

認知症の基礎知識

「老化によるもの忘れ」と「認知症」の違い

食べた内容を覚えていない

老化によるもの忘れ

食べたこと自体を覚えていない

認知症の可能性？



歳をとると誰でももの忘れは生じますが、例えば食べた食事の内容を覚えていないのは単なるもの忘れであり、食べたこと自体を覚えていないのは認知症の疑いとなります。

「おや？」と思ったら…

病院には早めの受診をお勧めします

認知症とは脳の神経細胞がいろいろな原因で死んでしまったり、働きが悪くなったりしてさまざまな障害が起こり、生活をする上で支障がでている状態を指します。

早いうちに診断を受けることは、これからも自分らしく生きるために大切なことです。

かかりつけ医がある場合には最初にかかりつけ医に相談し、専門の医療機関を紹介していただきましょう。



～認知症には4つの代表的なタイプの認知症があります～

アルツハイマー型認知症

レビー小体型認知症

血管性認知症

前頭側頭型認知症

認知症本人との接し方

本人の気持ちを大事にしてできることを奪わない取り組みを

基本姿勢

①驚かせない ②急がせない ③プライドを傷つけない

認知症本人を支援しようとあせらずに、まずはコミュニケーションを深め、関係を築くことが大切になります。できることは本人にしてもらい、もっている力を低下させない周りの方のご協力が必要となります。

具体的な対応の7つのポイント

まずは見守る

→さりげなく様子を見守ってできないことだけを支援します。

余裕をもって対応する

→こちらが焦ってしまうと、相手にも伝わってしまいます。

声をかけるときは一人で

→複数で取り囲むと恐怖心をあおるので、できるだけ一人で声をかけます。

後ろから声をかけない

→「何かお困りですか」「どうなさいますか」などと声をかけます。

相手に目線を合わせてやさしい口調で

→目線を同じ高さで話をするとうちが安心します。

おだやかに、はっきりとした話し方で

→高齢者は耳が聞こえにくい人も多いため、ゆっくりはっきりと話します。

相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

→認知症を患うと同時に複数の問いに答えるのが苦手になります。



認知症に関する相談窓口

○志摩市役所 介護・総合相談支援課 (志摩市地域包括支援センター)

【担当地区: 阿児町・大王町・志摩町】

電話: 44-0284 FAX: 44-5260

○浜島・磯部地域包括支援センター

【担当地区: 浜島町・磯部町】

電話: 68-2211 FAX: 68-7755

○三重県認知症コールセンター

(月～土 10:00～18:00、水・祝日及び年末年始は休業)

電話: 059-235-4165

○若年性認知症コーディネーター 電話相談

(月～金 10:00～17:00、祝日及び年末年始は休業)

電話: 090-5459-0960



志摩市

認知症サポートガイド

～「みとめ”あい”」認知症とともに暮らすために～

認知症
ケアパス



このサポートガイドは、認知症の基礎知識や志摩市のいろいろな制度やサービスの情報をまとめたものです。認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるまちをめざします。

志摩市 介護・総合相談支援課
(志摩市地域包括支援センター)