



9月は認知症月間 9月21日は認知症の日

# 認知症になっても

# 安心して暮らすために

地域包括ケア推進室 ☎22913294 ☎22913334

## 認知症を理解しましょう

認知症とは、脳の細胞の働きが悪くなり、記憶力や判断力が低下して日常生活に支障が出る状態のことを指します。早く気づき適切な対策や治療をすることで、症状を改善したり、進行を緩やかにしたりすることができます。

発症率は高齢になるほど高くなりますが、うつ病や、せん妄、甲状腺機能低下症など、認知症とよく似た状態を引き起こす病気もあるため、早期に適切な診断を受けることが大切です。

## 違いを知りましょう

### 加齢による物忘れ

□ 体験したことの一部を忘れる

例 朝食を食べたことは覚えているがメニューが思い出せない

- 物忘れの自覚がある
- 症状の進行は極めて遅い

### 認知症による物忘れ

□ 体験したことの全てを忘れている

例 朝食を食べたこと自体を忘れている

- 物忘れの自覚がない  
(初期には自覚があることもある)
- 症状が進行する

## 認知症支援のための取り組み

昨年施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」では、認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になっても一人一人ができることや、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間とつながりながら希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという「新しい認知症観」が示されました。津市でも、認知症の人が尊厳と希望を持って暮らせる地域の実現に向けて、さまざまな取り組みを進めています。

### 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「応援者」を養成する講座で、5人以上の団体を対象に実施しています。

### 認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講した人が、チームオレンジの一員として活動するための学びの場として、定期的を実施しています。

### チームオレンジ・あしたば

認知症サポーター養成講座の開催、認知症の人への個別支援(話し相手等)、認知症カフェへの参加など、認知症について正しい知識を持ち、認知症の人やその家族が安心して暮らせる地域づくりを目指し活動しています。

受講修了者には  
オレンジリングを配布



スーパーでの広報活動



街頭での啓発活動



認知症サポーター養成講座