

# もっと知ろう『認知症』

9月、国際アルツハイマー病協会が定める『世界アルツハイマー月間』です。認知症への理解を深め、住み慣れたまちで安心して生活することができるよう、本市が取り組む施策について紹介します。

## 認知症の症状は人それぞれ

認知症は、さまざまな原因で脳の細胞が損傷したり、働きが悪くなったりすることにより、認知機能（記憶する、言葉を使う、計算するなど頭の働き）が低下し、生活に支障が出る状態のことをいいます。症状は、誰もが同じではなく、進行状態や元々の性格などによって異なります。

## 専門職チームが支援

認知症に関する相談は増加しており、「物忘れが多く心配」「家族を愛診させたいがどうすればいいか」など、さまざまな悩みが寄せられています。

地域包括支援センターでは、速やかに適切な医療・介護等が受けられるよう、医師などの専門職で構成された「小樽市認知症初期集中支援チーム」が支援を行っています。自

9月14日から

### 「認知症にやさしい本集めました」

図書館と小樽市立病院認知症疾患医療センターとのコラボレーション企画です。近年、認知症と診断された方が自ら筆を執った著作が発表され、次々と力強いメッセージが発信されています。そのような認知症や介護に関する書籍や、認知症疾患医療センターの取り組み、市の施策について書かれたポスターなどを市役所別館1階渡り廊下で9月14日から、図書館で9月19日から展示します。



分や家族、友人のことなど、気になることがあれば、地域包括支援センターに気軽に相談してください。

**イベントに参加しませんか？**

本市では認知症に関するさまざまな事業等を行っています（右の囲み

### 認知症サポーター養成講座

企業や学校、地域等に伺い、認知症の症状や認知症の方への具体的な接し方などを伝える無料の講座です。昨年度は、604人の認知症サポーターを養成しました。

#### 参加者の声

「自分の家族が認知症になってしまったときは、しっかりサポートできるようにしたい」（10代男性）

「病気として理解すること、思いやりの気持ちが重要だと感じた」（40代男性）

### 小樽オレンジかふえ（認知症カフェ）

認知症の方をはじめ、どなたでもくつろぎながら情報交換ができる場です。認知症に携わる専門職や認知症サポーターなどがスタッフとして、認知症に関する講話やイベントを開催し、相談にも応じています。



### 認知症予防教室

簡単な計算や読み書きを行いながら楽しく認知症予防に取り組む教室です。

#### 参加者の声

「頭を使い、毎回楽しく参加しています」（80代女性）

### 地域版介護予防教室

65歳以上の方を対象に、介護予防サポーターが、町内会館等で介護予防に取り組む教室です。



を参照）。新型コロナウイルス感染症の影響で中止している事業は、再開時期が決まり次第、市ホームページやチラシ等でご案内します。

◆ ◆ ◆ ◆ ◆

認知症は、誰でもかかる可能性のある病気です。「ひとこと」ではなく

「自分のこと」として考え、認知症の方とその家族が安心して暮らすことができる地域を目指して、認知症への理解を深めていきましょう。

◆お問い合わせは、介護保険課 ☎ 4111 内線 313、FAX ☎ 26711 へどうぞ。