

知ってほしい「認知症」のこと



認知症になっても安心して暮らし続けていくためには、私たち一人ひとりが認知症について理解を深め、「自分ごと」として捉えることが大切です。

問い合わせ 介護高齢福祉課（市庁舎1階、☎65・4145）

▲認知症サポーターキャラバンのマスコット「ロバ隊長」

認知症とは

認知症とは、さまざまな原因で認知機能が低下し、日常生活や社会生活における支障が6カ月以上継続している状態をいいます。2022年の推計^{※1}では、65歳以上の約3.6人に1人が認知症または予備群と言われており、誰にでも起こりうる身近な病気です。

認知症は早期発見・早期対応が大切です。右の「認知症チェックリスト」で3つ以上当てはまる場合は、かかりつけ医に相談してみましょう。

「認知症チェックリスト^{※2}」（目安であり、認知症の診断をするものではありません）

- ☐ 同じことを言ったり聞いたりする
- ☐ 物の名前が出てこなくなった
- ☐ 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
- ☐ 以前はあった関心や興味が失われた
- ☐ だらしなくなった
- ☐ 日課をしなくなった
- ☐ 時間や場所の感覚が不確かになった
- ☐ 慣れた場所で道に迷った
- ☐ 財布などを盗まれたと言う
- ☐ ささいなことで怒りっぽくなった
- ☐ 蛇口・ガス栓の閉め忘れや、火の用心ができなくなった
- ☐ 複雑なテレビドラマが理解できない
- ☐ 夜中に急に起きだして騒いだ



認知症になったら
どうしよう？

認知症の人を
支えることになったら？

もしもに備えて、認知症を正しく理解しよう

周りの人の理解やサポートによって、認知症を抱えながらも以前と変わらない生活を続けている人もいます。適切に対応するためには、まず認知症について正しく理解しましょう。

認知症を知る① 認知症ガイドブック

認知症の基礎知識や、症状の進行に合わせて受けられる医療、生活支援サービスなどを掲載しています。介護高齢福祉課、地域包括支援センターなどでの配布のほか、市ホームページに掲載しています。

市ホームページID.1004994



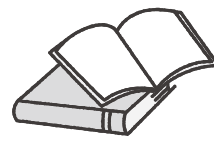
認知症を知る② 世界アルツハイマー月間

国際アルツハイマー病協会が、毎年9月に世界中で認知症の啓発活動を行っています。帯広市でもこれに合わせ、認知症についての周知・啓発に取り組んでいます。

市ホームページID.1004992

図書特設コーナー

期間 9月2日(火)～21日(日)
場所 図書館（西2南14）



認知症啓発パネル展

期間 9月8日(月)～16日(火)
場所 市民ホール（市庁舎1階）



認知症を知る③ 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症の人とその家族を見守る応援者です。養成講座では、具体的な症状や認知症の人との接し方などを学びます。市民または市内に通学・通勤している人であれば、誰でも受講できます。

令和7年度の実施予定

参加無料

開催日時	場 所
9月11日(木)、18時30分～20時	図書館（西2南14）
11月27日(木)、14時～15時30分	啓北コミセン（西13北2）
翌年2月24日(火)、14時～15時30分	西福祉センター（西23南1）

申し込み

各開催日の2日前までに、介護高齢福祉課へ電話するか、WEBフォームから申し込みください。



「仕事で接客時に、認知症かな？と思うお客さんが増えた」などということはありませんか？
接遇を向上させたい企業や団体単位での申し込みもお待ちしています。
詳しくはお問い合わせください。



認知症カフェに行ってみよう



認知症カフェは、自身や家族が認知症である人や、「そういう年頃だから」と気になっている人など、認知症の有無に関わらず、誰でも認知症に関する情報交換などができる場所です。

認知症サポーターや専門職のスタッフもいるので、認知症に関する相談も可能です。詳しくは市ホームページを確認してください。

市ホームページID.1014801

認知症カフェ「にこにこカフェ」▶



参加者の声

物忘れが増えてきた妻と、昨年から参加をしています。
現在通っている認知症カフェでは、妻の趣味である編み物を他の参加者へ教える機会があり、「何を教えようか」「どんな毛糸を使おうか」と準備している時の妻は楽しそうでした。
参加者の皆さんと話せるほか、簡単な体操や講話もあり、妻も認知症カフェを楽しみにしていて、毎月通っています。



※1 国立大学法人 九州大学「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究 報告書」より

※2 愛知県・国立研究開発法人国立長寿医療研究センター「認知症チェックリスト」より