

# 認知症になっても安心して暮らせるまちへ

〜認知症を理解して地域で支えましょう〜

「久しぶりに会った人の名前が思い出せない…」このよ

うな経験は誰にでもありません。物忘れは年齢を重ねれば誰にでもあることです。

一方、認知症は病気であり、加齢による物忘れとは違います。

認知症の方の割合は？  
65歳以上の方の8〜9人に1人、85歳以上になると3〜4人に1人が認知症になると言われています。

認知症の症状とは  
①記憶の障がい  
何度も同じことを言う、聞く。置き忘れ、しまい忘れが目立つ。  
②見当識の障がい  
現在の時期、時間、誰かが分かります。

③実行機能の障がい  
料理などの段取りや計画を立てることが難しくなる。  
④言葉の障がい  
単語が出にくくなる。「あれ」「それ」などの言葉が多くなる。  
⑤判断力の低下  
季節にあった服装ができない、服の着方が分からなくなるなど。

私たちができること

〜本人への接し方〜

・わかりやすい言葉で話す。

④言葉の障がい

単語が出にくくなる。「あれ」「それ」などの言葉が多くなる。

⑤判断力の低下

季節にあった服装ができない、服の着方が分からなくなるなど。

これらの症状があてはまれば、早めにかかりつけ医など医療機関に相談しましょう。

認知症になっても安心して暮らせるまちに  
認知症の方が安心して地域で暮らしていくためには、地域のサポートが不可欠です。ちょっとした気遣いで、本人や家族の方の負担感などが変わってきます。

抱えこまず相談を  
認知症は誰でもなりうる病気です。介護されている家族も「自分の家の問題」と抱え込むのではなく、身近な方や相談機関に早めに相談するようにしましょう。

下記に相談機関を載せていますので、参考にしてください。

下記に相談機関を載せていますので、参考にしてください。

## 南部町認知症対策事業(委託事業) 「認知症出前講座」を開催しませんか

南部町では集落公民館など地域に出向いて「認知症とはどんな病気か」「早期発見のポイント」「どう接したらよいか」など認知症についてお話をさせていただく講座を設けています。

所要時間は60〜90分です。ぜひご利用ください。(約2カ月前までに、下記までお申込みください。)

〈申し込み先〉 社会福祉法人 伯耆の国  
☎66-2253



## お気軽にご相談ください！ 南部町の「認知症」に関わる相談先

心配な時や「ちょっと気になる」時に、気軽に相談をしてみましょう。

### ◆ご本人のかかりつけ医

持病や今飲んでる薬についてよく知っておられ、最も身近な相談先になります。

### ◆西伯病院「もの忘れ外来」認知症疾患医療センター

毎週水曜日 午後1時〜(要予約) ☎66-2211

### ◆健康福祉課保健師・地域包括支援センター

(健康管理センターすこやか内) ☎66-5524

### ◆認知症の人と家族の会 鳥取県支部 コールセンター

☎37-6611(相談電話)

### ◆認知症の方の介護をされている「家族のつどい」

毎月第3金曜日 午前10時〜12時

場所：健康管理センターすこやか

※申し込みは不要です。