

## 認知症に関する制度をご活用ください

認知症は、だれにでも起こりうる「脳の病気」です。

早めに気づき、適切な治療や対応をすることが大切です。

### ●物忘れ相談プログラム

タッチパネルを使い認知症をセルフチェックすることができます。千代田庁舎の介護長寿課窓口に設置してあるので、定期的にチェックするなど、ご自由にご利用ください。

### ●認知症ケアパス

認知症の進行状況に合わせて必要となる、医療・介護サービスなどの情報をまとめたものです。ホームページまたは各庁舎をご覧ください。

### ●認知症カフェ（楽だカフェ）

認知症の方やその家族、認知症に関心のある方、どなたでもご参加いただけます。

#### \* プルミエールひたち野

日時 毎月最終木曜日

場所 プルミエールひたち野2号館（稲吉2-21-7）

#### \* 霞ヶ浦地区地域包括支援センター

日時 毎月第4金曜日（祝日の場合は変更あり）

場所 ウェルネスプラザ（宍倉5462）

※中止や延期になる場合があります。

### ●認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症についての知識を正しく持ち、認知症やその家族を温かく見守る応援者のことです。認知症サポーターの養成講座を希望される方はお問い合わせ下さい。

### ●認知症初期集中支援チーム

地域包括支援センターの保健師・社会福祉士等が、認知症サポート医と協力しながら、認知症の方や認知症が疑われる方、その家族に早期に関わり、早期診断、早期対応に向けた支援を行います。

### ●認知症高齢者QRコード活用見守り事業

外出から戻れない等の理由で保護される可能性のある方の身元確認に役立ちます。QRコード（シール／布製）を普段身につける物に付けて使います。QRコードを付けた方を保護したら、QRコードをスマートフォン等で読み取り、表示されるコールセンターに連絡します。個人情報表示されません。

※「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

### ●認知症高齢者等SOSネットワーク事業

認知症等の理由で行方不明になる恐れのある方を早期発見することが目的です。①捜索が必要になる可能性のある方、②捜索に協力いただける協力機関、の事前登録を受け付けています。行方不明発生時、家族からの依頼範囲に合わせ、関係機関に行方不明者の情報提供を行います。

#### < お問い合わせ >

（千代田義務教育学校・下稲吉中学校地区）

かすみがうら市地域包括支援センター

住所 宍倉5462（ウェルネスプラザ内）

電話 029-898-9110

（霞ヶ浦中学校地区）

霞ヶ浦地区地域包括支援センター

住所 宍倉5696-3（ピソ天神内）

電話 029-833-0331



# 認知症のことを知ろう！

9月は認知症を知る月間です

認知症とは、脳の病気や障害など、さまざまな原因により認知機能が低下し、日常生活に支障が出てくる状態を言います。

## 認知症が疑われるサイン

思い当たることや気になることがある方は、地域包括支援センターやかかりつけ医にご相談ください。

- 1. 今日の日付があいまいである
- 2. 通いなれた道なのに迷うことがある
- 3. 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探し物をしている
- 4. つじつまの合わない作り話をするようになった
- 5. 親しい人との付き合いが減り、外出しなくなった
- 6. 鍋を焦がしたり、ガスの火を消し忘れるようになった
- 7. 以前にくらべ、ささいなことで怒りっぽくなった
- 8. 同じものを何度も買うようになった
- 9. イライラしたり、不安が強くなるなど、情緒不安定になった
- 10. 同じことを何度も言ったり聞いたりするようになった



## 認知症の人への具体的な対応7つのポイント

### 1 まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人や他の人に気づかれない様にさりげなく様子を見守りましょう。

### 2 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手に動揺させてしまうので笑顔で応じましょう。

### 3 声をかけるときは一人で

大勢で声かけると恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声かけましょう。

### 4 後ろから声をかけない

本人に「自分に話しかけられている」と認識させるために、名前を呼んでから目の前で声をかけましょう。「何かお困りでしょうか」などやさしく声をかけましょう。

### 5 相手の目線に合わせてやさしい口調で

小柄な方の場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応しましょう。

### 6 おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけましょう。

### 7 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人は急がせるのが苦手です。同時に二つの話をするとう混乱してしまいます。できるだけ簡単な言い方で短く伝えましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいかを相手の言葉を使って推測・確認していきましょう。