

9月はアルツハイマー月間 ～認知症の正しい知識と理解を深めよう～



認知症は誰もがなりうる病気…認知症と物忘れの違いって？

ID検索 2105

加齢による物忘れは、年齢を重ねるにつれて誰にでも起こりうる自然な現象ですが、認知症は、記憶障害や判断力の低下によって日常生活に支障をきたす病的な状態を指します。加齢に伴う変化と認知症を見分けるためには、物忘れの程度や頻度、その他の行動や性格の変化を注意深く観察することが重要です。

●「加齢による物忘れ」と「認知症による物忘れ」の違い (政府広報オンライン「知っておきたい認知症の基本」より)

	加齢による物忘れ	認知症による物忘れ
体験したこと	一部を忘れる (例:朝ごはんのメニュー)	全てを忘れている (例:朝ごはんを食べたこと)
症状の進行	極めて徐々にしか進行しない	進行する

「何かおかしい」は前向きにとらえるチャンス…日頃から認知症予防を！

認知症は初期症状に使用する薬もあり、早期に受診することが大切です。認知症と診断されたとしても、早期に治療することで、自身で治療法を選択し、自分で人生を考えることができます。

自分で気づけるチェックリスト

★できれば本人(自分)と家族の双方でチェックしてみましょう

- ☐ といえば、大事なものをよく置き忘れるようになった
- ☐ 同じことを何度も繰り返し話すようになった
- ☐ 今日が何日か、わからなくなった
- ☐ 季節や状況に応じた身だしなみ等ができなくなった
- ☐ 新しい道を覚えられなくなった
- ☐ 一つの用事をしている間に他の用事を忘れるようになった
- ☐ 自分の予定や行動の準備・計画ができなくなった
- ☐ テレビのリモコンや炊飯器の使い方がわからなくなった
- ☐ 人付き合いが苦手になり、閉じこもりがちになった
- ☐ ちょっとしたことでもイライラするようになった

出典:『認知症サポーターPLUS教材 認知症への理解を深め早めの気づきを』

認知症は日頃の生活から予防することができます。生活習慣との深い結びつきがあり、高血圧・脂質異常症・糖尿病などの生活習慣病を予防すること、質の良い睡眠、運動習慣、社会との関わりを持つことなどが大切です。



心当たりがあれば、すぐにご相談ください
地域包括支援センターなのはな
役場1階7番窓口 ☎71-7085

認知症をテーマにした映画『オレンジ・ランプ』の上映について

ID検索 2978

10/3日の「社会福祉大会・ふれあい福祉のつどい」では、認知症をテーマにした映画『オレンジ・ランプ』が上映されます。この機会に、認知症を自分ごととして考え、本人や家族の思いに寄り添い、誰もが安心して暮らせる地域づくりについて考えてみませんか。

社会福祉大会・ふれあい福祉のつどい 表彰式・上映会 (関連記事⇒P.5)

と き 10/3日 ところ ラディアンホール
10:00～ 式典(表彰式・上映会)
※入場 9:45から

『オレンジ・ランプ』

39歳で若年性認知症と診断された丹野 智文さんの実話をもとに描く夫婦の希望と再生の物語。



上映時間
100分

認知症ガイドブック&ケアパスについて

ID検索 223

ホームページでは、「認知症あんしんガイドブック」や「二宮町認知症ケアパス～認知症とともに暮らす道しるべ～」を掲載しています。

認知症の症状の段階ごとに、本人や介護者ができること・やっておきたいことや、自分や家族が認知症になったら、どのようなサービスや支援が受けられるのかをまとめていますので、ぜひご活用ください。

☎ 高齢介護課高齢介護班(☎75-9542)