

9月は認知症予防月間です

認知症になっても自分らしく住みやすい地域を目指して

令和元年に国が示した認知症施策推進大綱では、65歳以上の高齢者約7人に1人が認知症と見込まれています。

認知症は誰もがなりうるものであることから、発症を遅らせる「予防」と、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会「共生」を目指し、認知症の人や家族の視点を重視していくことが重要とされています。

認知症は誰もがなりうる病気です

認知症とは

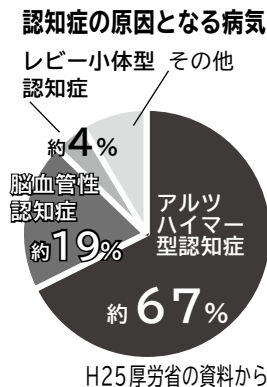
認知症とは、さまざまな原因で脳の細胞が壊れ、働きが悪くなることで不都合が生じ、日常生活において支障が続く状態をいい、加齢による物忘れとは異なります。

認知症の4つの種類と特徴

アルツハイマー型認知症は、

脳内のβアミロイドというたんぱく質のごみが蓄積し、神経細胞のネットワークが壊れると発症します。比較的早い段階から記憶障害、見当識障害のほか、不安・うつ・妄想がでやすくなります。

脳血管性認知症は、脳梗塞などから、神経の細胞に栄養など



早めの相談・受診が大切です

認知症は病気です。早期に発見し治療を開始することで、状態の悪化を遅らせることができます。家族や周囲が異変に気づいても、本人にとっては、不安を伴う病気であるため、受診が遅れることがあります。

まずは、かかりつけ医に相談し、必要に応じて専門医の紹介を受けましょう。

また、地域包括支援センターでも認知症に関するこの相談を受け付けています。

地域包括支援センターには、

「認知症初期集中支援チーム」を設置しています。受診や介護サービスを利用させたいがどのように利用すると良いかわからず、家族や周囲が悩んでいるときに、医療や福祉の専門職がチームとなり、状態に応じた支援を行います。支援の期間は概ね6カ月で、継続的に関わることで、本人や家族の相談に対応します。

成年後見制度

成年後見制度は、認知症や知的障害などによって判断能力が不十分な人が、経済的な不利益や生活上の不自由さを解消するため、成年後見人などの支援者が本人の法律行為を支援する制度です。

成年後見人などの支援者は、預貯金の管理や、医療・介護サービスなどの手続きを、本人に代わって行うことができます。なお、介護や支援を直接的に行うことは含まれません。

制度を利用する際には、何より、本人の意思を尊重することが重要です。本人がメリットを感じられる制度の活用となるよう、身近な親族や支援者とまず相談することが必要となります。

本人の大切な財産を守り生活上の不安を解消してくれる制度です。詳しい内容については、地域包括ケア推進室までご相談ください。

■認知症の相談窓口

認知症疾患医療センター

三隅病院（三隅中3242）

☎ 43-0711

地域包括支援センター

長門市地域包括支援センター

（深川・俵山地区）

市役所高齢福祉課内

☎ 23-1244

長門市東地域包括支援センター

（通・仙崎・三隅地区）

地域医療連携センター内

☎ 27-0410

長門市西地域包括支援センター

（日置・油谷地区）

油谷保健福祉センター内

☎ 33-2020

※定例の認知症相談会

毎月第4水曜日

9時～11時30分（予約制）

県若年性認知症支援相談窓口

山口県立こころの医療センター

☎ 0836-58-2212

認知症カフェ「おいで〜やかふえ」

認知症カフェ「おいで〜やかふえ」は、認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場です。

認知症の人の思いを聞くことで、認知症との関わり方を学ぶことができます。また、気分転換の場にもなっています。

■日時 毎月第4金曜日

10:00〜12:00

※祝日により変動あり

■場所

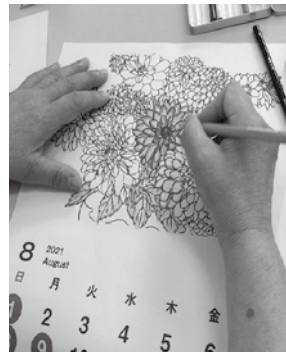
長門市立図書館2階研修室

■内容

座談会、折り紙や塗り絵などの脳活性化の活動

■参加費

100円



▲ほっとするひとときを過ごす

GPSによる見守りを支援

物忘れなどの認知症状は緩やかに進行しますが、徘徊行動はいつ起きるか分からず、いざ行方不明となった場合に、本人や家族に大きな不安を与えます。

令和元年度に長門警察署管内で、認知症などによる捜索や保護された事案は20件に上ります。

本人が住み慣れた地域で安心した暮らしが行えるようGPS（位置情報サービス）を発信する携帯型見守り専用端末を「お守り」として本人が持ち、いざ

という時の備えとして、ご利用ください。

■対象

40歳以上で徘徊行動の恐れがある人を在宅で介護している家族など

■内容

GPSを発信する携帯型見守り専用端末の購入またはレンタルの初回費用分を上限2万円まで補助

※このほか手続きの詳しい内容については、地域包括ケア推進室までご相談ください

認知症サポーター養成講座

認知症の人への対応には、認知症に伴う認知機能低下があることを正しく理解していることが必要です。普段から住民同士があいさつや声かけをすることが大切となります。

市では、講師の派遣を無料で行っています。あなたも、認知症サポーターになって身近な応援者になりませんか。

■対象

地域、企業、学校など

■内容

60分から90分の講話

認知症の症状と支援の方法、診断や治療、接し方など



▲認知症の人への対応を丁寧に学ぶ

子どもたちが地域の人と認知症を学ぶ

7月29日(木)、油谷小学校で小学校4年生から中学校1年生までの児童生徒と地域の大人の参加し、認知症サポーター養成講座が開催されました。

講座では認知症キャラバンメイトで岡田病院の宮崎節子さんが、認知症とはどのような病気なのかや、認知症の人に対するまわりの支援方法などについて、分かりやすく説明しました。

また、認知症を学ぶことができたかたで大人と一緒に楽しみながら理解を深めました。

講座の修了後に子どもたちには、認知症キッズサポーター証が、大人には認知症サポーター証が配布されました。



▲認知症の高齢者への声のかけ方を実習

認知症の人を理解する

認知症の人は、誰よりも一番不安で、苦しみを抱いています。「認知症」であることを受け入れることは、大きな怒りや悲しみ、とまどいを覚えます。その不安から、周囲に相談できず本人にあった支援を受けられないこともあります。

まずは、身近な人が寄り添い、共に行動できる関係性を築くことが支援の第一歩です。

認知症があっても自分らしく住みやすい地域となるよう、市ではさまざまな取組を行っています。お気軽にご相談ください。

■高齢福祉課

地域包括ケア推進室

☎ 23-1244