

# みんなので支えよう大切な人

高齢者いきがい課 ☎224・5809

認知症は誰もがかかる可能性のある病気です。早期に発見し、適切な治療をすれば症状の進行を緩やかにできる場合があります。また周囲の人の理解や見守り、声かけは、認知症の方やその家族を支えます。皆さんも認知症について一緒に考えてみませんか。

## 認知症を知る

### 認知症とは

いろいろな原因で脳の細胞が死んだり、働きが悪くなったりするため、生活に支障が出てくる状態のことをいいます。認知症は、誰にでも起こりうる「脳の病気」です。

厚生労働省の調査によると、認知症有病者は65歳以上の高齢者では7人に1人程度で、439万人いると推計されています（平成22年時点）。認知症の原因となる主な疾患には、「アルツハイマー型認知症」「脳血管性認知症」「レビー小体型認知症」などがあります。

### 認知症の症状

#### 記憶障害

- 同じ話を何度もする
- 物を無くして探し回る
- 食事をしたことを忘れる

#### 判断力の低下

- 場所や時間、人の顔が分からない
- 自動改札やATMが利用できなくなる

#### 性格などの変化

- 元気がなく引つ込み思案になる
- 怒りっぽくなる
- うつ症状、閉じこもりがちになる
- 落ち着かない

## もの忘れと認知症の違い

加齢によるもの忘れ		認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	↔	経験したこと全体を忘れている
目の前の人の名前が思い出せない	↔	目の前の人や誰なのか分からない
物の置き場所を思い出せないことがある	↔	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	↔	食べたこと自体を忘れている
約束をすっかり忘れてしまう	↔	約束したこと自体を忘れている
物覚えが悪くなったように感じる	↔	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	↔	月や季節を間違えることがある

### もの忘れと認知症

加齢によるもの忘れは認知症の初期症状と似ているため判断に困ることがあります。上記の表は加齢によるもの忘れと認知症の記憶障害についての症状の違いです。当てはまるものがないか確認してみましょう。

### あれっと思ったら

認知症は早期に発見し、適切な治療をすることで症状の進行を緩やかにできることがあります。あれっと思ったらすぐに専門の医療機関を受診しましょう。

### 認知症相談会

認知症の方や疑いのある方、その家族を対象に医師による無料相談会を開催します。詳しくはお問い合わせください。

日時：①10月8日(水)、午後1時30分～3時30分、②11月7日(金)、午後1時～3時、③12月16日(火)、午後2時～4時

会場：① 東部地域ふれあいセンター、② 中央公民館、③ 霞ヶ関市民センター

定員：各先着4組

申し込み：9月16日(火)、午前8時30分から電話で高齢者いきがい課 ☎224・5809

# 認知症を支える

## 介護者の声



「日ごろの様子  
子が分かる家族  
が本人の様子の  
違いに早く気付  
き、受診するこ

とで認知症の早期発見・早期治療につなげてもらいたいです」と話すのは川越市在宅介護者友の会・会長で9年ほど前から認知症の妻を介護している師岡秀夫さん。師岡さんに認知症の介護について伺いました。

「霊の上を歩いているようだ」と言っていたことがあるんです。今思い出してみるとその言葉が変化の表れだったのかもしれない。その後同じ質問を繰り返すようになり、頭痛を訴えたことがきっかけで病院に行き、アルツハイマー型認知症の疑いがあると医師から言われました。信じられませんでした。病気のことはすぐに家族にも伝え、近くの交番や近隣の人にも話をしました。

## 認知症サポーター養成講座

その方が妻の行動を周囲に理解してもらえるからです。始めは、本人も症状が進行していることを分かっている本当に苦しんでいた。家族もその頃が一番辛かったと思います。認知症の症状や程度は人によって違うので介護者同士で話しをすることは重要です。そこから新しい情報が得られたり、良い気分転換になったりします。本人も家族も地域に出ることがとても大切だと思います。

認知症サポーターとは、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る応援者のことです。約90分の講座を受講すると、認知症サポーターになれます。受講者には認知症サポーターの証しである「オレンジリング」をお渡しします。詳しくは、下記の地域包括支援センターにお尋ねください。



オレンジリング

くは、下記の地域包括支援センターにお尋ねください。

## お近くの地域包括支援センターをご利用ください

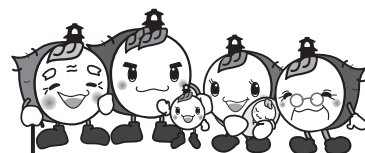
地域包括支援センターは、地域の高齢者の皆さんをさまざまな面から総合的に支えるために設けられた市の委託機関です。

専門知識を持った職員が必要な機関と協力調整をして問題解決のお手伝いをしています。

	名称	所在地	電話
①	地域包括支援センターキングス・ガーデン	石原町1-27-7	Tel.299-6760
②	地域包括支援センター小仙波	小仙波947-1	Tel.227-7878
③	地域包括支援センター連雀町	連雀町31-2	Tel.229-5332
④	地域包括支援センターよしの	鴨田3355-1	Tel.298-7807
⑤	地域包括支援センターたかしな	砂新田4-1-4ブランドールビル2階	Tel.291-6003
⑥	地域包括支援センターみずほ	中台元町1-16-11	Tel.241-3676
⑦	地域包括支援センターだいとう	南台2-11-4南台ハイツ1階	Tel.249-7766
⑧	地域包括支援センターかすみ	かすみ野1-1-5	Tel.234-8181
⑨	地域包括支援センターみなみかぜ	吉田204-2	Tel.239-0003
⑩	地域包括支援センターランチみなみふるや	並木新町2-5桜ビル301	Tel.235-7731
⑪	地域包括支援センターランチこもれび	的場2098-22	Tel.298-6221

## 世界アルツハイマーデー街頭キャンペーン

アルツハイマー病等への正しい理解のための街頭キャンペーンが行われます。  
日時…9月20日(土)、午前11時～正午 会場…川越駅東口・西口デッキ



# オレンジカフェ

認知症の方やその家族、介護者の方など誰でも気軽に集まれる場所、それが「オレンジカフェ」です。参加者は、1000円程度の費用を払えば出入り自由で、飲み物を飲みながらゆったりと過ごすことができます。5月から川越福音自由教会で開催されているオレンジカフェは、民生委員・老人会・自治会や保健推進委員などで構成されています。



民生委員の大谷和子さん(上写真)は、「認知

症を患ってなかなか外出できない方やその家族、地域の方にも利用してもらいたいです。利用者にとつて居心地のよい場所を提供していきたいです」と話します。



この日は、23人の参加者が思い思いの時間を過ごしました

カフェで相談などの支援を行う地域包括支援センターの秦久美子さんは、「悩みを抱えている人や、誰にも相談できずにいる方に適切なアドバイスをするよう心掛けています」。

DATE.2014.9.10

## 介護マーク

介護をする人が周囲からの偏見や誤解を受けることなく、介護中であることをさりげなく周囲に知ってもらうことで、心理的負担を軽減し、介護する人もされる人も安心して生活が送れるよう「介護マーク」の貸し出しを行っています。

問い合わせ  
高齢者いきがい課  
TEL:224-5809



介護マーク

## 市内で開催されているオレンジカフェ一覧

曜日・時間は変更になる場合があります。事前に各施設にお問い合わせください。なお、①～⑨は5ページ表中の地域包括支援センターの番号に対応しています。問い合わせ先は各センターになります。

	会場(問い合わせ先)	曜日	時間
①	特別養護老人ホーム蔵の町・川越	第4月曜日	午後1時30分～3時30分
②	ケアセンター小仙波	第4日曜日	午後2時～4時
	川越福音自由教会	第1水曜日	午後1時30分～3時
③	中央公民館分室	第3金曜日	午前10時～正午
④	ケアセンターよしの	第3日曜日	午前10時～正午
⑤	デイサービスセンター遊・川越新河岸	第4日曜日	午後2時～4時
⑥	グループホームみんなの家・川越新宿	第4火曜日	午後2時～4時
		第2日曜日	午後1時～3時
⑦	ケアラウンジ南大塚	第3金曜日	午後5時30分～7時
	大東市民センター	第3水曜日	午後1時～3時30分
⑧	霞ヶ関市民センター	第4火曜日	午後1時30分～3時30分
	コミュニティカフェひだまり	第1木曜日	午後1時30分～3時30分
⑨	かずみ野自治会館	第2木曜日	午後1時30分～3時30分
	地域交流センターみなみかせ	第4土曜日	午前10時～11時30分
—	介護老人保健施設 いぶぎ(同左 ☎233-6056)	奇数月第3日曜日	午後2時～4時
—	霞ヶ関東デイサービスセンター(特別養護老人ホーム川越キングス・ガーデン ☎232-5155)	奇数月第3土曜日	午前10時～正午