

はじめに…

65歳以上の4人に1人が認知症の人、またはその予備軍と言われており2025年にはその数は3人に1になると推計されています。認知症は、決して特別なものではなく、誰もがかかる可能性がある病気です。

このガイドブックは、認知症の基本知識と小野市でどのような支援を受けられるのかをまとめたものです。認知症を知るきっかけや、認知症について悩みを抱えている本人、家族の助けとなれば幸いです。

目次

1. 認知症とは
2. 認知症の種類と特徴
3. 認知症の経過と地域の関わり ～認知症ケアネット～
4. 認知症の受診と治療
5. 家族を支える相談や支援
6. 小野市「絆カフェ」マップ
7. 認知症予防 ～脳と体の刺激が大切～

小野市介護保険ガイドブックと一緒にご利用ください



◆ 小野市の声



当事者の声

忘れるのはわかっている。今後、認知症がどのように進んでいくのかわからない。



小学生の声

小学生（認知症キッズサポーターより）
 ・認知症の人がいたら、言われたことを受け入れてあげるということを学んだ。
 ・認知症は脳の病気だということがわかった。
 ・声をかける時は、驚かさないように、前から話かけようと思う。



介護者の声

以前から認知症と思っていましたが、病院で認知症の診断を受けて、気持ちの整理ができました。（70歳代女性）

1人で抱えこまずに、認知症の介護をしている同じ気持ちの人と話をすると落ち着きます。（70歳代女性）

認知症を受け止めて、本人が今出来ることを応援しています。（70歳代女性）

1. 認知症とは

◆ どんな症状が起こるのでしょうか

認知症になると記憶力や判断力などが衰えます。これが認知症という病気の本質で「**中核症状**」といいます。また、中核症状のために周囲にうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることによって妄想や幻覚などの症状が出ることもあり、これを「**BPSD**」（認知症行動・心理症状）といいます。



中核症状

記憶障害

新しい体験の記憶や知っているはずの記憶の呼び覚ましに困難になる障害。

実行機能障害

旅行や料理など計画や手順を考え、それにそって実行することが困難になる障害。

見当識障害

時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握が困難になる障害。

理解・判断力の障害

2つ以上のことの同時処理や、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる障害。

心理状況

体の状況

不適切な環境ケア



BPSD

・妄想 ・幻覚 ・徘徊 ・攻撃的な言動 ・無気力 など

BPSD（認知症行動・心理症状）は、**適切な治療**や**周囲のサポート**によって認知症の人が感じている精神的なストレスなどを取り除くことができるので、ある程度の予防や緩和が可能です。