



介護保険ガイド

● 介護保険広報シリーズ 216 ●

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分からない、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。2025年には高齢化の進展とともに65歳以上の約5人に1人が認知症になると言われています。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

- | | |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <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・火・木・金曜日 午前10時～午前11時（曜日や時間に変更になる場合があります。） | |
| ○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（佐賀交流センターみらい内） |
| ○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。安心して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