

認知症を知ろう!



高齢者の3人に1人が認知症または、
その予備軍（軽い認知障害）です



健康福祉課地域包括支援センター TEL 25-1182

認知症とは

認知症とは、さまざまな原因で脳神経の働きが悪くなることで、それまでできていたことができなくなり、日常生活に支障が出てくる状態のことをいいます。

認知症の症状について

認知症の症状には、大きく分けて「認知機能障害」と「行動・心理症状」があります。
「**認知機能障害**」は脳の細胞が壊れることによっておこる症状で、改善することが難しいとされています。
「**行動・心理症状**」は本人の元々持っている性格や置かれている環境が影響しておこる症状で、周りのかたの助けによって改善することがあります。

認知機能障害

- 出来事そのものを忘れる
- 時間・場所・人が分からない
- 目に見えない仕組みが理解できなくなる（IH 調理器など）
- 計画を立てて段取りすることができない



症状を改善することが難しい

行動・心理症状

- 道に迷って帰れなくなる
- 怒りやすくなる
- 自分のものを取られたと思いつむ
- 不安になる
- 元気がなくなる



周りの支援で改善することがある

認知症のかたの気持ち

認知症になった時、最初に気づくのは本人です。物忘れによる失敗や、今までできていた仕事や家事がうまくいかなくなり、「おかしい」と感じ始めます。「認知症の人は何もわからない」のではなく、心配で心細く苦しんでいるため、周りのかたの手助けが大切です。

新しい認知症観について

認知症になったら「なにもできなくなる」のではなく、認知症になってからも「やりたいこと・できること」があり、住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けることができるという考えです。認知症を自分自身にもおこりうる事として考え、共に支え合える地域づくりが大切です。

認知症を知ろう!

認知症サポーター養成講座

市では、認知症の症状や対応の仕方、予防方法について知ってもらうために、認知症サポーター養成講座を開催しています。少人数（5人程度）から行いますので、話を聞きたいかたや興味のあるかたは、連絡してください。



認知症サポーター養成講座▶