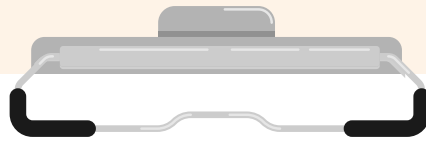
일자 2023. 4. ~ 12.

장소 대운산 치유의 숲

대상 12개 경로당 이용자 220명

내용 - 대운산 치유의 숲 '활력 up!' 프로그램 참가
- 숲 속 스트레칭, 명상활동 등 스트레스 해소 및 정서적 안정감 도모





치매 교육 프로그램 일정

울주군

시립노인병원(☎052-231-7978)
치매환자가족지원 자조모임

- 일자** 매주 마지막 주 금요일
- 장소** 울산광역시립노인병원 1층
- 대상** 본원 입원 치매환자 가족
- 내용** 심리안정을 위한 자조모임과 여가활동 지원, 정보교환과 고립감 해소 및 스트레스 해소



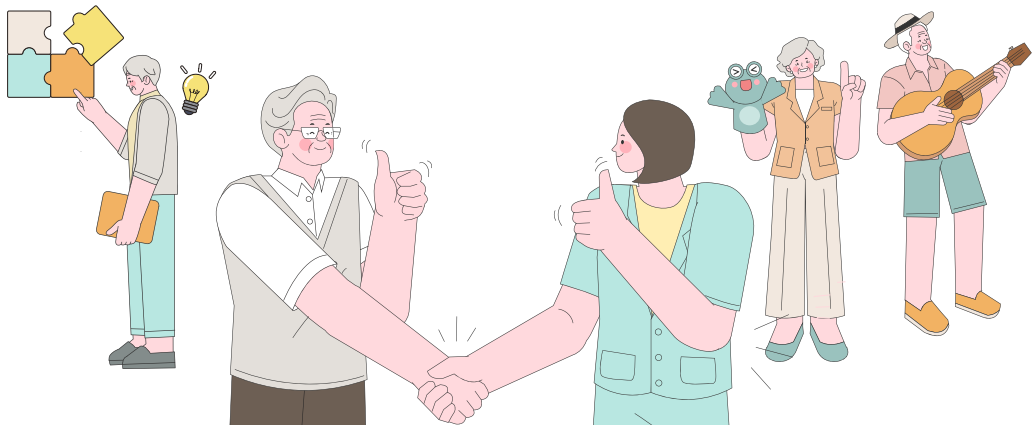
시립노인병원(☎052-231-7978)
치매환자지원 비약물치료

- 일자** 매주 3회 이상
- 장소** 울산광역시립노인병원 치매안심병동
- 대상** 치매환자
- 내용** 인지기능 악화 방지, 기능향상을 시킬 수 있는 다양한 종류의 비약물치료 프로그램 운영



남부노인복지관(☎052-229-9137)
치매예방인지교실 "힐링프로젝트"

- 일자** 2023. 9. 1.(금) ~ 11. 10.(금) 매주 금요일 10:00~11:30
- 장소** 남부노인복지관 2층 다목적실
- 대상** 복지관 회원(울주군 남부권 거주) 중 치매 고위험군 어르신 10명
- 내용** 치매예방교육 및 사전/사후 기억력 검사, 인지학습지 및 운동, 미술, 원예, 영양 등 인지재활 프로그램 제공



※상기 일정은 코로나19 등 기관사정에 따라 변경 가능하오니 꼭 전화 문의하시기 바랍니다.

치매조기검진·인식개선 홍보 일정

남구

도산노인복지관(☎052-265-5221)

“치매타파 똑똑 브레인” 자원봉사단

- 일자** 월 2회 활동(연중 활동 진행)
- 장소** 도산노인복지관, 지역사회 경로당 및 주간보호센터
- 대상** 남구에 거주하는 만 60세 이상 어르신 중 자원봉사를 희망하시는 어르신
*활동대상: 지역사회 경로당, 주간보호센터, 복지관 이용 어르신 등
- 내용** 치매예방교육, 치매선별검사, 치매예방 보드게임 활용 등

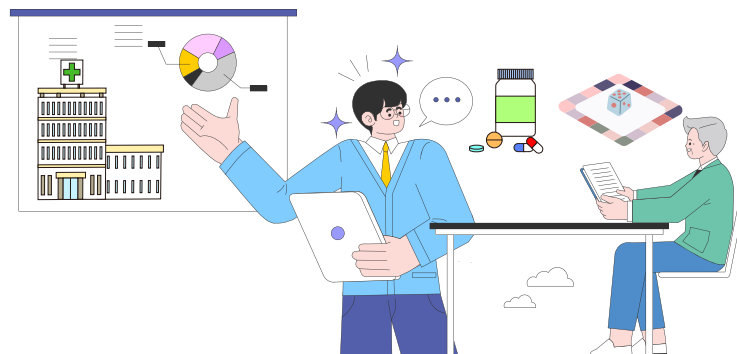


동구

동구치매안심센터(☎052-209-6942)

복지관 찾아가는 치매안심센터

- 일자** 2023. 9. 22. 금요일 10:00
- 장소** 동구노인복지관
- 내용**
 - 인지선별검사(CIST) 및 치매예방교육
 - 인지저하 및 유소견자 진단검사 의뢰
 - 인지저하 및 치매고위험군 인지강화 프로그램 연계



※상기 일정은 코로나19 등 기관사정에 따라 변경 가능하오니 꼭 전화 문의하시기 바랍니다.

알짜배기 치매정보③ 실종재발방지 사업

실종재발방지 사업이란?

실종경험이 있는 치매어르신의 실종재발을 막고자 울산경찰청 및 구·군경찰서와 협력하여 실종재발방지 지원 서비스를 제공하고 있습니다.

실종 치매 어르신 발견 시 관할 경찰서에서 서비스에 대한 동의를 받은 분을 연계하여 치매어르신 가정방문을 통해 가족상담 및 실종관련 서비스 안내와 실종재발방지 지원 서비스 키트를 제공하고 있습니다.

신청기간 : 2023년 10월 31일(화) 까지
*신청수량에 따라 조기에 마감될 수 있습니다

신청대상 : 실종경험이 있는 치매환자

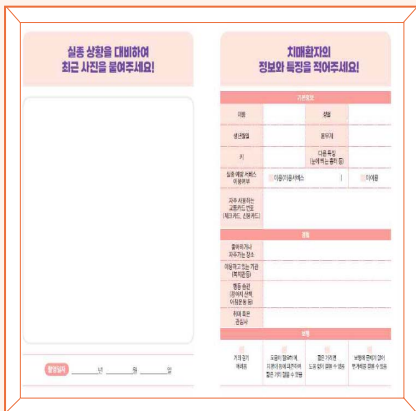
지원내용

- ① 가족상담 및 실종관련 서비스 안내
- ② 실종재발방지 지원 서비스 키트 제공

문의 : 울산광역시치매센터 ☎052-241-1594



실종재발방지 지원 서비스 키트 구성품



[간행물] 치매어르신 실종예방·대응 사전점검표



[간행물] 당신과의 연결고리 (실종예방물품 안내서)



안심귀가팔찌 (QR코드)



센서 도어벨



[간행물] 치매어르신의 실종을 예방합니다



[간행물] 스마트한 치매정보

알짜배기 치매정보④ 치매조기검진 안내

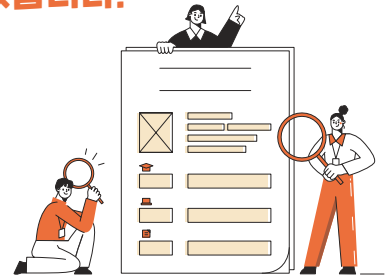
**치매! 조기에 발견하여 적절히 치료하면
진행을 지연시키거나 증상을 호전시킬 수 있습니다.**

• 어떤 서비스를 제공받게 되나요?

치매안심센터에서 치매선별검사를 무료로 실시합니다.
치매선별검사 결과에 이상이 있을 경우 치매진단·감별검사를 지원해 드립니다.

• 누가 이용할 수 있나요?

- 치매선별검사 : 지역주민
- 치매진단·감별검사 : 치매선별검사 상 '인지저하자' 또는 치매선별검사 결과 '정상'이나 치매 의심증상이 뚜렷하여 검사가 필요하다고 판단되는 자
- ※ 기준 중위소득 120% 이하인 경우 검사비 일부 지원



가구원수	1인	2인	3인	4인	5인	6인
기준 중위소득 120%	2,493	4,147	5,322	6,481	7,597	8,674

• 어디로 문의하면 되나요?

- 신청기관 : 구·군보건소 치매안심센터



치매 자가진단 체크리스트

• 다음의 문항을 읽으면서 자신의 행동이나 생각 또는 느낌과 일치하는 것에 V 표시를 하십시오.

질문	예	아니오
1. 당신은 기억력에 문제가 있습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 당신의 기억력은 10년 전에 비해 저하되었습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 당신은 기억력이 동년의 다른 사람들에 비해 나쁘다고 생각합니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 당신은 기억력 저하로 일상생활에 불편을 느끼십니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 당신은 최근에 일어난 일을 기억하는 것이 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 당신은 며칠 전에 나눈 대화 내용을 기억하는 것이 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 당신은 며칠 전에 한 약속을 기억하기 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 당신은 친한 사람의 이름을 기억하기 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 당신은 물건 둔 곳을 기억하기 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 당신은 이전에 비해 물건을 자주 잃어버립니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 당신은 집 근처에서 길을 잃어본 적이 있습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 당신은 가게에서 사려고 하는 두세 가지 물건의 이름을 기억하기 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 당신은 가스불이나 전깃불 끄는 것을 기억하기 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 당신은 자주 사용하는 전화번호(자신 혹은 자녀의 집)를 기억하기 어렵습니까?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

※ 6개 항목 이상에 '예'라고 표시될 경우 가까운 구·군보건소 치매안심센터에 가서 치매조기검진을 받아 보십시오.
점수가 높을수록 주관적 기억감퇴가 심한 것을 의미합니다.