

## 認知症のサイン・症状

- もの忘れ（記憶障害）
  - ・数分前、数時間前の出来事を忘れる
  - ・同じことを何度も言う、聞く
- 時間、場所がわからなくなる（見当識障害）
  - ・日付や曜日がわからなくなる
  - ・慣れた道で迷うことがある
- 理解力、判断力が低下する
  - ・手続きや貯金の出し入れができなくなる
  - ・状況や説明が理解できなくなる
- 身の回りのことができなくなる
  - ・身だしなみを構わなくなる
  - ・仕事や家事の時間がかかる
- その他
  - ・怒りっぽくなる、些細なことで腹を立てる
  - ・好きなことに興味を示さなくなる

など

## 認知症と診断されたら？

### 保健福祉センター「きらく」 にご相談ください

- ・サービスの利用が必要かどうか
- ・どのようなサービスがあるのか
- ・家族の介護が大変になった
- ・介護保険の利用方法がわからない など

介護支援専門員や保健師などが認知症の進行状態やご本人の心身状況、生活環境に応じて、提供できるサービスをご説明します。

認知症はアルツハイマー病をはじめとするさまざまな疾患により、認知機能が低下することによって「生活する上で支障が出ている状態」をいいます。

日本における高齢者の認知症者数は、2012年で462万人と推計されており、高齢者人口がピークになる2040年には、約584万人に増加すると予想されています。また、認知症は一般的に高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症した場合「若年性認知症」といい、全国における若年性

## 認知症とは？

認知症者数は、35,700人と推計されています。

認知症になると思いを表に出しづらくなり、代わりに起こす行動が「周囲には理解できないもの」として映ってしまうことがあります。周囲の無理解は孤立感を強め、結果として認知症を悪化させてしまうことも少なくありません。認知症のかたと関わる家族や周囲の人にとって大切なのは、**認知症への理解を深め、本人の気持ちを尊重し寄り添うこと**です。

※ 出典：日本医療研究開発機構認知症研究開発事業による「若年性認知症の有病率・生活実態把握と多元的データ共有システムの開発」（令和2年3月）



様似町保健福祉センターきらく  
様似町大通2丁目98番地の2  
電話：0146-36-5511  
FAX：0146-36-5638

## 特集

このまち  
いつまでも様似で笑って暮らすために

## 認知症

を考える

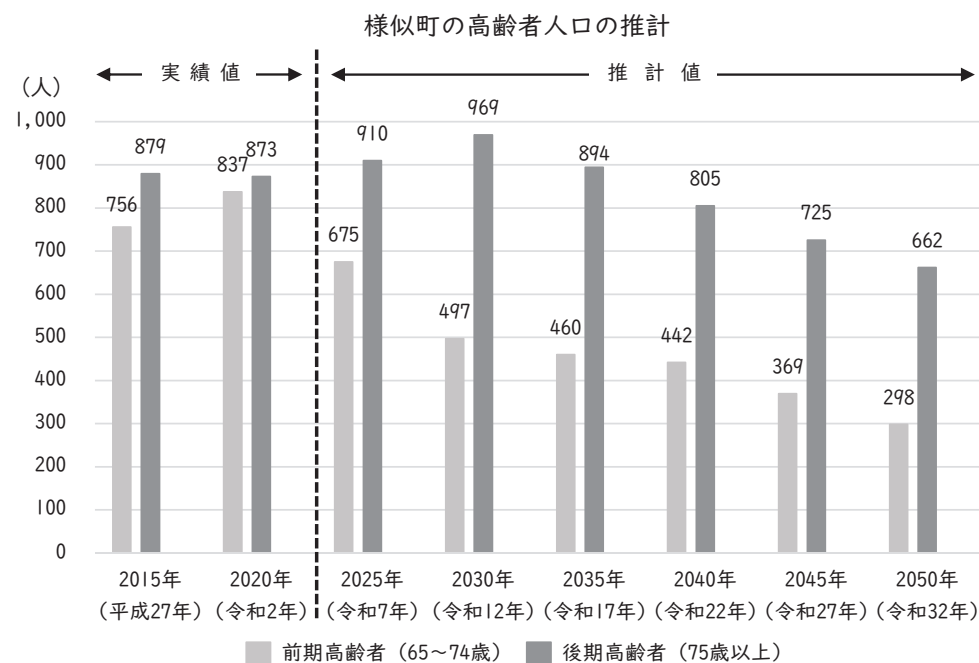


2024年1月1日、認知症のかたが尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことを目的とした「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。この法律では9月を認知症月間と定めていることから、今月の特集は認知症について取り上げました。みなさんも認知症についていっしょに考えてみませんか？

## 様似町の高齢化の現状

人口減少が加速し、少子高齢化のさまざまな問題に直面している現代の日本。様似町においても、その影響は例外ではありません。

様似町では、令和6年7月末現在で、総人口3,810人・高齢者人口1,652人・高齢化比率43.35%となっており、約2人に1人が高齢者という現状です。高齢者人口の推計を見てみても、今後「65歳〜74歳の前期高齢者」と比べて、「75歳以上の後期高齢者」の割合が増加し、後期高齢者の人数が前期高齢者の人数の2倍になると予想されています。一般的に要介護認定者や認知症の割合は後期高齢者の方が高くなり、現に様似町でも、要介護（要支援）認定者数は、前期高齢者24人、後期高齢者228人と、約10倍になっています。要介護（要支援）認定者数と認定率の推計からも、要介護（要支援）認定率は徐々に増加する見込み



で、2040年には22%を超え、高齢者の5人に1人が要介護（要支援）認定者となることが予想されています。

介護が必要になる原因のトップは認知症です。認知症になっても、住み慣れた様似町で希望を持って暮らすためには、認知症への理解を深めることがとても重要です。

## 地域にいる 認知症の理解者

様似町では、認知症を正しく理解し、認知症のかたやその家族を地域であたたかく見守る応援者である「認知症サポーター」を養成しています。受講者は地域住民の他、役場や民間事業者の職員、小学生（キッズサポーター）など、世代を問わず受講されており、令和5年度末時点での養成者数は956名（町外居住者含む）となっています！

2040年、様似町の高齢者の人口は様似町の全人口の半分以上を占めることが予想されています。人口減少の問題に伴い、介護の人手不足もますます深刻になっていきます。今後も住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるためには、身近な地域の人々との交流や見守り活動など、地域全体で認知症のかたを支えることが重要となります。そのためには、地域において広く

## 地域で支える

認知症への理解を深めることが大切です。

同時に介護者（ケアラー）への支援も求められています。介護者は家族から頼りにされる一方で、周囲に悩みを理解されず、心身に負担を抱えている場合があります。介護者が置かれた状況や立場などを広く認知し、理解を深めていくことで、社会からの孤立を防ぎ、認知症の当事者とその家族が安心して暮らすことができる地域への実現につながります。

## 近日開催

### 認知症体験会

“認知症は自分事”と捉え、何を感じたか、自分ならどうして欲しいかを考え、認知症のことや接し方など、理解を深めませんか？

日 時 9月15日（日）  
時 間 ①午前の部 10：00～11：40（受付9：30～）  
②午後の部 13：30～15：10（受付13：00～）  
※事前にお申し込みが必要です！  
場 所 中央公民館 文化ホール／参加無料  
定 員 各回50名 ※定員に達し次第、募集を締め切ります  
申 込 保健福祉課包括支援係（TEL 36-5511）  
締 切 9月9日（月）



### 特別上映会 「オレンジ・ランプ」

日 時 9月29日（日）  
時 間 13：30～15：30（受付13：00～）  
場 所 町立様似図書館 視聴覚ホール  
参加無料  
定 員 100名  
※定員に達し次第、募集を締め切ります  
申 込 保健福祉課包括支援係（TEL 36-5511）  
締 切 9月24日（火）

### 介護予防教室 ～きらくらび～

介護予防の取組に興味がある町内在住の65歳以上のかたを対象に介護予防教室を開催します。楽しくできる体力づくりや腰痛予防、認知症予防のプログラムを行うほか、栄養や口腔機能についてを学ぶことができますよ！

期 間 9月～令和7年2月 月2回程度  
初 回 9月26日（木）  
時 間 10：00～11：30  
場 所 保健センターきらく  
申 込 保健福祉課保健推進係（TEL 36-5511）  
※定員（20名）に達し次第、募集を締め切ります

## 様似町内で利用できる介護保険サービスの一部を紹介

利用できる介護保険サービスの内容は、要介護・要支援状態区分や心身の状況、同居人の有無、生活環境などでも異なりますので、保健福祉センターにご相談ください。

### 在宅サービス

#### 日常生活の手助け

#### ■訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーが利用者の自宅を訪問し、食事・排泄・入浴などの身体介護や、掃除・洗濯・調理などの生活援助を行います。

#### 短期間施設に泊まる

#### ■短期入所生活介護（ショートステイ）

数日間家族の介護の手を休めたい・事情により家庭で介護を受けられない時などに、福祉施設に短期間入所し、食事・入浴・排泄など日常生活上の支援が受けられます。

#### 施設に通う

#### ■通所介護

通所介護施設で食事・入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のための支援を日帰りで行います。

#### 介護の環境を整える

#### ■福祉用具の貸与・販売

日常生活の自立を助けるための車いすや特殊寝台、歩行器など、福祉用具を貸与・販売します。

### 施設サービス

#### 施設に入所する

#### ■介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

寝たきりや認知症などにより、日常生活において常時介護が必要で自宅では介護が困難なかたが入所し、食事・入浴などの日常生活介護や療養上のサービスを受けられます。

### 一般介護予防事業

一般介護予防事業は、65歳以上の全てのかたが参加できます。運動や趣味活動など日常生活における取組が認知症（認知機能の低下）予防に繋がる可能性が高いと考えられていますので、みなさんもぜひ参加してみませんか？開催日時は町広報や町HPなどに掲載しています。日時や内容が変更になる場合もありますので、参加をご希望されるかたは事前にお問い合わせください。（TEL 36-5511）

#### 通いの場



#### よいとこ体操



男性料理教室