



認知症になっても 安心して暮らせるまちへ

問い合わせ 西区 健康福祉課 地域福祉・高齢介護グループ (☎025-264-7330)

超高齢社会の中で、認知症は誰もが関わる身近なものです。今号では、認知症の予防・緩和や支援につながるための事業のほか、さまざまな団体の取り組みを紹介します。

認知症は他人事ではありません

認知症とは？

認知症は、さまざまな原因で脳の細胞が壊れたり衰えたりすることで、脳の働きが悪くなり、日常生活に支障をきたしている状態のことです。

「老化によるもの忘れ」と「認知症による記憶障がい」の違い

老化によるもの忘れ

- 体験の一部を忘れる
- 忘れたことを自覚している
- ⇒日常生活に支障はない

認知症による記憶障がい

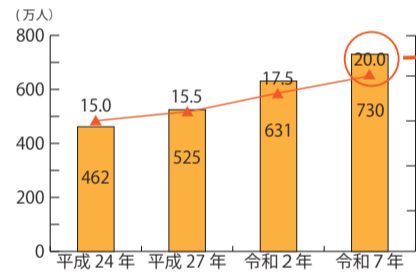
- 体験そのものを忘れる
- 忘れたことが自覚できない
- ⇒日常生活に支障をきたす



3年後には、高齢者の5人に1人が認知症に!?

65歳以上の高齢者のうち、平成24年では約7人に1人が認知症でしたが、令和7年には約5人に1人が認知症になる見込みです。

65歳以上の認知症患者数推定と推定有病率 (各年齢層の認知症有病率が平成24年以降も上昇すると仮定した場合)



出典：平成29年版高齢社会白書(内閣府)

早期発見・受診・治療が大切です

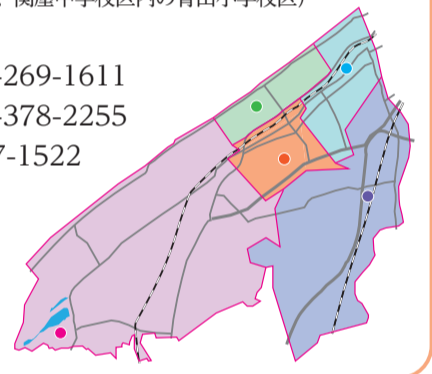
認知症の早期発見・受診・治療は他の病気と同じようにとても重要です。早期発見により、症状が軽いうちに本人や家族が病気と向き合い、話し合うことや、生活への備えができます。また、早期受診・治療により、進行を遅らせるなど、改善できることがあります。

認知症かなと思ったら・・・

まずは、かかりつけ医に相談してください。必要に応じ、適切な病院を紹介してもらえます。また、地域包括支援センターでは認知症の人の相談や認知症予防サービスの紹介を行っています。

地域包括支援センターへ気軽にご相談ください

- 小針・小針圏域(小針中・小針中学校区、関屋中学校区内の青山小学校区) ☎025-201-1351
- 坂井輪圏域(坂井輪中学校区) ☎025-269-1611
- 五十嵐圏域(五十嵐中学校区) ☎025-378-2255
- 黒埼圏域(黒埼中学校区) ☎025-377-1522
- 内野・赤塚・中野小屋圏域 (内野中・赤塚中・中野小屋中学校区) ☎025-264-3377



NEW 認知症の検査・予防セミナーを実施します

令和4年度特色ある区づくり事業では、JA新潟厚生連新潟医療センターに委託して認知症の検査と予防セミナーを実施します。

申し込み 新潟医療センター予約専用番号 ☎025-232-0126 受付時間：午後3時～4時(土日祝日除く)

認知症の検査

簡易的な認知機能検査(改訂長谷川式簡易知能評価スケール)を行い、「認知症」「軽度認知障害(MCI)」「正常」のいずれかの測定を行います。

どんな検査をするの？ 少し紹介します

認知症の早期発見を目的に開発された「改訂長谷川式簡易知能評価スケール」を行います。所要時間が約10分で、少ない負担で検査ができます。その検査の一部を紹介します。



年齢はいくつですか？

2年までの誤差は正解です

今いるところはどこですか？

自発的に答えられるか？

期間 令和4年9月～令和5年2月の月曜～金曜 午後1時30分～4時 (1人15分程度)

会場 新潟医療センター(小針3)

対象 西区在住の令和5年3月31日までに65歳以上になる人で、医療機関で認知症の診断を受けたことがない人 各日先着10人

料金 無料(追加の精査、治療などにより別途費用がかかる場合あり)

認知症予防セミナー

認知症予防や生活様式の提案など、1回につき5つのテーマのセミナーを無料で開催します。どなたでも参加できます。

専門職によるセミナーです

各テーマに合わせて、専門職による各15分のセミナーを連続で行います。

認知症になりにくい生活習慣を学びませんか？



セミナー内容

- 認知症ミニ講座と生活様式の提案 講 医師、認定看護師
- 健康運動の具体的な指導 講 理学・作業療法士
- 脳の健康を守る食事内容の指導 講 管理栄養士
- 口内の清潔と食べ方講座 講 歯科医師、歯科衛生士
- 高齢者の心の持ち方のアドバイス 講 公認心理師、認定看護師

公認心理師 高林静佳さん

期間 令和4年9月～令和5年3月の第1・3金曜 午後3時30分～5時 (9月2日、3月17日は除く)

会場 小針青山公民館2階大会議室

※駐車場は新潟医療センターをご利用ください

対象 各回80人(応募多数の場合、認知症検査受診者を優先の上、抽選)



認知症の予防、早期発見・受診・治療の大切さを多くの人に知ってもらうための検査と予防セミナーです。この機会にぜひ、認知症について、考えてみてください。

JA新潟厚生連 新潟医療センター 病院長 吉澤弘久先生

○今号掲載の情報は8月10日時点のものです。新型コロナウイルスの感染状況により催し等中止する場合があります。開催状況はそれぞれの問い合わせ先までご確認ください

○催しに参加する場合は、それぞれで実施される感染対策を確認し、徹底をお願いします