

## 認知症時代を生きる

65歳以上では10人に1人、85歳以上では4人に1人が発症と言われる認知症。正しく知ってみんなで支え合うことが今求められています。

### 認知症はどんな病気？

認知症とはいろいろな原因で脳の細胞が減少したり、脳そのものが萎縮したりすることで様々な症状が出現し、日常生活に支障を来たす状態を指します。

### よく見られる症状は？

1. もの忘れ 同じ話を何度もする  
物を無くして探し回る  
食事したことを忘れる

2. 判断力の衰え 時間・場所がわからない  
相手が誰だかわからない  
2つ以上の事が重なると  
理解できなくなる  
お金の支払いに戸惑う

3. 性格の変化 怒りっぽくなる  
頑固になる  
外出や近所付き合いを嫌がる



### 重要！早期発見！

専門医等で早期に発見した場合、病気の進行に効果のある治療薬の投与を受け、穏やかな状況を維持する事も出来ます。また、認知症の中には原因疾患の治療が可能な場合もあります。症状の軽いうちに今後の生活や介護の事について、準備や手配して自分らしい老後を過ごすことも可能です。気持ちの上で抵抗感のある場合は、かかりつけ医に相談する事も重要です。

### 神崎町の状況！

神崎町も例外でなく超高齢化のスピードが進んでいます。平成25年3月末日の65歳以上の人口は1,854人で高齢化率は28.4%（平成24年度全国24.1%）であり、さらに2年後の27年度には31.3%に達すると予想されています。神崎町地域包括支援センターでは延べ882件（平成24年度）の総合相談を受け、その内容も『母の行動が何か変。一人暮らしで心配』『医者に連れて行きたいが本人が納得しない』など深刻な内容が寄せられています。

### 神崎町の取り組み！

認知症サポーター養成講座（年に2回実施）



### 元気あっぷ教室

1年に14回各地区を廻って認知症予防に効果があるとされる有酸素運動や脳トレを行っています。

### ふれあい介護セミナー

認知症に関する介護方法の指導や専門家等が講話を行います。

### 研修を受けた方々の感想

- ・身近に迫った問題です。もっと勉強したい。
- ・自分が認知症になったことを考えるととても怖い。
- ・相手を思いやる気持ちが大事なんだと思った。
- ・閉じこもりにならないよう気をつけよう。
- ・今は2人暮らしだけれど1人になったらどうなるのか？
- ・介護する人の精神的支えになるような研修を。

### 相談窓口

神崎町地域包括支援センター（☎<sup>7</sup>1607）

香取健康福祉センター（☎<sup>52</sup>9161）

千葉認知症コールセンター（☎043-238-7731）

認知症の人と家族の会（☎0120-294-456）

