

今月は“知ってみよう”

誰もが関わる可能性のある身近な病気「認知症」前編

2025年には高齢者の約5人に1人は認知症になると言われているのをご存知ですか？

認知症は、誰もが関わる可能性のある身近な病気です。

認知症になってもならなくても、その人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために、今できることは何か——一緒に考えてみませんか？

認知症って？

加齢による物忘れとは違い、正常だった脳の働きが徐々に低下し、数分前のことや数日間のできごとそのものを思い出せなくなるなどの様々な障がいにより、およそ6か月以上継続して日常生活への支障が出る状態のことを指します。

「認知症になったら何もできない、わからない」と、特別な目で見ていませんか？ 認知症になっても、できることはあります！

記憶力や判断力が徐々に低下していく中でも、今までの生活の中で習慣化され、身体で記憶している動作などは、自然とできることがあります。

また、認知症の症状は進行しても“感情”は症状の末期頃まで残っています。悲しい、嬉しい、楽しいなどは、きちんと感じていますよ。



認知症の方で本人やそのご家族の“想い”の一部をご紹介します

ご本人

質問 嬉しいこと楽しいことは何ですか？

答 デイサービス、孫やひ孫の成長、歌や園芸

質問 周りの人にしてほしいこと、言ってほしい言葉はありますか？

答 家族や近所の人と「おはよう」「またね」などの挨拶や話したい



ご家族

質問 本人のことで大変なことや心配なことはありますか？

答
・認知症の進行や転倒などによるケガが心配
・コミュニケーションがうまくできないことや食事・排泄などの直接的な介護が心配

質問 日頃から頼りにしている人はいますか？

答
・家族、親せき、友だち、知人がいる
・頼りにしている人はいない

メモ 頑張りがすぎると疲れてしまうので、主治医や相談窓口にご相談しましょう！！

地域の相談窓口

- ・かかりつけ医
- ・地域包括支援センター
- ・民生委員

認知症家族の会
しもつけ

オレンジカフェ (P29参照)
しもつけ茶屋 より処グリム
おひさま ゆうゆう茶屋

認知症
家族介護者
交流会

認知症家族介護者交流会

認知症の方を介護しているご家族の交流と情報交換の場所です。同じ立場の仲間同士の時間を過ごしてみませんか？

- 日時 8月27日(金) 午前10時～正午
- 場所 グリーンタウンコミュニティセンター

■対象者 認知症の方を現在介護している方、または介護した経験がある方

■参加費 無料

■申し込み・問い合わせ先
高齢福祉課 ☎(32)8904

