



認知症看護認定看護師
飯島 久仁絵さん

安曇野赤十字病院に勤務。2016年、同病院で認知症ケアチームの立ち上げにかかわる。市民公開講座「認知症市民フォーラム」の講師を務めるなど、地域住民や医療関係者に認知症の人への対応を広く伝える活動を行っている。

以上に孤独で不安な状態です。そのため、不可解な行動をとることがあり、困った行動をとる人と誤解されることがあります。認知症を抱える人が、どんな想いで苦しみ、辛さを感じているのか、周りで生活している私たちが想像し、理解し、安心して過ごせる環境を整えることが必要になります。

認知症の人が感じている「点」と「線」を、周りにいる私たちが一つ一つ結び、一本の「線」につなげることで、安心して過ごせる生活の支援ができるのではと考え

早い対応と支援が大切

ています。

認知症の人の推計人数

団塊の世代が75歳以上となる2025年には、65歳以上の高齢者の約5人に1人が認知症であると予想されます。（下表：厚生労働省で示された推計人数を安曇野市に当てはめた場合の人数）

2012年

割合	高齢者の約7人に1人
国	約462万人
安曇野市	約4,000人

2025年

割合	高齢者の約5人に1人
国	約700万人
安曇野市	約5,800人

「加齢による物忘れ」と「認知症による記憶障害」の違い

認知症は早期発見がとても大切です。現在はさまざまな支援体制があり、本人や家族にかかる負担を減らすことができます。異変を感じたら、かかりつけ医や地域包括支援センターへご相談ください。

加齢による物忘れ

- ・体験の一部を忘れる
- ・忘れていた自覚がある
- ・ヒントをもらえば思い出すこともある



認知症による物忘れ

- ・体験したこと自体忘れる
- ・忘れていた自覚がない
- ・答えを聞いてもピンとこない

誰にでも起こりうる脳の病気

5人に1人の時代へ

2025年、全国の65歳以上の5人に1人は認知症を患うと予想されています。また、市の高齢化率は30%を超えました。もはや、認知症は国を挙げて対応すべき社会問題として捉えられ、地域全体で支える時代が来ています。

今という「点」しかない状態

普段の生活の中で、さつきまでしようとしていたことが思い出せなかったり、昔好きだった芸能人の名前が出てこなかったりするとはあります。これは一時的な物

忘れなので、何かヒントがあったり、考え直すうちに思い出すことができます。しかし、認知症になると、たった今やっていたことすら覚えられません。思い出すことも困難です。そして、物事を順序立てて計画したり、実行したりすることが難しくなります。

認知症の人にとっては、記憶の障がいがあるために少し前のことも忘れてしまう「過去の喪失」と、これからやりたいことをどうやっていいのかわからない「未来の喪失」の世界で、「今」という点でしか自分を感じることができない状態が続くのです。これは、想像

抱え込まずに ご相談ください

認知症に関することで困ったことや心配なことは、お近くの地域包括支援センターへご相談ください。適切な機関と連携を図り、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面からサポートします。

例えば、こんな支援・・・

- 「チェックシート」などを用いて現状を把握し、状態に応じた対応方法をご案内します。
- 認知症の人や家族に対して、「認知症初期集中支援チーム」が、初期支援を集中的に行い、自立生活をサポートします。

相談内容	主な窓口	電話番号
認知症に関する相談	中央地域包括支援センター (市役所本庁舎1階西側) ★豊科・明科地域担当	72・9986
	北部地域包括支援センター (市役所穂高支所内) ★穂高地域担当	81・0760
	南部地域包括支援センター (市役所三郷支所内) ★三郷・堀金地域担当	77・4007

支え合いの地域づくりを目指して

安曇野市長 宮澤宗弘



認知症になっても住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けられる市を目指し、医療、介護、地域と連携し、さまざまな取り組みを進めています。その一つとして、本年2月には関係する市内13団体と高齢者などの見守り活動に関する連携協定を締結しました。皆さまと共に、支え合いの地域づくりを進めてまいります。