

## ● Information

### 認知症サポーター養成講座

ケアマネジャーや介護現場などで活躍するキャラバン・メイトが講師となり、認知症の基礎知識を学ぶことができます。少人数のグループでも気軽にお申し込みください。



受講者に配布されるオレンジリング

### もの忘れ相談 (毎月第3金曜日)



「最近、もの忘れが多くて困っている」など、本人や家族からの相談をすることができます。また、認知症疾患医療センターの菊池病院から臨床心理士や相談員

が対応し、早期発見の目安となる認知症の検査を受けることができます。

### 認知症初期集中支援事業

本人や家族などからの相談を受けて、自宅を訪問します。医療や介護サービスなどが必要なかを判断し、自立した生活のサポート方法などを提案します。



### あんしん声かけネットワーク

認知症などで外出したまま帰宅できなくなった場合、大津警察署と情報を共有し、早期発見・保護を図ります。事前登録書に本人の特徴や写真などの情報を登録することができます。



### 認知症カフェ (いきいきカフェ)

町地域包括支援センターで開催しています。本人や家族の相談や交流の場として、気軽にお立ち寄りください。



次回9月28日(金) 午後1時30分開催予定

### まずは気軽にご相談を

町地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士、看護師などの専門職が相談に対応します。

●問い合わせ  
役場介護保険課 地域包括支援係  
(町地域包括支援センター内)  
☎096(292)0770

## 若い世代から認知症を支える



クイズでは積極的に手が挙がっていました

7月11日、室小小学校で認知症サポーター養成講座が行われ、6年生70人のサポーターが誕生しました。認知症の基礎知識や高齢による身体や心の変化、接し方クイズなど児童と対話しながら進められました。児童たちは、お互い感じたことや気づいたことを発表し、学びを深めました。



町立室小小学校  
のまぐちひろみ  
教諭 野間口広美さん

講座を受けて児童たちは、「離れている祖母のことを考えながら聞いた」「(高齢の人が)つまづきやすいことを知り、床にある物を片付けようと思った」と話してくれました。相手を理解し、尊重することは、人として大切なことだと感じました。これからも身近な高齢の人や友だちなど、周りの人への思いやりの心を持つ人に育ってほしいと思っています。

## キャラバン・メイト インタビュー

### 室小小学校で講座の講師を務め、自らも認知症の母を支えている富田さんに話を聞きました。



医療法人社団恵生会  
勝久病院  
主任介護支援専門員  
作業療法士  
富田 伸さん

症状が出てから専門医の受診まで平均して2年程かかるといわれています。認知症の症状は幅が広く、段階ごとに治療やリハビリテーションなど、対応が変わります。そのため、いかに軽度な状態で気付くかが大切です。

症状があっても、家族は「歳をとったから」で終わってしまうことがあります。また、最近では一人暮らしで問題を抱えているケースも多いです。そこで重要なのが、家族はもちろんのこと、身近な地域の人への気付きです。例えば、ゴミ出しの時に服装や雰囲気が違うなどか、何かサインがあると思います。その時、町地域包括支援センターなどへ相談してもらうことで、その人にあったケアや環境など、将来の見通しを含めた、一歩踏み込んだアドバイスができると思います。

そういう意味でも、認知症を正しく理解するためのサポーター養成講座は大切です。室小での講座を通して、子どもたちが動くと、家族全体が動くことを改めて感じます。また、早期発見と同時に必要なのは、家族全体をケアすることです。認知症の人に目は向きますが、パートナーや家族の心の動きは忘れられてしまうことがあります。家族が安心できるよう相談機関の周知や、認知症をみんなで話せる認知症カフェなど、本人やその家族が安心して暮らせる地域づくりが大切だと強く感じています。



みんなで考える、支える  
認知症は誰もがかかる可能性がある病気です。自分自身や家族が「認知症かもしれない」と感じた時に、相談できる場所、正しい知識を学べる場所があります。すべての人が、住み慣れた地域で安心して暮らせること、それはみんなの願いです。私たちにできることはたくさんあります。まずはできることから、一緒に始めてみませんか？

## 特集

# 認知症を知る

9月21日(金)  
世界  
アルツハイマーデー

～今、私たちにできること～

写真のオレンジ色のリングは、認知症の正しい知識と理解を持った「認知症サポーター」が身につけ、「地域で認知症の人やその家族に対して支援することができます」という目印です。超高齢社会を迎え、85歳以上のうち4人に1人が認知症の症状があるといわれています。特別な病気ではないからこそ、知ってほしい病気に関する基礎知識、本人・家族を支える人々の活動を紹介し

### 認知症とは

認知症は病名ではありません。認知症とは、さまざまな病気により、脳の働きが悪くなることで起こる症状のことです。

代表的な症状に「もの忘れ」があります。例えば、朝食に何を食べたのかが思い出せないことは老化による現象です。認知症が疑われる場合は、朝食を食べたこと自体を忘れてしまいます。認知症が進むと、それまでできていたことができなくなるなど、生活の中でさまざまな不便が生じてきます。

### 認知症の原因となる病気

認知症を引き起こす代表的な病気の多くは、大きく4種類に分けられます。

●アルツハイマー型認知症  
脳に異常なたんぱく質がたまり、細胞が少しずつ壊れて、脳全体が縮んでいきます。ほとんどの人が忘れて発症します。70代以降の人に多く、認知症患者の約半数を占めています。

### ●脳血管性認知症

脳の中の血管が詰まりたり切れたりしたために、栄養や酸素が行き渡らず、一部の脳の細胞が壊れてしまうことで起こります。高血圧や糖尿病などの生活習慣病や心臓病をきちんと治療し、規則正しい生活を送ることで、発症や進行の予防が可能な認知症です。

### ●レビー小体型認知症

脳内にレビー小体というたんぱく質が現れる病気です。本来、存在しないものが見える幻視、手足の震えや歩行障害などのパーキンソン症状が特徴です。

### ●前頭側頭葉変性症

多くは65歳より以前の初老期に発症し、脳の前頭葉・側頭葉が縮んで起こります。もの忘れよりも人格や行動の変化、言葉の障害が初期から目立つのが特徴です。

### 認知症になると起きる11のこと

認知症の症状は、2つの種類に分けられます。  
●中核症状：脳の細胞が壊れることで起こる症状

### 早期発見・早期治療

認知症の原因となる病気のなかには、早期に治療すれば治るものもあります。症状が軽い段階で、専門家に相談することが大切です。次のページからは、認知症の人とその家族を地域で支える取り組みについてご紹介します。