

認知症になっても安心して暮らしていけるために

認知症について正しい理解を

認知症とは

いろいろな原因で脳の細胞の働きが悪くなることにより、もの忘れやできていたことができなくなったりするなど、生活するうえで支障が出ている状態を指します。認知症は誰にでも起こる可能性のある病気で厚生労働省の平成27年度調査によると65歳以上では4人に1人が認知症あるいはその予備軍といわれています。その数は今後20年で倍増すると予想されており、認知症の人やその家族が安心して暮らせるまちづくりをすすめることが必要になっています。

日野町の現状は

全国的に高齢者人口が増え、認

知症の高齢者も急増しています。

日野町でも、65歳以上の高齢者は6,339人で、全人口に占める割合は29.39%（平成30年7月1日現在）となり、町民の3.4人に1人が高齢者となります。

また、要介護認定者の7割以上が何らかの認知症状を持つっており、今後増加が予想されるため早急な対策が必要です。

1人でも多くの人が 良き理解者に

認知症になると、記憶障害や理解・判断力の低下などにより、生活上でさまざまな支障が出てきます。この変化は、本人自身を不安にさせることも、介護する家族にも大きな負担を与えること

になります。

しかし、周囲の人たちが認知症についての正しい知識を持ち、支える手立てを知っていれば、認知症の人やその家族も地域の中で穏

やかに暮らしていくことができます。1人でも多くの人が良き理解者となるのが、誰もが安心して暮らせるまちづくりにつながっていくのです。

地域で認知症を学ぼう

日野町まちづくり出前講座の1つに「認知症ってどんな病気？」というテーマがあります。「認知

症キャラバンメイト」の方とともに、地域の会社や企業、学校等に出向き、地域の皆さんに認知症の正しい理解を深めていただき、地域の中で認知症の方を見守っていただけるよう幅広い世代に対しての啓発を行なっています。

これまでに延べ約5,500人の方に受講いただき、受講された皆さんには「認知症サポーター」として地域での見守りや声掛けをしていただいています。



キャラバンメイトによる出前講座（日野高等学校にて）



困ったときは早めの相談を

認知症の原因となる病気の中には早期に治療すれば治せるものもあります。まずはかかりつけ医に相談しましょう。症状の軽いうちにいろいろな準備や手配をしておけば、認知症になっても自分らしい生き方をすることが可能です。

認知症初期集中支援チームへご相談ください

認知症初期集中支援チームでは、認知症の早期発見、早期対応、重症化の予防をめざして、認知症が疑われる方とその家族に対し、専門職（医師・保健師・看護師・社会福祉士）がチームになって初期段階の支援を集中的に行ないます（概ね6か月）。窓口は日野町地域包括支援センター（長寿福祉課内）です。

相談後は看護師や保健師等がご家庭に訪問し、もの忘れや困っていることについて聞き取り、必要な支援を検討します。認知症の

自分のもの忘れが気になりはじめたら…

（早期発見の目安の例）

- ものをなくしてしまうことが多くなり、いつも探している
- 財布や通帳など大事なものをなくすることがある
- 曜日や日付を何度も確認しないと忘れてしまう
- 料理の味が変わったと家族に言われた
- 薬の飲み忘れや、飲んだかどうかわからなくなることがある
- リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない
- いろいろして怒りっぽくなった
- 一人であるのが不安になったり、外出するのがおっくうになった
- 趣味や好きなテレビ番組を楽しめなくなった

〔京都府医師会・認知症疾患医療センター監修〕

「このままでも思いついた場合でもまず相談」



初期は、ご本人もご家族も気がつきにくいところですが、「ちよつと気になるな」と思われたら、お気軽にご相談ください。

茶のみ処わたむきでちょっとひと息

認知症のことで相談したい方、最近もの忘れが心配な方、コーヒーやお茶を飲みながら一緒にお話しませんか。専門のスタッフも相談に応じます。どなたでも、お気軽にお越しください。

- 【場 所】 ゆめさとデイサロン 西大路434-2
 【時 間】 10:00～12:00 ※時間中の出入りは自由です
 【日 時】 平成30年 9月15日（土）・10月20日（土）
 11月17日（土）・12月15日（土）
 平成31年 1月19日（土）・2月16日（土）
 3月16日（土）

●事前申し込み 不要 ●参加費 100円（飲み物代含む）

お知らせ

今年度は新たに日野町立図書館にて茶のみ処わたむきin図書館を開催します。図書館スタッフによる読み語りなど楽しいイベントを計画しております。どうぞお気軽にご参加ください。

- 【場 所】 日野町立図書館（視聴覚室・会議室）
 【日 時】 平成30年 10月19日（金）10:00～12:00 ・ 12月 5日（水）10:00～12:00
 平成31年 2月27日（水）10:00～12:00

◆問い合わせ先 日野町地域包括支援センター ☎0748-52-6001

