

早期支援を受ける

認知症初期
集中支援チーム



◀ 認知症初期集中支援チームの詳細は市ホームページをご覧ください。

市内在住で40歳以上の認知症が疑われる方、または認知症の方で医療や介護サービスにつながっていない方を対象に、専門職のチームが家族相談や家庭訪問など、集中的な支援を行います。

認知症の方やその家族、地域の人や専門医などが気軽に集い、互いの悩みを話したり、情報を交換したりしながら、過ごさず場です。また、介護経験者や専門職に気軽に

仲間とつながる

認知症カフェ



◀ 認知症カフェの詳細は市ホームページをご覧ください。

相談することもできます。 (新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催を中止している場合があります。事前に問い合わせてください。)

ともに支えあう場所・人

問 (市)介護保険課 地域包括支援センター
☎89-2337

このようなことがあったら
認知症の症状かもしれません

- 同じことを何度も言う
- ミスが多くなった
- 怒りっぽくなった
- 約束をよく忘れる
- 物を盗まれたという
- 気力がなくなった
- 計算間違いが多くなった
- みだしなみに気を使わなくなった
- 話のつじつまが合わない
- 慣れているはずの道に迷うことがある

該当することがあれば、
かかりつけ医に相談しましょう

認知症とは

何らかの原因で脳の神経細胞が壊れたり働きが悪くなることで、障害が起こり、日常生活に支障が出る状態(およそ6カ月以上継続)が認知症です。

認知症を引き起こす病気のうち、もっとも多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患」と呼ばれる病気です。アルツハイマー型、前頭側頭型、レビー小体型などがこの「変性疾患」

にあたります。

続いて多いのが、脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などのために、神経細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなった結果、その部分の神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れてしまう「脳血管性認知症」です。

この誰もがなりうる病気「認知症」についてのお話を、認知症サポート医である、黒田東自由が丘診療所の黒田昭先生に伺いました。

認知症かも?と思ったら

日頃の言動が変わってきたと思ったら、かかりつけ医に「こんなことで困っている」と相談することが大切です。

最初の相談は、必ずしも専門医でなくても大丈夫です。必要に応じて、かかりつけ医から適切な病院を紹介してもらいましょう。診察時には、些細な変化も伝えられるようメモなどに残しておくことが有効です。朝夕夜中で異なる症状があらわれることもあるため、時間もあわせて書くようにしましょう。

早期発見がポイント

早期に発見し、生活の改善や周囲との関わりを見直すことで、認知症の進行はかなり抑制できます。

認知症を理解する

最も大切なのは、家族や周囲が認知症について学び、理解すること

支える人になる

認知症サポーター
養成講座



◀ 認知症サポーター養成講座の詳細は市ホームページをご覧ください。

認知症の方やその家族を支える認知症サポーター。養成講座では、認知症に対する正しい知識を学びます。市内には約5千名の認知症サポ

ーターが登録されており、日常生活の可能な範囲で認知症の方や家族の手助けをしています。講座は少人数でも開催できますので、ぜひご相談ください。

認知症を予防する

認知症予防に
取り組むグループ



外に出て人と出会うことが認知症予防に有効と言われています。市内には認知症予防に取り組むグループがあります。活動内容は、パズルや読み

書きなどの脳トレ、体操など様々です。興味がある方は、問い合わせてください。

今後の取組に向けて

誰もが発症し得る「認知症」。認知症が進行すると物事の事実関係を忘れがちになりますが、その時感じた感情は心に長く残っています。

認知症の方からは「家族に迷惑をかけていないか心配」「普通に接してくれるのが一番いい」との声をお聞きます。

一方で、介護を続ける家族の方の声では、地域の人からの声かけなどが大きな支えになっているとの印象を受けました。

認知症の方が希望を持って生き、認知症のありなしに関わらず、ともに暮らし続けたいと思えるまちをめざして、今後も取り組んでいきます。

認知症をはじめ、高齢者に関する相談を受け付けています。お困りのことがあれば、お気軽に相談ください。

問 (市)介護保険課
地域包括支援センター
☎89-2337
西部サブセンター
☎83-0160
吉川サブセンター
☎72-2222



認知症サポート医
黒田東自由が丘診療所
黒田 昭 先生

とです。介護者同士が出会うことも大切です。「自分だけではない」と感じることや情報交換もできます。認知症カフェのように、生活の場面で介護者と本人が一緒に過ごす場所があることはとてもいいことです。このような場所や支援が広がることを望ましいです。