

認知症になっても人生を 楽しめよう

◆65歳以上の5人に1人が
認知症に

認知症は誰でもなりうる病です。認知症を正しく理解していくことが、自身の「人生」を充実させていくことにつながります。

日本における65歳以上の認知症の人の数は、2012年は約460万人、2020年は約600万人、2025年には約700万人（高齢者の5人に1人）が認知症になると予測されています。

◆認知症とは
認知症は脳の病気や障がいなどが原因で認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出る状態をいいます。認知症にはいくつかの種類があり、アルツハイマー型認知症や血管性認知症が有名です。

また、若くても脳血管障がいやアルツハイマー型認知症のために症状が現れることがあります。65歳未満で発症した認知症を若年性認知症といい、3万5700人の若年性認知症患者がいると推計されています。

▼アルツハイマー型認知症

認知症の中で最も多く、脳神経が変性して脳の一部が委縮して

く過程で起こる認知症です。症状はもの忘れで発症することが多く、ゆつくりと進行します。

▼血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの脳血管障がいにより発症します。障がいさされた脳の部位によつて症状が異なるため、一部の認知機能は保たれる「まだら認知症」が特徴です。症状はゆつくり進行することもあります。段階的に急速に進む場合もあります。

▼レビー小体型認知症

現実には見えないものが見える幻視や、手足が震えたり歩幅が小刻みになって転びやすくなるといった症状（パーキンソン症状）が現れる認知症です。

▼前頭側頭葉型認知症

スムーズに言葉が出てこない、言い間違いが多い、感情の抑制がきかなくなる、社会のルールを守れなくなるといった症状が特徴的

です。

◆認知症を早期に発見・対応するために

認知症は、脳梗塞や脳出血を原因とする血管性認知症のように突然発症することもあります。多くの場合は軽度認知障害（MCI）という状態を経過した後、認知症に移行することが指摘されています。

軽度認知障害とは、認知症のように普段の生活に支障をきたすほどではないものの、記憶などの能力が低下し、正常とも認知症ともいえない状態のことをいいます。

軽度認知障害患者のすべてが認知症になるわけではありませんが、この段階から運動や食生活の見直しなどの予防的行動を開始することで認知症への進行を遅らせることが期待されています。

また、認知症ではなさそうだと思うても、以前よりも忘れが増えたり、もの忘れの程度が同年齢の人に比べてやや強いと感じたら、専門医を受診することも早期発見・対応につながります。

▼認知症に関する相談先

甲佐町地域包括支援センター

（☎096・234・1114）

では、月1回、認知症疾患医療センターの相談員を交えた「認知症についての相談会」を開催しています。気軽に相談ください。

健康だより

認知症

このコーナーでは、町職員である保健師、管理栄養士、社会福祉士などが、健康や福祉、介護などに関する情報をリレー形式でご紹介します。



今月の紹介者は

岩永 一寿 社会福祉士

あなたやご家族が認知症になってしまった時どうしますか。甲佐町地域包括支援センターでは、毎月開催する相談会を通して、専門医の紹介や受診方法、利用可能なサービス案内の助言を行っています。ぜひご活用ください。

Smile

わが家の“笑顔”をご紹介します

★お子さんの成長の記念として、“笑顔”の写真を『広報こうさ』紙面に飾ってみませんか？写真掲載のお申し込みは、町総合保健福祉センターまで。

●お子さんの“笑顔”の写真掲載に関するお申し込み・お問い合わせ先
町健康推進課
(町総合保健福祉センター内)
☎096-235-8711

1・2月の保健活動

●会場 町総合保健福祉センター

+ 4か月児健診

1月20日(木) 午前9時

2月17日(木) 午前9時

+ 7か月児健診

1月17日(木) 午前10時

2月17日(木) 午前10時

+ ピカピカ 1歳教室

2月4日(金) 午前9時20分

+ 1歳6か月児健診

1月11日(火) 午後1時

+ すくすく 2歳児子育て相談

2月18日(金) 午前9時20分

+ 3歳児健診

1月11日(火) 午後1時20分

Child-Care

1月の子育て支援カレンダー

○ 甲佐保育園

☎096-234-0186

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 若草保育園

☎096-234-0013

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 竜野保育園

☎096-234-0519

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 乙女保育園

☎096-234-3947

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 緑川保育所

☎096-234-0789

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 甲佐町子育て支援センター

(竜野保育園内) ☎096-234-0305

5日(水) 福笑い遊び

7日(金) 凧を作ろう

12日(水) 新聞紙遊び(でこぼこワールド)

14日(金) こまを回して遊ぼう/就労無料相談会

17日(月) 坂道コロコロ遊び

19日(水) 園のお誕生日会を見学しよう

21日(金) 製作(節分)

24日(月) おわんでジャー

26日(水) おやつ作り(変更あり)

28日(金) 風船遊び

31日(月) 園内散歩

育児相談(電話・面接)
月～金曜日 午前9時30分～午後4時
体験保育
月・水・金曜日 午前9時30分～正午

●健康や福祉、介護、健康診断などに関するご相談・お問い合わせ先

・町健康推進課
(町総合保健福祉センター内)

☎096-235-8711

・町福祉課

☎096-234-1114

・町住民生活課

☎096-234-1113

●行事などに関する詳しい内容は、各園に直接お問い合わせください。