



# 認知症を知り、楽しく予防

認知症になっても安心  
専門職が必要な支援を検討  
認知症初期集中支援チーム

「認知症初期集中支援チーム」では、認知症が疑われる人、認知症の人やその家族からの相談を受け、一人ひとりにあった支援の方向性を検討して、本人や家族の自立した生活のサポートを行います。甲賀市では、2チームが支援を行っています。医師、看護師、社会福祉士、介護福祉士等の医療・福祉介護の専門職で構成されています。

## 対象となる方は

- 認知症の診断は受けていないが、物忘れ等の症状がみられ認知症ではないかとご家族が心配されている方
- 既に専門医に認知症と診断されているが、必要とする介護サービスの利用につながない方

● 問い合わせ ●  
すこやか支援課 全世代包括支援係  
☎69-2167 ☎63-4085

## 県内8カ所の医療機関が指定 水口病院認知症疾患 医療センター

認知症疾患医療センターは、認知症かどうかの鑑別診断や、専門医療相談の実施、地域保健医療・介護関係者への研修を行います。

認知症の鑑別診断では、認知症の有無、原因疾患、重症度などを見極めるための診察を行います。

● 問い合わせ ● 一般社団法人  
水口病院 認知症疾患医療センター  
☎63-5430 ☎62-1215

# 相談は、地域包括支援センターへ

ご家族や身近な人が、もしかしたら「認知症」かもしれない。そんな時に気軽に相談ができて、一緒に対応を考える窓口が地域包括支援センターです。Q&Aで紹介します。

**Q** 家族が認知症かもしれません。まず何をしたらよいでしょうか。

**A** 医療機関への受診。または、地域包括センターへ相談に来てください。認知症は、病気を正しく理解することと悩みをひとりで抱え込まないことが大切です。

**Q** 地域包括センターへ行かないと相談できませんか。

**A** ご自宅への訪問や電話での相談を受けることも可能です。

**Q** 認知症について、学ぶ場はありますか？

**A** 認知症サポーター養成講座などで学ぶことができます。詳細については、右記までお問い合わせください。

**Q** 家族が認知症になり、徘徊するかもしれないと心配しています。何かいい方法はありますか？

**A** 市では徘徊の危険性がある高齢者を対象に徘徊高齢者事前登録事業・みまもり事業を実施しています。詳しくは、長寿福祉課 高齢者支援係 (☎69-2164) までお問い合わせください。

**Q** 認知症予防で大切なことは？

**A** より早くから予防を始めることが効果的です。認知症が発症する15~20年前から脳の病変は起こっているとされています。高齢者だけでなく若い人にも認知症予防に関心をもってもらうことが大切です。

● 問い合わせ ●  
水口地域包括支援センター ☎65-1170 ☎63-4591  
土山地域包括支援センター ☎66-1610 ☎66-1564  
甲賀地域包括支援センター ☎88-8136 ☎88-6557  
甲南地域包括支援センター ☎86-8034 ☎86-8029  
信楽地域包括支援センター ☎82-3180 ☎82-3138



▲地域包括支援センターの職員

● 問い合わせ ● 甲賀市社会福祉協議会  
水口地域福祉活動センター ☎62-8085  
土山地域福祉活動センター ☎66-2001  
甲賀地域福祉活動センター ☎88-2942  
甲南地域福祉活動センター ☎86-6035  
信楽地域福祉活動センター ☎82-8031

	健康な高齢者のもの忘れ	認知症の高齢者のもの忘れ
原因	脳の老化	脳の病気
状態	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体験の一部を忘れる</li> <li>● 進行が遅い</li> <li>● 自覚がある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体験の全部を忘れる</li> <li>● 進行がはやい</li> <li>● 自覚がなくなっていく</li> </ul>
日常生活への支障	少ない	ある

高齢化が進むなか、認知症は誰もがかかる可能性のある身近な病気です。このため、認知症を正しく理解することが、私たちができるはじめの一步となります。誰もが住み慣れた地域で自分らしく、いきいきと暮らすことができる「健康長寿」のまちをめざし、認知症を知り、効果的な認知症予防に地域ぐるみで取り組みを進めます。

**認知症と加齢によるもの忘れの違い**

認知症とは、記憶障がいやさまざまな状況に対する判断が不適切になるなど、生活する上での支障が少しずつ増えていく脳の病気です。

**早期受診・早期発見が大切**

認知症は、早く発見して、正しく診断されることで、適切な対応が可能となります。「様子がおかしい」「何となくこれまでとは違う」といった家族の気づきはとても重要です。今までは違う症状や行動に気づいたら、できるだけ早めに医療機関を受診することが大切です。

**認知症ではないMCI（軽度認知障害）とは？**

認知症には、発症する前の数年間にわたって、認知症とも言えないグレーゾーンの段階があり、この段階のことをMCIと言います。MCIの方々は、認知機能が少々低下しているものの自立した生活を送れるため、日々の生活に困難を感じることはほとんどありません。しかし、その生活ぶりによく見ると認知機能が低下していることがわかります。ただし、この段階であれば、認知症の発症を遅らせ、正常の状態に回復できる



可能性があります。この段階で早期に発見し運動や生活習慣の改善、社会的交流などを積極的に行うことで認知機能の低下に少しでもブレーキをかけられます。

▲認知症についてお話を伺った  
水口病院 田中 宏一先生

引用：認知症になる前に気を付けよう 監修：鈴木隆夫先生