

身近な病気 認知症

困ったとき お互いに支え合えるまちに

問 医療介護あんしんセンター
 (☎ 85・25000 / IP ☎ 88・9480 / FAX 85・2501)



医療介護あんしんセンター
 所長補佐 山中 佳奈

認知症は脳の病気、誰でもなる可能性がある

認知症とは、様々な原因で脳の細胞が壊れたり、動きが悪くなったりして、記憶・判断力などの障がいが起こり社会生活が困難になる状態です。認知症の発症率は高齢になるほど高くなっています。

宇陀市の65歳以上の人口は11,994人(平成30年7月1日現在)高齢化率は39%と超高齢社会を迎えています。それに伴い認知症に関する相談も増えています。昨年医療介護あんしんセンターに寄せられた相談件数は850件でその内の120件が認知症に伴う相談です。

誰もがなる可能性がある身近な病気でありながら、病気を受け入れるまでの苦悩や葛藤は大きく、家族だけでかかえこんでいるケースが殆どです。

介護予防基本チェックリスト集計

【平成30年5月実施】(2480人回答)

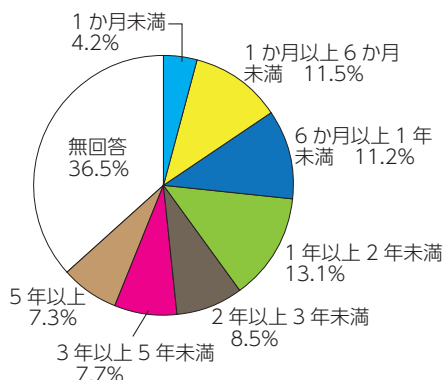
75歳以上の介護認定を受けていない方を対象

| | 認知機能の項目 | はい | いいえ |
|---|-----------------------------------|------|------|
| 1 | 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか | 374 | 2082 |
| 2 | 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか | 2320 | 150 |
| 3 | 今日が何月何日かわからない時がありますか | 471 | 1990 |

チェックリストの結果
 認知機能の項目すべてに
 不安のある方は… 47人
 (無回答を除く)

認知症かなと思ってから受診までの期間

【平成27年度実施】



この結果から見えること

今年5月に75歳以上の介護認定を受けていない方3,850人を対象に介護予防基本チェックを実施しました。2,480人の回答中、認知機能の項目すべてに不安のある方は47人(1.9%)でした。また、平成27年度に実施した市の調査では、認知症かなと思ってから受診までの期間が6か月以内の割合は、わずか15.7%でした。認知症は完治することは難しい病気ですが、早期発見・診断・治療につなげることはとても重要です。

認知症についてのガイドブック

このガイドブックでは、認知症の基礎知識と予防方法、知っておきたい制度やサービスなどの情報をまとめています。

認知症の予防、早期発見のために、また、認知症になったとしても、住み慣れた地域で適切な支援を受けながら暮らしていくためのガイドブックとして活用ください。

平成28年3月に作成し、各家庭に配布しましたが、必要な方は問へ。



市では、平成28年から、認知症の方や家族ができるかぎり住み慣れた地域で安心して生活できるように、「認知症初期集中支援チーム」を設置し、認知症の早期発見・早期対応を支援しています。

認知症に関する医療や介護の専門職（認知症サポート医、保健師、看護師、社会福祉士）が集中的に関わり、適切な医療や介護につなげます。

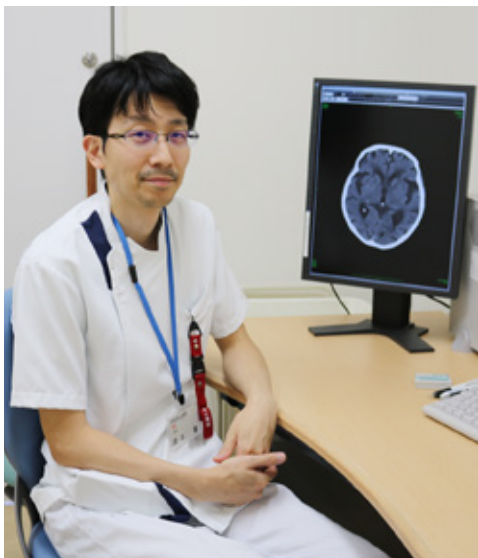
大切なのは、

早期発見・早期治療

私たちサポート医とは、認知症の方やその疑いのある方が早期の段階から、地域の中で必要な医療や介護を受けることができるよう、その案内役やパイプ役を担う医師です。

生活障がい（金銭管理・服薬管理・家事）や精神症状（不眠・興奮・物とられ妄想・被害妄想など）と一緒に暮らしている家族でないと分かりにくく、家族が困ってあんしんセンターに相談した時点で表面化する場合があります。

そのため、医療にかかるまで相当な時間が経過しており、重度になってからの受診になることが多いです。



認知症サポート医
奈良県立医科大学精神科
盛本 翼 医師

物忘れ自体を治すことは難しいですが、周りの環境を良くすることで、認知症の方が安心して過ごせ、家族も介護しやすくなります。皆さんが早めに受診されることで、適切な支援ができ、また家族も知識を付けることで認知症の方にうまく対応できるようになります。精神症状によっては薬で調整することができるともあるので早めの受診をお勧めします。

認知症は

他人事ではないんです



市立病院認知症看護
認定看護師
森下 久美

家族や周囲の人たちは、認知症の方の『できなくなっていくところ』に焦点をあてて見ることが多いと思いますが、そのことが認知症の方をどんどん追い詰めていくことになるんです。

『できるところ』を維持していくために何ができるのか。

それは服薬治療だけでなく、周囲の接し方も治療に大きく影響をあたえます。認知症の方は、決して全てを忘れていくわけではないので、声掛けひとつで生活していけるのです。

認知症は他人事ではなく、自分もいつ症状が出てくるかわかりません。ですから、現在苦労されている家族の人たちを思いやれる地域であれば、認知症は他の病気と同じように脳の病気のひとつです。まずは知ることから始めてみませんか。

まち全体が協力し

解決していく病気

認知症は介護者の負担が大きく、自宅での介護は大きな課題です。現在、ひとり暮らしの高齢者も多く、専門職だけの対応では難しくなっているため地域の関わりが不可欠です。

最近では地域や家族からの連絡で受診に繋がるケースも増えてきています。家族だけでなく地域の支援や、みんなが理解することで「宇陀市なら暮らせる」「宇陀市は暮らしやすい」そんな環境づくりを目指したいと思っています。



医療介護あんしんセンター
看護師・主任ケアマネジャー
吉田 かおり



もしかしたら認知症かも？

- 同じことを何度も言う・聞く
- 同じものを何度も買う
- 鍋をよく焦がす
- 電化製品の操作ができなくなる
- イライラ・そわそわする
- 間違いを隠そうとする
- テレビやニュースへの関心がなくなる
- 性格が変わった
- 「物を取られた」とよく言う

特集

市政トピックス

うだぢから

まちのわだい

みんなで子育て

病院・ウェルネス

お知らせ

掲示板

うだちゃん



認知症かな？って思ったら

宇陀市ではこんな制度があるよ！

認知症初期集中支援チーム

医療・介護の専門職が、認知症が疑われる方や認知症のご家庭を訪問し、必要な支援を行います。

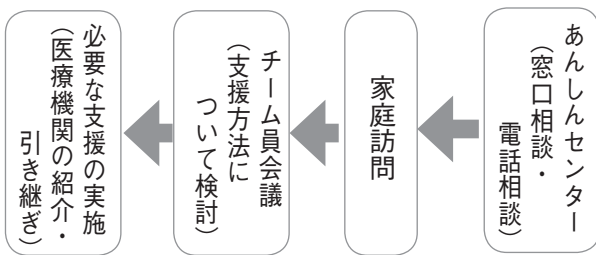
■対象となる方は？

40歳以上の在宅の方で、認知症または疑いのある方（次のいずれかに該当）。もしくはその家族・周囲の方

- ① 認知症の診断を受けていない方
- ② 医療や介護サービスを利用していない方
- ③ 何らかのサービスは受けているが、認知症の症状が強く、どのように対応してよいか困っている方

■どんなことをするの？

支援の流れ



行方不明高齢者等

あんしん登録制度

認知症により、行方不明のおそれのある方の情報（氏名・住所・連絡先・特徴・顔写真等）を市に登録することにより、日頃の見守り体制を整え、捜索時にはスムーズに対応できるようにするための制度です。

QRコードシール

登録された方に交付します。

シールはアイロンやドライヤーで衣服や靴、杖、カバンなどに貼りつけることができます。もしもの時には、発見者がQRコードを携帯電話などで読み取ると、連絡先として、あんしんセンターや警察署の情報が表示されます。



あんしん介護見守り

GPS機器貸与

認知症など高齢者が行方不明なることを予防するとともに、行方不明時には現在地が速やかに把握できるよう、GPS機器を貸与します。この機器をカバンや靴、ベルト、杖などに装着することで、居場所がわかり、行方不明等の事故を予防します。



※その他、市では行方不明になられた場合、ご家族の希望により『安全・安心メール』や『ホームページ』、『うだちゃん』で名前や顔写真などの情報を配信します。

市民から寄せられた多くの情報が、行方不明者の早期発見に繋がっています。

成年後見

権利擁護



社会福祉協議会 貝田勝也

■成年後見制度とは？

認知症や加齢などのために、判断能力が十分でない方が、契約や財産管理をすることが困難な場合に、本人に不利益が生じないように保護し、本人の権利を守ります。

■権利擁護事業とは？

認知症や知的障がいのある方で、判断能力の十分でない方が安心して生活できるように金銭管理や書類管理などの支援をする事業です。

認知症を患ったとしても、障がいがあったとしても、権利が守られるとともに意思を尊重される必要があります。

市社協では、認知症の高齢者等を詐欺・搾取などによる権利侵害からまもり、住み慣れた地域で安心して暮らし続けていただくためにお手伝いします。

特集

市政トピックス

うだぢから

まちなわだい

みんなで子育て

病院・ウェルネス

お知らせ

掲示板

うだチャン

私たちがお待ちしています!



一般的なデイサービスと認知症対応型のデイサービスが併設されているため、利用者の方に応じたサービスが提供されています。毎日（土日も含む）受け入れられているので、介護者も安心。事前に家族と話し合うことで、利用者の方に合ったきめ細かな対応や、その日の状況を見て臨機応変に対応されています。

認知症対応型デイサービス

認知症対応型デイサービスセンター
四つ葉のクロバー

若年性認知症

サポートセンター

65歳未満で発症した認知症を若年性認知症といえます。その多くの方が働きざかりや子育て中など、現役世代のうちに発症するため、就労や経済面で家庭に与える影響が大きく、高齢者の認知症とは異なる支援が必要になります。

『一般社団法人SPSSラボ若年性認知症サポートセンターきずなや』が県からの委託を受け実施しています。

【相談窓口】 月・水・木・金曜日・毎月第2土曜日
午前9時～午後5時 ☎0742・81・3857

【出張相談】 毎月第2水曜日 午後1時～4時
場所：医療介護あんしんセンター

周囲に前もって知っていて

もらうことも必要

世間では、認知症に対して「何もわからなくなる」「迷惑なことをする」などの多くの誤解や偏見がまだまだ残っています。認知症は誰でもなる身近な病気で決して恥ずかしい病気ではありません。しかし起こりうるトラブルや事故の可能性を考えると近所や親戚の方には「物忘れ」があることを伝えておいたほうがいいでしょう。「たまたまゴミ出しの日を間違えることがあるかもしれない」「火事だけは気を付けています」など伝えておくことも大切です。

医療介護あんしんセンターでは、在宅生活を続けていただくために、ご近所、民生委員、関係者によるサポート体制づくりを行っています。





みんなで支える 認知症

そばにおるから大丈夫♥



市では、行政や医療機関、介護専門機関だけでなく、ボランティアとして“認知症”の方を支える団体や地域の方がたくさんおられます。ボランティアで活動されている団体等を紹介します。

認知症キャラバンメイト



キャラバンメイト

会長 山田基晴



認知症のことを皆さんに知ってもらい、認知症に優しいまちになってほしいために、「認知症サポーター養成講座」を開催し、講師を行っています。市では平成25年に立ち上げ、現在35名の登録があります。自分たちの地域を良くすることが、私たちの役割であると思います。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを一緒にしましょう。

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解してもらい、認知症の人や家族を温かく見守る応援者になってもらうよう、地域、職場、学校等を対象に講座を開催しています。

現在市内には、1,442人の認知症サポーターがおられます。受講された方には、オレンジリング(表紙の写真)をお渡ししています。

認知症は誰でもなる可能性のある病気です。「自分たちに何ができるか」ともに考えてみませんか。



オレンジカフェ

認知症の方やその家族、一般の方が参加され、ホッとひと息ついて美味しいクッキーとコーヒーを飲みながら、日頃の溜まった思いを語る場所です。平成29年7月から始めました。2か月に1回(奇数月)に市内の施設などで行い、1回100円(飲み物・お菓子付)です。

医療や介護の専門家がスタッフなので、ちょっとした相談でもできます。申し込みは不要なので、一度気軽に来てみてください。

RUN 伴 (ランとも)

RUN 伴とは、認知症の方や家族、支援者、一般の方が、ひとつのタスキを繋ぎ、ゴールを目指すイベントです。地域の人と認知症の人が出会うことで、認知症になっても安心して暮らせる地域をつくるはじめての一步として、全国的に行っています。今年10月21日に開催。

市では平成29年から開催しています。キャラバンメイトのメンバーが少しでも多くの方に参加してもらえようイベント内容を考えています。

詳しい内容は、P19をご覧ください。



知ってあんしん 認知症講座



現在市内 44 か所で行われている「いきいき百歳体操」ですが、そこに参加している方の中から各地域 2～3 人が代表で、認知症について学び、学んだことを地域の方に伝える「知ってあんしん認知症講座」を受講されています。認知症の紙芝居や脳と体を同時に使う運動などを学び、参加者同士で練習します。参加者も年々増えており、9 地域から 21 人が受講されています。

参加者は「明日は我が身」、「少しでも役に立ちたい」、「仲間の交流ができる」、「地域で知ってもらい支え合う必要がある」、「自主的に助け合ってできるようになってきた」、「知ることは大事」、「多くの方に参加してもらいたい」などの声を聞かせてもらいました。

一緒に学んでみませんか。



ゆい 結の会



地域の高齢者のための傾聴ボランティア

認知症の方や高齢者、または介護をされている家族の方の「話し相手」を 2 人 1 組で行っています。事前に認知症について研修も受けています。訪問回数は、月 1 回～週 1 回程度で、1 回 1 時間。利用料は無料です。

ひとり暮らしや、昼間はひとりの方や介護者が介護に疲れているときなど、つらい気持ちを誰かにゆっくりと聞いてもらうことは大切です。

利用者の方は、「いつも一人なので来てくれると楽しい」と。結の会のメンバーは「訪問した時に元気な顔が見れると嬉しい」「訪問を待っていてくれると嬉しい」との声を聞かせてもらいました。



ご家族だけで悩まず、まず相談ください



医療介護あんしんセンター職員

皆さんの生活を応援します！