

安心して暮らせるまちをめざして

知っているようで知らない「認知症」

（申園）介護保険課（春日庁舎内） ☎ 74・0368

知ってください。「認知症」のこと

認知症は脳の病気です

認知症は、加齢によりもの忘れがひどくなった状態や、心の病気などと混同されがちですが、実は、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで生活に支障が出る状態のことをいいます。誰にでもおこりうる「脳の病気」なのです。

早期発見が大切

認知症の原因によっては、早期に発見して適切な対応をとることで、治療や進行を抑えることが可能です。認知症のサインに気づいたら早急にかかりつけ医また

は専門の医療機関にご相談ください。

◆認知症のサイン

- 同じことを何度も言ったり探し物が増える
- 慣れた作業に以前よりも長く時間がかかる
- 駐車が以前より不得意になる
- 性格が変わったと感じることがある
- 言ったことや聞いたことが覚えられなくなる
- できないが増える
- もの忘れの自覚がある
- 人や物を見てもその名称が出てこない
- 「あれ」「それ」といった言葉が増える



認知症の人への接し方

認知機能が低下しているようなことが分からなくなっているように見えても、その人らしさや感情がなくなっているわけではありません。かわり方次第で症状を和らげることができ、地域での生活も続けることができます。例えば、ごみ出しの日が守れない、一人出かけて自宅がわからなくなってしまう人などを見かけたらやさしく声をかけあげましょう。

◆接するときに心がけたい3つの「ない」

- ①驚かせない
- ②急がせない
- ③自尊心を傷つけない

◆声かけのポイント

- ① ゆっくり近づいて相手が自分に気づいてから話しかける
- ② 視線を合わせて、ゆっくりした穏やかな口調で話す
- ③ 困ったような顔をせずに笑顔で話す

◆具体的な対応の7つのポイント

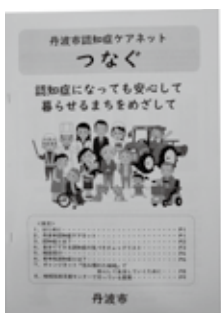
- まずは見守る
- 余裕をもって対応する
- 声をかけるときは一人で
- 後ろから声をかけない
- 相手に視線を合わせてやさしい口調で
- おだやかに、はっきりした話し方で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

■あなたの相談窓口 地域包括支援センター

センター名	所在地	電話番号	担当地域
高齢者あんしんセンター	春日町黒井 811(介護保険課内)	74-0368	春日・市島
西部地域包括支援センター	氷上町絹山 513 (大塚病院内)	82-7529	青垣・氷上
南部地域包括支援センター	山南町野坂 176 (山南福祉センター内)	78-9123	柏原・山南

丹波市認知症ケアネット「つなぐ」を作成

この冊子は、認知症の症状に気づいたときの相談窓口や、認知症の人と家族の支援に関する情報をわかりやすくまとめた手引書です。認知症の人が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、地域でできる支援を考えるため、ご活用ください。市ホームページからダウンロードできます。



認知症ケアネット「つなぐ」



市ホームページQRコード

早期診断・早期対応に向けた支援体制を構築

認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で暮らし

認知症サポーターになりませんか

続けるために、本人や家族に早期にかかわる「認知症初期集中支援チーム」を作り、早期診断・早期対応に向けた支援をしていきます。「あれ、おかしいな、認知症かもしれない」と気になったら、お住まいの地域の包括支援センターに連絡ください。本人・家族の思いを聞かせてもらい、今後の支援方針と一緒に確認し、専門の医師の指導のもと支援していきます。

「認知症サポーター養成講座」を受講して認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り、応援するのが「認知症サポーター」です。家庭・職場・地域などで自分のできる範囲で活動を行います。「認知症サポーター養成講座」は、講師が市内各地に出向き、認知症についての正しい知識を学びます。講座修了者には、認知症の人やその家族の応援者（サ



養成講座の様子

■費用／無料



ポーター）である証の「オレンジリング」をお渡しします。

- 内容／①認知症とは②認知症の人や介護する家族の思い③認知症サポーターのできること④認知症の人との接し方⑤認知症予防分程度
- 時間／1時間～1時間30分程度
- 対象／おおむね10名程度のグループから受講できます。※これまでの開催例

地域住民（自治会・老人クラブ）、企業、小中学校など教育機関などでも開催しています。



オレンジリング

養成講座受講者の声

- ・認知症は個人差があり、対応の仕方によって症状が落ち着くことを知りました。
- ・両親が認知症だったので、対応の良し悪しがわかってよかったです。
- ・認知症の早期発見のため、地域活動として声かけをしようと思います。
- ・本人だけでなく、周りの人の見守りや声かけが大切だと感じました。

■各種相談会の開催

	もの忘れ医療相談	認知症介護者相談	高齢者権利擁護相談
相談内容	・もの忘れが気になる ・イライラ怒りっぽい ・「認知症」の不安がある方	・認知症の家族を抱え、介護に悩んでいる、話を聞いてほしいなど	・財産管理が心配 ・悪質商法に悩んでいる ・虐待や不適切な介護により権利侵害が疑われる ・成年後見制度を知りたい など
相談時間	午後2時～4時	午前10時～12時	午前10時～12時
曜日	第4火曜日 ※要予約	第1金曜日 ※要予約	第2木曜日 ※要予約
場所	市役所春日庁舎 1階相談室		
申込先	高齢者あんしんセンター ☎ 74-0368 FAX74-3866		