



# 介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ 204 ●

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。認知症が進行すると、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人が認知症と言われています。65歳以下の若年齢でも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

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

## ◆ 脳のちょ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、脳のちょ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920（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、高齢者など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