

地域で支える みんなで支える 認知症

高齢者の5人に1人が発症しているとも言われる「認知症」は、誰もがなり得る脳の病気で、認知機能が低下し、日常生活に支障をきたしている状態をいいます。単なる「物忘れ」とは違いますので、周りが正しく理解し、支えていくことが大切です。

～「物忘れ」と「認知症」、ここが違う！！～

	老化による物忘れ	認知症
原因	脳の生理的な老化	脳の神経細胞の変性や脱落
物忘れ	経験したことの 一部 を忘れる (ヒントがあれば思い出す)	経験したことを 丸ごと 忘れる (ヒントがあっても思い出せない)
症状の進行	あまり進行しない	だんだん進行する
判断力	低下しない	低下する
自覚	忘れっぽい自覚がある	忘れたことの自覚がない
日常生活	支障はほとんどない	支障をきたす



みなさんの周りに、こんな人はいらっしゃいませんか？

「あれっ？」と思ったら、地域包括支援センター（裏面）にご相談ください！

- 5分前と同じ話をする
- 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探し物をしている
- 知っているはずの人や物の名前が出てこない
- つじつまの合わない作り話をするようになった
- 身なりを気にしなくなった
- 今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった
- 外出したり、人と会ったりするのをおっくうがる・嫌がるようになった
- 今までできていた家事・計算・運転などのミスが多くなった
- 身近な人（家族やヘルパー）が自分の財布・通帳を盗ったと訴える
- 慣れたところで道に迷う
- そこにいないのに「人がいる」などと訴える
- 以前と比べて嗜好が変わった、あるいは甘いものを好むようになった
- 夜中に急に起きだして騒いだ



～見守りのツボ！7つのポイントと3つの「ない」～

見守りを行っていて認知症の人、認知症が疑われる人と接するとき、どのような接し方がよいでしょうか。以下の「7つのポイント」と「3つの『ない』」を大切に、接してください。

<7つのポイント>

- 1 まずは見守る
- 2 余裕をもって対応する
- 3 声をかけるときは1人で
- 4 後ろから声をかけない
- 5 相手に合わせて優しい口調で
- 6 おだやかに、はっきりした滑舌で
- 7 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

<3つの「ない」>

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 プライドを傷つけない



出典：市民向け認知症サポーター養成講座（令和3年7月30日実施）資料



ちょっとフレイク 掛川市の高齢者事業紹介

掛川市では、高齢者の介護予防や自立生活支援のため、さまざまな事業を行っています。
ぜひ一度覗いてみてください！

生きがい デイサービス

介護予防のため、軽い運動や折り紙などの交流活動をしなが
ら、同じグループの人と親睦を深めます。介護認定を受けていない
60歳以上の人ならどなたでも！健康長寿を目指しましょう！



配食サービス

食事を作ったり、買い物に行くのが難しい独居・高齢者世帯向
けの「食の確保」と「見守り」の支援です。やわらか食、ム
ス食など、状態に応じた食事が選べます。



徘徊高齢者 伝言板システム

認知症による徘徊が心配なご家族はいらっしゃいますか？
二次元コードラベルを衣類や靴などに貼り付けておくと、
発見者からご家族にメールが届きます。



わたしたちが、高齢者の相談窓口です。

営業日：月曜日～金曜日（祝祭日、年末年始は除く）

営業時間：午前8時30分から午後5時15分

- | | |
|-----------------|---------------|
| 中部地域包括支援センター | ☎0537-21-1338 |
| 西部地域包括支援センター | ☎0537-23-8669 |
| 東部地域包括支援センター | ☎0537-61-5050 |
| 南部大東地域包括支援センター | ☎0537-72-6640 |
| 南部大須賀地域包括支援センター | ☎0537-48-5370 |



緊急の場合は消防署・警察署へ