

特集 認知症を地域で支えましょう

集



（認知症相談・支援マップは、平成20年11月号広報に折り込み配布しました。希望される方は福祉保健課にご連絡ください）

認知症の患者は、全国で約170万人いるといわれています。町内では、要介護認定を受けた方244人中、認知症があると判断された方は、今年の3月末現在で212人となっています。65歳以上人口1,734人の12.2%に当たりますが、町内にはさらに多くの認知症の方がおられる可能性もあります。

認知症については、第三者になかなか相談しにくいのが現状です。実際に認知症の症状がかなり進行し、重度の状態となつてから相談したり、医療機関にかかったりすることが多い状況にあります。

認知症に早期に対処することは、本人のすこやかな生活や、家族の介護負担の軽減につながります。北見地域では、「認知症相談・支援マップ」を作成し、相談業務の充実を図っています。一人で抱え込まず、まずは身近な相談窓口の地域包括支援センター（役場福祉保健課高齢者支援係）に気軽にご相談ください。

気軽にご相談を

相談業務を充実

■認知症かな…と迷ったときに相談・受診できる場所(認知症相談・支援マップから抜粋)■

地域包括支援センター 高齢者についての相談窓口として、どんなささいなことでも相談できます
 ● 訓子府町地域包括支援センター (☎ 47-5555 総合福祉センター)

主治医 日常の診療で身近に相談ができます

認知症かかりつけ医 認知症サポート医 認知症の詳しい相談ができます
 (認知症相談・支援マップに北見地域の病院・医師名を掲載しています)
 ● 認知症サポート医：医療法人社団拓美会 玉越病院 (☎ 24-3323)
 (サポート医は、かかりつけ医へのサポートを行い、かかりつけ医は、認知症を学ぶ研修を受けた医師です)

医療機関 (精神科・神経科・脳神経外科) 精神科医などによる専門的な相談ができます

北見保健所 精神保健福祉係 毎月第3水曜日、精神科医による相談を受けることができます
 電話予約制＝課直通：24-4137 代表：24-4171

北見市認知症と家族の会 (よりそいの会) 毎週水曜日 / 10時～15時 電話相談：090-2058-4001
 認知症の方の介護経験のある方に、身近な相談ができます

■認知症サポーター養成講座を開催しませんか■

町では、認知症について正しく理解し、認知症の方とその家族を温かく見守り、地域で支えていくことを目的に、認知症サポーター養成講座を平成19年度から随時開催しています。

19年度には2回、20年度には6回開催し、合わせて204人がサポーターとなりました。

町内の認知症キャラバンメイト（講師）が地域に出向きます。各種団体、友人同士など少人数の開催でも構いません。認知症サポーターは「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症を地域で見守る応援者の一人になってみませんか。

内容＝1時間半程度の講話

(認知症の基礎知識・認知症の方に接するときの心構えなど、講師料は無料です)



役場福祉保健課高齢者支援係・地域包括支援センター (☎ 47-5555 総合福祉センター)

福祉のまちづくり

認知症を地域で支えましょう

早期発見・早期治療が大切



全人口に占める65歳以上の人口の割合を示す高齢化率。訓子府町は30%を超えました。高齢社会の中であって、「認知症」は、老後の最大の不安です。

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気によるものです。認知症を理解し、早期発見・早期治療、そして家族や地域で認知症と向き合い、支え合うことが大切です。

総合福祉センターには、地域の高齢者の総合的な相談窓口として地域包括支援センターが開設されているほか、認知症サポーター養成講座も開催するなど、認知症対策を進めています。

認知症を理解しましょう

■認知症とは■

脳や体の病気によって脳の働きが徐々に低下し、日常生活などに支障が出てくる状態（6か月以上継続）のことです。「認知症はどうせ治らない」「なつてしまつたら、もうおしまい」という人がいますが、これは誤った考えです。

認知症の中には治る病気の場合や、早い時期に医療機関を受診することで進行を遅らせたり、止められる種類もあります。早期に適切な対処をすることで健康な時間を長くすることができるのです。

平成16年に「痴呆」から「認知症」に呼称変更され、実態を正確に表すとともに早期発見・早期治療につなげています。

■認知症の症状■

認知症の初期症状で最も多いのは「もの忘れ」ですが、それ以外の症状が始まることもあります。

認知症の始まりの目安として、①もの忘れがひどい②時間・場所が分からない③不安感が強い④判断力・理解力が衰える⑤人柄が変わる⑥意欲がなくなるなどがあります。

「ちよつと変だな」「いつもと様子が違う」は、大事な認知症のサインです。「あれ？」と思つたら、まずは気軽にご相談ください。

■加齢によるもの忘れと認知症の記憶障害との違い■

加齢によるもの忘れ	認知症の記憶障害
もの忘れの自覚がある	もの忘れの自覚がない
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
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