

シニアのひろば

認知症が疑われたらまずは相談！

◆認知症の現状

現在、認知症の方は、全国に約630万人いると言われており、5年後の2025年には、約700万人を超えると言われています。これは、65歳以上の約5人に1人が認知症になる可能性があるということです。

◆物忘れと認知症との違い

認知症でなくても、年を重ねれば物覚えが悪くなったり、自然と物忘れも増えたりします。老化による物忘れは、体験した事の一部を忘れますが、認知症では、体験の全てを忘れてしまいます。

例えば、食事の内容を忘れるのは、老化による物忘れですが、認知症では食事をしたこと自体を忘れてしまいます。

物忘れをした自覚がないのも認知症の特徴です。



◆気になったら早めの相談を

認知症は、物忘れ以外にも、うつ病や難聴、その他の脳疾患と区別するのが難しいことがあります。

迷ったら、早めに受診し、適切なケアや治療を開始することで、進行を遅らせた症状を軽減させたりすることができま

す。気になったら放置せず、医療機関や高齢者支援センターに相談しましょう。

◆認知症初期集中支援チーム

本市では、認知症の専門的知識を持った医療や介護など専門職で構成した認知症初期集中支援チームを配置しています。

認知症が疑われる人やご家族に対して、電話や面接、訪問を行い、支援方針を検討し、必要な医療機関やサービスを紹介させていただきま



新型コロナウイルス感染症に気をつけて、心身ともに健康な毎日を過ごしましょう！

〈うつらない、うつさないために〉

- ・「手洗い」を習慣にしましょう。
- ・マスクを上手に使い「咳エチケット」を守りましょう。
- ・密集、密接、密閉(3密)を避けましょう。

〈日々の健康を維持するために〉

- ・自宅での運動や散歩をしましょう。
- ・厚生労働省HPで全国の体操動画を紹介しています。動画などを活用して、介護予防に取組みましょう。
- ・バランスの良い食事を心掛け「低栄養状態」にならないようしっかり食べましょう。
- ・お口の中を清潔に保つことは、感染症などの予防にもなるため、口腔ケアをしっかりとしましょう。
- ・電話で話すなど、人との交流を持ちましょう。



▲厚生労働省HP

▼高齢福祉課長寿介護係
☎ 23-3217-233545
FAX 23-33545