

住み慣れたまちで暮らし続けるために

地域で支える認知症

認知症高齢者の数は全国的に年々増加しており、平成37年には65歳以上の5人に1人に達すると見込まれています。認知症は誰もが関わる可能性のある病気です。今回の特集では、認知症の人とその家族が住み慣れたまちで暮らし続けることができるように行っている、市の取り組みを紹介いたします。



地域で支えていくために

認知症とは、脳の細胞が壊れることによつてさまざまな障害や症状が起こり、生活に支障が出ている状態を指します(左の囲み参照)。認知症は

誰でも発症する可能性があります。

全国の認知症高齢者の数は平成24年で462万人と推計されており、37年には約700万人に達し、65歳以上の5人に1人が認知症になると見込まれています(厚生労働省「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」より)。

認知症の人とその家族が安心して暮らせるやさしいまちとなるためには、地域の皆さんの認知症への理解や、家族への支援と協力が重要です。市では、認知症の人やその家族を地域で支える仕組みづくりに取り組んでいます。

お問い合わせは、介護保険課 ☎4111、内線313 ☎67111へどうぞ。

認知症の症状

| | |
|---------------|---|
| 中核症状 | 脳の細胞が壊れることで直接的に引き起こされる症状 例) 記憶障害、見当識障害、理解・判断力の低下、実行機能低下など |
| 行動・心理症状(BPSD) | 中核症状に加え、本人の性格や心理状態、周囲の環境といった要因が重なることで起こる症状 例) 不安・焦燥、うつ状態、幻覚・妄想、徘徊、興奮・暴力、不潔行為など |

できる限り早い段階からの支援

小樽市認知症 初期集中支援チーム

頼れる地域の専門チーム

これまでの認知症の人へのサービスは、症状に気付かず認知症の行動・心理症状等が悪化した段階で医療や介護サービスを利用するという対応が多くみられていました。

そこで市では、早期に認知症を発見し、速やかに適切な医療・介護等が受けられるよう、28年10月から認知症に関する専門職で構成



された「小樽市認知症初期集中支援チーム」を地域包括支援センター内に配置し、支援を行ってまいります。対象は40歳以上の認知症や認知症の疑いがある方です。

市内の地域包括支援センターは下の表のとおりです。どうぞお気軽にご相談ください。

地域包括支援センター一覧

| |
|--|
| 小樽市東南部地域包括支援センター 朝里川温泉2丁目711番地4・☎52301 |
| 小樽市南部地域包括支援センター 築港10番1号(済生会小樽病院内)・☎67268 |
| 小樽市中部地域包括支援センター 稲穂2丁目22番1号(小樽経済センタービル1階)・☎242525 |
| 小樽市西北部地域包括支援センター オタモイ1丁目20番18号(特別養護老人ホームやすらぎ荘内)・☎242522 |

地域で交流・相談・リフレッシュ!

小樽オレンジカフェ (認知症カフェ)

交流から広がる地域の理解

「小樽オレンジカフェ」は、認知症の人とその家族、地域の人など、誰でも参加することができるカフェです。参加者が日常生活の話を通して情報交換や、リフレッシュする場として設けられています。

認知症の人やそれを支える家族は、つい一人で悩みがちになってしまふものですが、ここでは同じ立場で悩みを話したり、気軽に認知症に関する相談をしたりできます。また、地域の人にとつても、認知症やその家族と交流することで、認知症についての理解を深めることができます。

開催されているカフェは下の表のとおりです。ぜひお気軽にご参加ください。

| 店名 | ところ | とき※ | 担当(連絡先) |
|-----------|-------------------------------|-----------------------|--------------|
| はる暖カフェ店 | 稲穂1-1-8 | 8月5日の正午～午後3時 | もり森 ☎23511 |
| わいわい店 | オタモイ1-20-18 (特別養護老人ホームやすらぎ荘内) | 8月8日の午前10時30分～午後1時30分 | さいとう斉藤 ☎2522 |
| ちょこっとカフェ店 | 桜4-10-4 (ちょこっとカフェ2階) | 8月8日の午前10時～午後3時 | かわさき川崎 ☎1428 |
| おさんぽカフェ店 | 銭函1-32-1 | 8月10日の午後1時～3時 | すがわら菅原 ☎5115 |
| 築港店 | 築港10-1 (済生会小樽病院内) | 8月17日の午前10時～11時30分 | とびない飛内 ☎7268 |
| まるしえ塩梅屋店 | 新光2-1-23 (朝里市場内) | 毎週月～金曜日の午前10時30分～午後3時 | おざき尾崎 ☎2311 |

※開催日は8月分のみ掲載しております。また、開催日を変更する場合がありますので担当者へ直接お問い合わせください。



参加者の声

認知症の家族を介護する立場の者同士が同じ目線で話すことで、安心感が得られますし、気軽に相談することができました。小樽オレンジカフェに参加した池口さん



| 店名 | ところ | とき | 担当(連絡先) |
|-------------|----------------------|------------|--------------|
| 認知症カフェみなみかせ | 潮見台1-5-3 (南小樽病院1階) | お問い合わせください | やまじ山路 ☎2333 |
| cafeひなたぼっこ | 新光2-29-2 (ラポール東小樽1階) | お問い合わせください | かわじり川尻 ☎2301 |

あなたもなれる!

認知症サポーター

正しい知識と理解を

認知症サポーターとは、認知症についての正しい理解を深め、認知症の人とその家族を見守る地域の応援者です。サポーターになったから何か特別なことをしなければならないというものではありません。認知症に対する正しい知識を持つて、日常生活の中で「何かお困りですか」「何か手伝えることはありますか」などの声掛けや、相手の言葉に耳を傾けるといった自分のできる範囲で活動することを目的としています。

たとえば、具体的な支援はできなくても、理解者であることを示すことで、認知症の人とその家族の気持ちは楽になります。

市では、サポーターになるための養成講座を開催します(右下の囲み参照)。ま

認知症サポーター養成講座

- ▶とき 8月21日(月)、28日(月)、9月1日(金)いずれも午後1時30分～3時
- ▶ところ 市役所 消防庁舎6階講堂
- ▶内容 認知症の基礎知識、認知症の方と接するときの心構え、認知症サポーターとしてできることなど
- ▶対象 認知症に関心のある方・30人
- ▶申し込み いずれかの日程から希望日を選び、電話で介護保険課へ
- ◆介護保険課 ☎4111内線313

た、団体向け養成講座についても、希望日に合わせて開催することができますので、介護保険課までお問い合わせください。