認知症の「今」を知る

認知症とは

脳は、私たちのあらゆる生命活動をコントロールしている『司令塔』です。

認知症とは、脳の病気や障害などの原因によって認知機能が低下し、記憶や判断力に支障をきたす状態をいいます。「今日が何日かわからない」「何かを忘れている自覚がない」などの症状が特徴である認知症は、誰にでも起こりうる身近な病気で、その発症率は高齢になるほど高い傾向にあります。

5人に1人が認知症に

日本における65歳以上の認知症患者は、2020年現在で約600万人といわれており、5年後の2025年には、約700万人（高齢者の約5人に1人）が認知症になると予測されています。

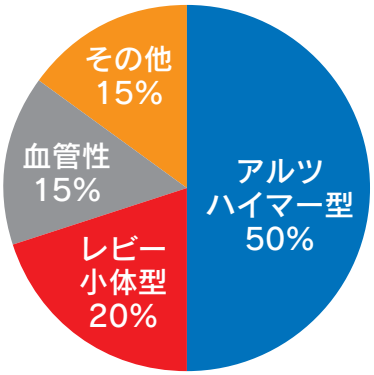
みなかみ町では現在、65歳以上の介護認定者のうち約5人に2人が認知症を患っています。

認知症の種類と割合

認知症のうち、およそ半数はアルツハイマー型認知症です。代表的な症状としては、記憶障害に加え、意欲の低下や怒りっぽさがあげられます。

アルツハイマー型認知症の次にレビー小体型認知症、血管性認知症と続きます。

これらは「三大認知症」といわれ、発症数全体の約85％を占めています。残りの15％の認知症の中には、治るタイプの認知症などがあります。



出典：
レビー小体型認知症サポートネットワークHP

認知症の症状

脳の働きの低下による中核症状の例
- ひどいもの忘れ
- 正しい方を選べない
- 新しいルールがのみこめない
- 時間、場所、人が分からない

環境や心理状態による行動・心理症状の例
- じっとしていられない
- 突然怒り出す
- 徘徊する
- 過食、拒食、異食

認知症チェックリスト

- □ 同じことを何回も話したりたずねたりする
- □ 体験したことの前後関係が分からなくなった
- □ 服装など身の回りに無頓着になった
- □ ドアの閉め忘れや後片付けができなくなった
- □ 同時に2つの作業を行うと、1つを忘れる
- □ 薬の管理や服用がきちんとできなくなった
- □ 家事や作業に手間取るようになった
- □ 計画を立てられなくなった
- □ 複雑な話を理解できない
- □ 興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などを止めてしまった
- □ 前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなった

※最近1カ月の状態についてあてはまるものにチェックをつけてみてください。4つ以上チェックがついた場合は、早めに医療機関にご相談ください。

もの忘れと認知症の違い

もの忘れは、加齢によるものとそうでないものに分けられます。単なるもの忘れと違い、体験したことのすべてを忘れてしまうのが認知症です。

認知症の発見と治療方法

認知症は、原因となる病気によっては薬で進行を遅らせたり、症状を改善することができます。早期発見・診療・治療が何より大切です。

みなかみ町の取り組み

本人とその家族が安心して暮らすことができるまちづくりのため、さまざまなサポートや支援を実施しています。

■認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症の人やその家族が気軽に立ち寄れるカフェのことで、レクリエーションやお茶会、意見交換などを通じて、地域の人たちとのつながりを深められる場所となっています。

■認知症ケアパス

認知症ケアパスとは、認知症の容態に応じて「いつ」「どこで」「どのような医療や介護サービスが受けられるのか」などの認知症ケアの流れがまとめられた冊子です。役場町民福祉課でご案内していますので、ぜひご活用ください。

■認知症サポーター養成講座

認知症を理解し、認知症の人に寄り添い見守る『認知症サポーター』を養成するための講座を毎年開催しています。主に中学1年生を対象に講座を実施していますが、受講を希望する団体等がありましたら、役場町民福祉課（☎0278-62-2280）へご連絡ください。

認知症サポーター養成講座受講後に生徒が書いた川柳の一部をご紹介します。

「また失敗 とがめるよりも 理解しよう」

「あたたかく 見守ることが 第一歩」

「大丈夫 困ったときは そばにいるよ」