

「認知症」一人で悩まないで



「認知症」は病名ではなく、特有の症状や状態を総称する言葉です。もし認知症だと診断されても、その日からすべてを忘れてしまうわけではありません。少しずつ進行する認知症とうまく付き合っていくためにも、一人で悩まず相談してください。

「認知症」と「もの忘れ」

「認知症」の代表的な症状の一つに「もの忘れ」があります。加齢によるもの忘れと認知症によるもの忘れには、大きな違いがあります。

加齢によるもの忘れの典型例は「つい約束の時間を忘れてしまった」「爪切りをどこにしまったのか忘れた」などが挙げられます。これは、約束をしていたこと、爪切りをどこかにしまったことは覚えており、本人に忘れたという自覚がある状態です。

一方、認知症によるもの忘れの場合は、約束したことや、爪切りをしまったこと自体を忘れてしまうため、本人に忘れたという自覚がありません。このように、加齢によるもの忘れが体験したことの一部のみを忘れるのに対して、認知症によるもの忘れは体験したことそのものを忘れてしまうのです。

厚生労働省の発表によると、

団塊の世代が75歳以上となる2025年には、700万人前後、つまり高齢者の5人に1人に認知症の症状が現れるといわれています。

そのため、これからは血縁に認知症のかたがいない人が方が珍しい時代になっていくことが考えられます。板倉町に置き換えると、約960人に認知症の症状が現れることとなります。

認知症を自分や家族、周囲の人がいつなるかわからない症状として捉え、認知症になっても安心して暮らしていく社会を作っていくことが大切です。

相談できる場所があります

次のページでは、認知症に関して相談できる場を紹介いたします。自分のこと、家族のこと、認知症のこと、介護サービスのこと。そこには専門家がいて、あなたの相談を待っています。

一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

オレンジカフェ 社協

日時 毎月第2木曜日 午後1時30分～3時
(時間内の出入りは自由です)
場所 福祉センター学習室(大字板倉3411-1417)
費用 100円
コーヒー、紅茶おかわり自由、お菓子付き
問合せ 板倉町社会福祉協議会 ☎82-3900

りんどうカフェ

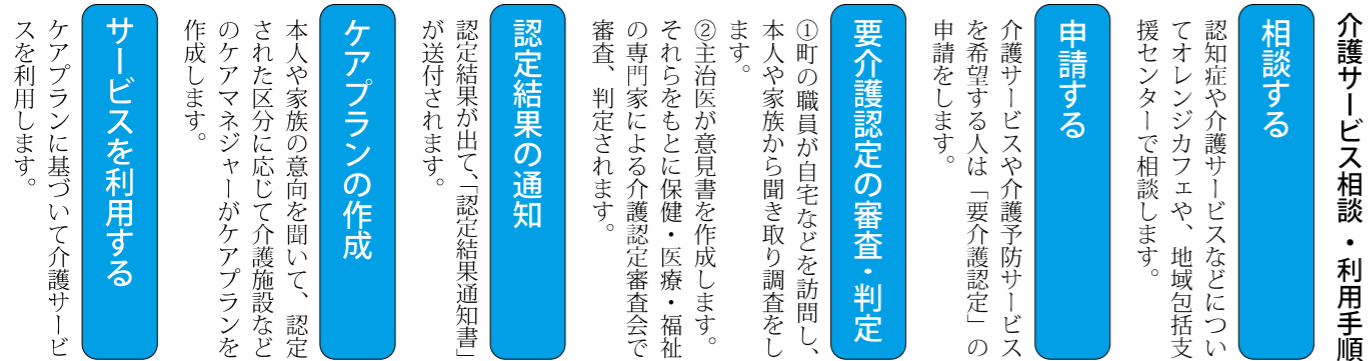
日時 毎月第3月曜日 午後1時30分～3時
(時間内の出入りは自由です)
場所 グループホームりんどう喫茶室
(大字細谷202)
費用 無料
問合せ 在宅介護支援センター(ミモザ荘内)
☎77-2550

うたごえカフェ

日時 毎月第4火曜日 午後1時30分～3時
(時間内の出入りは自由です)
場所 めぐグループホーム板倉
(大字大高嶋1733-11)
費用 無料
問合せ めぐグループホーム板倉
☎70-4187

町内には気軽に相談、楽しくおしゃべりもできる「オレンジカフェ」があります。専門職がいるので、認知症や介護の相談もできます。おいしいお茶やコーヒー、お菓子を楽しみながら「ちょっと聞きたい」「ちょっと知りたい」がかなう場です。まずはのぞいてみてください。予約は不要です。
問合せ 板倉町地域包括支援センター ☎82-6135

※カフェの日程は都合により変更となる場合があります。



困ったときは、板倉町地域包括支援センターへ

地域包括支援センターは、健康、生活、財産、権利などさまざまな面から、地域で暮らす高齢者の皆さんの生活を支えるための拠点です。皆さんが住み慣れた地域で安心して健やかに暮らせるよう、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーが中心となって、医療、介護、福祉、法律などの専門家や関係機関と力を合わせて支援していきます。

板倉町地域包括支援センター

時間 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
場所 介護高齢係内：役場庁舎1階2番窓口(相談日時と場所は応相談)
問合せ 介護高齢係 ☎82-6135
✉ k-kaigo@town.gunma-itakura.lg.jp



初級・中級 介護予防サポーター養成研修

研修で介護予防の知識を身につけ、介護予防サポーターとして、オレンジカフェなどでのお手伝いを始めてみませんか。

期日 9月2日・9日・16日・23日 毎週水曜日(全4回)
時間 午前9時30分～11時30分
場所 館林市赤羽公民館
持ち物 飲み物、タオル(動きやすい服装でお越しください)
講師 慶友整形外科病院 リハビリスタッフ
申込み・問合せ 介護高齢係 ☎82-6135