

9月は世界アルツハイマー月間です
(認知症月間)

【特集】

認知症とともに生きる

～ 住み慣れた地域でいつまでも ～

毎年9月は「世界アルツハイマー月間」、9月21日は「世界アルツハイマーデー」です。日本でも、この月に合わせ「認知症月間」としてさまざまな取組が行われています。この機会に認知症について考えてみませんか。

問 長寿支援課 地域包括支援グループ ☎73-9125

認知症は誰もが
なりうる身近なもの

認知症とは、さまざまな原因により脳の働きが低下したり神経細胞が減ったりすることで記憶力や判断力などの認知機能が低下し、6か月以上にわたって日常生活に支障が生じている状態を指します。

小郡市の令和7年度の要介護認定審査数2,046人のうち、認知症高齢者(※)は1,131人でした。高齢化の進展に伴い、今後認知症の人は増加していくことが予想されています。

また、65歳未満で発症する「若年性認知症」もあり、認知症は誰もがなりうる、多くの人にとって身近なものとなっています。

※要介護認定における認知症高齢者の日常生活自立度ランクⅡ以上

正しい理解を
広めることが重要です

令和6年3月に市が策定した「第9期小郡市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」では、在宅の高齢者や要介護・要支援認定者などを対象にアンケートを実施しました。

介護者が不安に感じる内容では、「認知症状への対応」が28・5%と最も多く、認知症に関する不安や負担の大きさがうかがえます。

住み慣れた地域での生活を続けていくためには、認知症の予防はもちろん、周囲の理解促進や認知症家族への地域ぐるみでの支援が重要です。



認知症になっても 住みよい社会に向けて

すべての人が認知症になつてすぐに記憶をなくし、身の回りのことができなくなるわけではありません。周囲の人が認知症への理解を深め、協力し合うことで、認知症になつても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができます。

令和6年1月には「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。この法律では、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らせること、そして私たち一人ひとりが互いの個性と能力を十分に発揮・尊重し、支え合いながら共に生きる社会をめざすことが定められています。

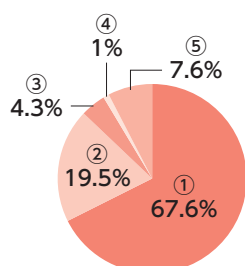


Q & A 認知症ってどんな病気？

Q 認知症の種類って？

A 認知症には100種類以上ありますが、大きく分けると次の5つに分類されます。

- ①アルツハイマー型認知症
- ②脳血管性認知症
- ③レビー小体型認知症
- ④前頭側頭葉変性症
- ⑤その他



Q 物忘れとは違う？

A 加齢による物忘れと認知症による症状は異なります。年齢を重ねると誰でも物忘れは起こりますが、認知症では次のような症状がみられ、日常生活に支障が出ることがあります。

- 体験したこと自体を忘れてしまう
- 考えたり判断したりすることが難しくなる
- 計画を立てたり順序よく行動できなくなる
- 時間や場所、人との関係が分からなくなる

Q 認知症になると何も覚えていない？

A すべてが分からなくなるわけではありません。昔の記憶や習慣、考え方などは残ります。また、嬉しかったことや悲しかったことなど、感情が大きく動いたような出来事や強い思いは覚えていることが多いです。

Q 若い人でも認知症になる？

A 若い人でも発症する可能性があります。早い人では30代で発症することもあり、働き盛りの世代が発症すると経済的な困難に直面することもあるため、職場や地域全体での理解と支援が必要です。

Q 薬での治療や予防はできる？

A 現時点で根本的な治療薬はありませんが、進行を遅らせる薬があります。また、規則正しい生活習慣や適度な運動は、予防や症状の改善に効果があることが分かっています。日頃から健康的な生活を心がけ、認知症を予防しましょう。





小都市では高齢者や認知症の人の介護をする家族同士の交流の場づくりや認知症サポーター養成講座など、さまざまな啓発活動を行っています。9月12日には「小都市認知症オレンジフェスタ」わかりあおう認知症映画上映会」を開催します。このほか、図書館では9月の認知症月間に合わせ、認知症に関する本の特設コーナーを設置しています。

また、認知症などにより行方が分からなくなるおそれがある人を対象に「高齢者等SOS事前登録

小都市での取組

制度」という事業を行っています。あらかじめ本人の特徴や家族の連絡先を登録し小郡警察署と情報共有することで、行方不明時の早期発見・早期保護につながる取組です。

さらに「高齢者等SOS事前登録制度」の登録者で希望する人には「あんしん見守りシール」を配布しています。二次元コード付きのシールを衣服や持ち物に貼ることで、保護された際に家族へ連絡が届く仕組みです。



認知症
オレンジフェスタ



高齢者等SOS
事前登録制度

身近な人が 認知症 になったら…

もし家族や周囲の人が認知症になったときは、ありのままを受け入れて接することが大切です。「忘れた自覚がない」「できていたことが難しくなる」といった症状を理解し、本人の気持ちに寄り添いながら、尊厳を守って接しましょう。

接するなかで戸惑いやいら立ちを感じることもあるかもしれません。そんなときは、一度深呼吸をして相手のペースに合わせ、優しい口調でゆっくりと話すことを心がけてみてください。

また、介護者自身が無理をしないことも大切です。一人で抱え込まず、介護保険サービスを利用するほか、かかりつけ医や地域の包括支援センターへお気軽にご相談ください。

地域の包括支援センター

	南地区	西地区	東地区
担当校区	小郡・味坂・御原	のぞみが丘・大原・東野	三国・立石
電話	☎23-8666	☎65-4118	☎65-5605