

認知症と共に生きる

保健福祉・こども・子育て
相談センター
☎ 0558(76)8010

認知症はだれでもなる可能性があります。今は無縁の人も、いずれ認知症と関わるかもしれません。9月は世界アルツハイマー月間です。今回の特集で認知症のことをゆっくり考えてみませんか。

65才以上の5人に1人が認知症

国の予測では、2025年には65歳以上の5人に1人は認知症になると言われています。

市では、介護保険の認定を受けている高齢者のうち、何らかの認知症の症状のある人は1,500人を超えています。

「認知症と共に生きる」

地域とは

認知症の人も認知症でない人もお互いの違いを理解し、協力し合う、居心地のよい地域のことを言います。認知症であろうがなかろうが「人としてどう接するか」という視点が大切です。

認知症について知り

理解することが大切

認知症の本人には自覚があります。事実の記憶は失われますが、感情の記憶は残ります。どうなっていくかわからない不安の中で苦しんでいます。症状はすべて「脳の病気」が原因です。決して本人のせいではありません。認知症になってもその人自身が変わりはありません。

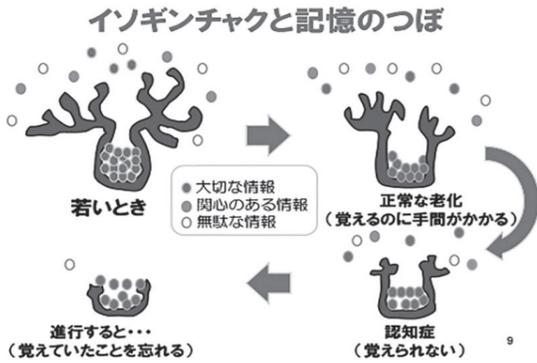
認知症とはどういう病気なのか、本人はどんな気持ちで、なにに困っているかを理解してもらうことで、不安が和らぎ、生活しやすくなります。



▲認知症ガイドブック
地域包括支援センターなどで
配布しています



認知症ガイドブック
QRコード(市のHP
からダウンロード
できます)



▲認知症サポーター養成講座の一部
認知症の症状について

話をきいてくれる

人がいると安心する



認知症と診断されたSさん
のはなし

3分でも話をしてくれると嬉しいね。顔を見にきてくれるだけでもいい。できないことは「しなくていいよ。」って言うてくれるといい。でもできることはしたいと思ってる。みんなのしていることをただ「見てて。」だけでもいいんだ。

何かあった時は、近所の人や声をかけてくれる。地域の人に支えられて、介護保険サービスなども利用しながら、自宅で生活をしています。



認知症の家族が
いますMさん
のはなし

声をかけてほしいですね。「暑いね。」だけでも「今日Mさんと声をかけられたんだよ。」と本人が話をすることがあります。嬉しいのだと思います。

何か特別なことではなく、声をかけてもらえるだけでも、わたしたち家族の気持ちは楽になります。



認知症サポーター 養成講座

認知症の正しい知識や接し方を理解し、地域で認知症の人と共に生きる方法を学びます。

自治会、サロン、金融機関、公共交通機関、小中学校など150以上の団体が受講しています。

この機会にぜひ受講してみてください。

とき・ところ・人数／要相談

料金／無料

申込／地域包括支援センター

内容／認知症とは

- ・認知症の症状について
- ・認知症の人との接し方
- ・認知症の予防について
- ・地域でできることなど

その他／新型コロナウイルス感染拡大防止のため少人数での開催をお願いしています。

認知症サポーター養成講座 受講者の声

- ・認知症の人にどのように接したらよいか、どんな点に気をつけるべきかが分かり、実践したいと思いました。
- ・認知症に関する見方が変わりました。
- ・もの忘れの目立たない認知症など認知症にもさまざまなものがあることを知りました。
- ・認知症の人の気持ちを理解することが大切だと感じました。



▲認知症カフェ行くべ〜
のボランティアの皆さん
「笑顔が合言葉」

認知症を理解する

仲間になりましょう

「認知症の人やその家族、地域の人、専門家が相互に情報を共有しお互いを理解し合う」ことを目的としている認知症カフェ。市内では、2018年12月市民ボランティアの皆さんが「認知症カフェ行くべ〜」を立ち上げました。

「認知症にやさしい地域をつくるために、地域の皆さん、認知症を理解する仲間になりましょう。」そんな思いで活動しています。



▲認知症カフェ行くべ〜
「ここらからだを元気に」

ひとりで悩まずに、まずは 話をしてみませんか

ひとりで悩んだり抱え込んだりせず、だれかと一緒に考え、話すことを大切にしてください。あなたのことを理解してくれる人が必ずいます。

地域包括支援センターは認知症を含め、介護や医療、生活全般の悩みや疑問について相談に応じています。本人や家族でなくても相談可能です。



▲大仁地域包括支援センター
職員の皆さん

- ・長岡地域包括支援センター
☎ 055(946)0692
- ・葦山地域包括支援センター
☎ 055(949)9213
- ・大仁地域包括支援センター
☎ 0558(76)7311