誰でも発症する可能性のある認知症。大変な病気だからこそ、不安になり、悩みます。分からないことや不安を誰かに話すことで、気持ちが楽になったり、安心できたりします。
あなたの思いや家族の思いを聞き、寄り添う人がいます。
ひとりで抱え込まず、誰かに話してみませんか。

―特集―

認知症に寄り添う

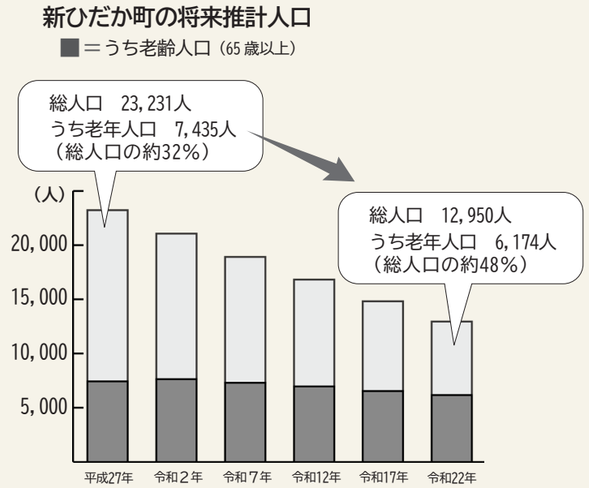
認知症は、さまざまな原因で脳の細胞が死んだり、働きが悪くなったため、記憶力や判断力の低下などさまざまな障がいが起こり、社会生活や対人関係など日常生活に支障が出ている状態をいいます。

現在、急速に進む少子高齢化社会の中で、国内の認知症高齢者数は令和７年には認知症高齢者数が1，７００万人を超え、65歳以上の高齢者のうち5人に1人が認知症になると推計されています。新ひだか町でも令和７年には認知症高齢者数が1，５００人に達する見込みで、認知症は自分自身や大切な人にも関わってくる身近な病気です。

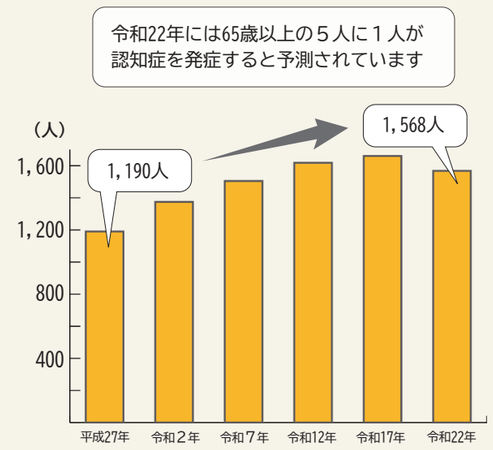
認知症の方も、そのご家族も、安心して地域で暮らせるために、適切な治療や支援が大切です。

2015年（平成27年） ▶▶▶▶ 2040年（令和22年） 高齢者の５人に１人は・・・

新ひだか町の将来推計人口



新ひだか町の認知症高齢者数の将来推計



＼ 認知症サポート医 ／

臼井先生から学ぶ 認知症

臼井鉄郎（てつお）医師（精神科医）

平成25年４月より石井病院に勤務され、認知症サポート医として地域の認知症患者やご家族に寄り添いながら相談、治療などを行っている臼井先生に、認知症について伺いました。

早期発見の重要性

現段階で認知症自体を治すことはできませんが、治療により進行を緩やかにすることができます。

また、早期発見により、治療や支援などを医師や専門員に相談することで、本人や家族の心身の負担を減らすことができ、それぞれが自分らしく生活できる一助になり得ます。

認知症治療

薬による治療（薬物療法）と薬を使わない治療（非薬物療法）があります。

薬による治療は、記憶障がいなどの中核症状[※1]の進行を遅らせたり、暴言や妄想など周辺症状[※2]の改善に効果があります。

薬を使わない治療では、リハビリテーションなどのプログラムへの参加など人と関わることで、脳が活性化され認知機能の改善が期待されます。

発症後に大切なこと

糖尿病などの基礎疾患が悪化し、入院になると環境が変わり、治療のストレスから認知症の症状が進行したり、転倒による骨折が寝たきりにつながるので、身体管理は重要です。

関わり方では、記憶力や理解力が低下し、注意力が持続できなくなるので、伝えたいことは手短に、なるべく簡単に、ゆっくり話すことが大切です。

また、本人はできないことに不安になったり、自信がなくなっていることもあり、役割を持ってもらうことも大切ですが、できないことは無理させないようにすることも大切です。

また、日常生活の中で自分自身が違和感を感じたり、家族がその人の様子に違和感を感じたときは相談しましょう。

いつも、ご本人やご家族には「健康第一、みんなとお話してニコニコして過ごしてください」と話しており、認知症の方が住み慣れた地域で少しでも長く暮らしていただきたいと思っています。

サポート医として伝えたいこと

認知症は大変な病気で、誰もがなる可能性もあるため、高齢の方などは定期的に検査を受けることが大切です。

チェック！　認知症の初期症状

①同じことを何回も話す・尋ねる
②物の置き忘れが増え、よく捜し物をする
③以前はできた料理や買い物に手間取る
④お金の管理ができない
⑤ニュースなど周りの出来事に関心がない
⑥意欲がなく、趣味・活動をやめた
⑦怒りっぽくなった、疑い深くなった

【用語説明】

中核症状 ※1
記憶障がいや見当識の低下、失語、理解・判断力の低下などがあります。

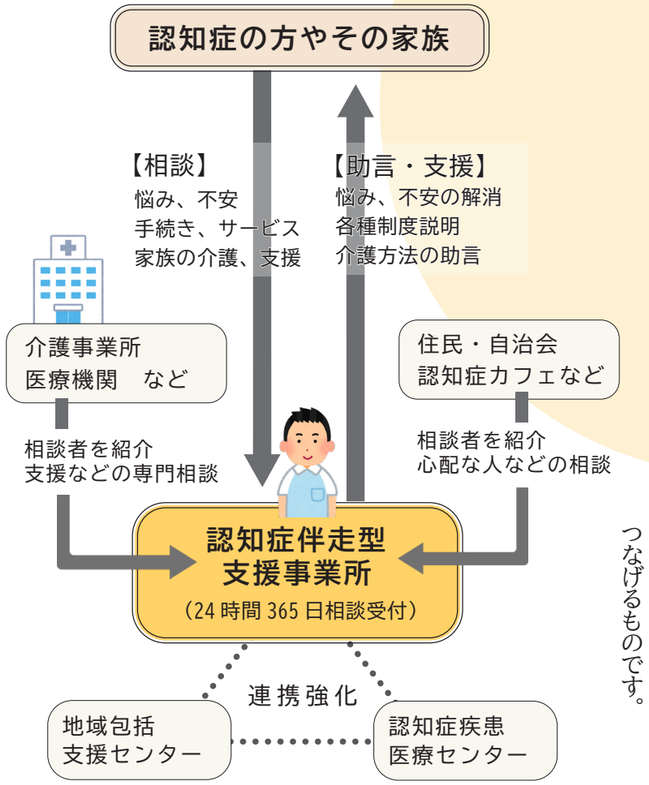
周辺症状 ※2
暴言・暴力、徘徊、妄想、幻覚、抑うつなどの症状があります。

認知症伴走型支援事業

町では、令和5年4月より認知症に関する相談支援を行う認知症伴走型支援事業を行っています。

この事業では、日頃よりグループホームで認知症支援に取り組んでいる認知症ケアの専門職員が伴走者として寄り添い、認知症の方やその家族を継続的に支えます。

～認知症伴走型支援事業のイメージ～



伴走型支援

「伴走型支援」とは、認知症の方が住み慣れた地域で自分に合った生活が送れるように、認知症ケアの専門職員が本人やその家族と早い段階から関わり、物忘れや理解・判断力の低下などの症状の変化や、それに伴う日常生活での支障について、その都度相談に乗り、適切なサービスや治療につなげるものです。

地域で支える認知症サポート

地域包括支援センター

65歳以上の高齢者とそのご家族が、住み慣れた町で安心して暮らせるように、認知症や健康管理、介護に関する相談や介護保険、各種サービスに関することなど、専門職員がチームとなって総合的な支援を行っています。

認知症サポーター養成講座

町では認知症についての理解を深め、認知症の方やその家族を応援する認知症サポーターを養成する講座を開催しています。受講後にはサポーターの証であるオレンジリングをお渡しします。

成年後見制度利用支援

成年後見制度の利用が必要と思われる高齢者の親族などに対し、制度の説明や申立て支援を行っています。また、低所得に対し、申立ての経費や成年後見人などへの報酬の助成も行っています。

認知症疾患医療センター

認知症に関する診断や初期対応、専門医療相談を行うほか、地域包括支援センターや関係機関との連携を図るなど、地域における認知症医療の拠点。

日高管内では石井病院が指定されています。

- 最近、物忘れが多いけど…　相談しにくいし、病院にも行きたくない…
- 親が心配だけど、どうしたらよいのかわからない…
- 認知症ってどんな病気？ 詳しく知りたい

いつでも気軽に相談

電話でもよし、病院、買い物ついでに立ち寄るもよし！

抱え込まずに聞かせてください

専門的な知識と経験を持った認知症ケアの専門職員が、皆さんに寄り添い、一緒に不安や悩みを解消します。

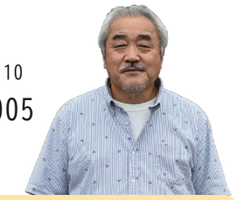
認知症に関する相談は、病院や地域包括支援センター、認知症グループホームなどでも受けていますが、伴走型支援では24時間365日相談を受け付けています。

認知症がすでに進行してしまって単身での生活が難しく、家族だけで介護するのも難しい状況になってしまってから相談を受けることが多いですが、本人や家族が安心して生活を送るためには早い段階から専門職員に相談し、症状に合わせた適切な治療やサポートを受けることが大切です。

「この程度で相談してもいいのか」、「家族で何とかしなければ」、「誰かに認知症と知られるのが恥ずかしい」などと考えず、心配なことや気になることがあるときは気軽に何でも相談してください。

私たちがお話を伺います！

静内神森248番地の10
TEL 080-8299-5005
（相談専用番号）



合同会社しずない介護サービス

静内旭町1丁目30番地29号
TEL 43-3388
43-3310

グループホームひまわり

静内青柳町1丁目10番3号
TEL 080-9897-2719

認知症伴走型支援事業受託事業者
さ・ふ・ゆ

認知症の人と共に暮らすまちづくり研修会

認知症を発症したご本人から、ご自身の生活や病気への思いなどを聞くことができる研修会です。ぜひ、ご参加ください。

※詳しくは、今月号の情報ボックス（P18）を確認ください。

認知症サポート医

認知症の診療に習熟し、かかりつけ医への助言やそのほかの支援、地域包括支援センターなど関係機関との連携推進を行っています。

町の認知症サポート医
- 臼井医師（石井病院）
- 小松医師（町立静内病院）
- 八木橋医師（三石国保病院）

集いの場

認知症予防や悪化防止、住民同士の交流などを目的に「認知症カフェ」や「地域サロン」などが開催されています。

【集いの場一覧】
町公式ホームページ

認知症カフェの様子

認知症ケアパス

保健福祉センターでもらえるよ！

認知症の基本情報や相談先などの紹介のほか、認知症発症予防から症状に応じた対応方法などの流れが書かれたパンフレットです。