

# みんなでも知ろう認知症のこと！

認知症の方が全国で約500万人を超え、65歳以上の高齢者の約7人に1人が認知症と推計されています。認知症は誰もがなる可能性があり、ご家族や身近な人が認知症になることなどを含め、多くの方に認知症とは何かを知っていただくことが重要となっています。

認知症になっても安心して暮らせる社会を目指し、市ではさまざまな事業を行っています。

## ◆ 認知症って???

認知症は、さまざまな病気によって起こる症状や状態の総称です。いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、脳の働きに不都合が生じたり、さまざまな障がいや生活する上で支障がでている状態をいいます。

主な症状として、数分前の記憶が残らない、知っている場所でも道に迷う、計画を立てて段取りをすることができなくなるなどがあります。

## ◆ 「老化による物忘れ」と「認知症の記憶障がい」は違います

老化による物忘れは、例えば、お昼に何を食べたか忘れてしまってもきっかけがあれば内容を思い出せます。認知症の記憶障がいは、食べたこと自体を忘れてしまいます。

## ◆ 認知症の方は何も分からない、できないのではありません

症状や進行スピードは一人一人違います。周りの声掛けなどのサポートや理解があることで、今までの生活を続けることができる方もいます。

## 知ろう

認知症のことを理解し、一人一人が温かい見守りをするのが認知症の方の「力」になります!!

### 認知症サポーターになりませんか!

認知症サポーターは、「何か」特別なことをする人ではありません。認知症を正しく理解し、偏見をもたず、認知症の方やその家族を温かく見守ることがスタートです。

自治会、企業、学校などで10人程度の集まりがあれば、出前講座を行いますので、お申し込みください。講座の時間は60～90分程度で、受講された方には、オレンジリング（認知症サポーターの証）をお配りしています。



### 認知症ブックフェア(9月末まで)

市内各図書館・図書室で認知症関連の書籍をピックアップして展示しています。認知症の方が書いた書籍、介護家族の体験記、社会問題、新しい視点での取り組みなど、この機会に各図書館を巡って、手に取ってみてください!



認知症サポーターキャラバン  
マスコット「ロバ隊長」