



介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ 192 ●

認知症について

◆ 「認知症」とは

認知症は、脳の細胞がさまざまな原因で減少、または働きが悪くなったりすることによって、記憶や判断力の障がいなどが起こった状態です。認知症になると、ご飯を食べたことを覚えていない、自分のいる場所がどこなのかわからない、できたはずのことができなくなるなど、日常的な社会生活や対人関係に支障が生じます。

◆ 病気として理解し「早期発見・早期治療」を心がける

認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。最近では高齢化の進展とともに65歳以上の約7人に1人が認知症とされています。65歳以下の若年齢で発症するケースもあり、決して特殊な病気ではありません。

適切な治療やケアをすることで症状を軽くしたり、進行を遅らせたりできる場合がありますので、早めにかかりつけ医や専門医（もの忘れ外来、老年内科、精神科、神経科など）の受診をお勧めします。

◎こんなことはありませんか？【もの忘れ度チェック 】

チェックの数が多いほど要注意

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 最近もの忘れが目立ってきた | <input type="checkbox"/> 日課をしなくなった |
| <input type="checkbox"/> 物の名前が出なくなってきた | <input type="checkbox"/> つい最近のできごとを忘れていく |
| <input type="checkbox"/> ささいなことで怒りっぽくなった | <input type="checkbox"/> 時間や場所の感覚が不確かになってきた |
| <input type="checkbox"/> 以前はあった関心や興味が失われた | <input type="checkbox"/> ボーットとしている時間が多くなった |
| <input type="checkbox"/> 夜中に起き出して何かをしている（昼夜が逆転している） | |

◆ 脳のちよいトレ教室に参加してみませんか

あったかふれあいセンターにて、脳のちよいトレ教室を実施しています。

楽しくコミュニケーションをとりながら、簡単な読み・書き・計算の楽習（学習）で、認知症予防に取り組みましょう。

- | | | |
|---------|---------------------------------|------------|
| ○場 所 | あったかふれあいセンターにしきの広場 | 📍入野5191-22 |
| ○日 時 | 月によって、曜日や時間に変更があります。お問い合わせください。 | |
| ○お問い合わせ | あったかふれあいセンターにしきの広場 | ☎43-3630 |

- | | | |
|---------|--------------------------------------|-------------------|
| ○場 所 | あったかふれあいセンターさが | 📍佐賀1080-1（旧佐賀保育所） |
| ○日 時 | 毎週月曜日 午前10時～（お休みの週もあります。お問い合わせください。） | |
| ○お問い合わせ | あったかふれあいセンターさが | ☎31-4807 |

◆ 「地域包括支援センター」、「あったかふれあいセンター」にご相談ください

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。認知症についての相談も受け付けています。お近くの認知症サポート医や、利用できる医療・介護サービスなどをご紹介するなど、認知症高齢者を支援しています。お近くのあったかふれあいセンターでも相談を受け付けています。

○お問い合わせ 本庁 健康福祉課 地域包括支援センター ☎43-2240

介護保険料は大切な財源です。安心で便利な口座振替を利用して納付期限までにお納めください。

【お問い合わせ】本庁 健康福祉課 介護保険係 ☎43-2116