



知っていますか？ 認知症サポーター

厚生労働省の発表では、65才以上の高齢者で、2025年には5人に1人が認知症になると言われています。これから、認知症の人と接する機会が増えていく中で、認知症について正しく理解し、認知症の人と接するときの心構えを知っておくことは、とても重要になっていきます。そこで今号では、「高齢者あんしん相談センターむさしの」で認知症サポーターについて話を伺いました。

(担当/新井博海、渋谷真実、表紀子、松下佳子、市川永樹、武田圭太)

認知症とは？

様々な原因により脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったり、ために認知機能が低下し、おおよそ6か月以上にわたり、継続して日常生活や社会生活に支障をきたしている状態を指します。

認知症の原因は？

認知症を引き起こす病気はいろいろありますが、もっとも多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患」と呼ばれる病気です。アルツハイマー

病、前頭側頭型認知症、レビー小体型認知症などがこの「変性疾患」にあたります。続いて多いのが、脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などのために、神経の細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、その結果その部分の神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れてしまう「脳血管性認知症」です。

認知症の症状

認知症の症状には、「記憶障害」「見当識障害」「理解・判断力の障害」「実行機能障

害」など、脳の細胞が壊れることによる直接起こる症状(中核症状)と「うつ状態」「幻覚・妄想」「徘徊」「興奮・暴力」など、本人が元々持っている性格、環境、人間関係など様々な要因が絡み合っ起こる症状(行動・心理症状「BPSD」)があります。

認知症サポーターとは？

認知症について正しい知識と理解を持ち、地域で認知症のご本人やその家族をあたたく見守り応援したり、そつと手助けする方の

認知症サポーターになるには？

認知症サポーターになるためには、認知症サポーター養成講座を受ける必要があります。講座の時間は約1時間30分です。講座の中で

ではビデオ上映などの視聴もあり、試験などはありません。

認知症サポーターになつたら？

認知症サポーターになったからといって特別なことをするわけではありません。地域にいて認知症の方やご家族に対して温かい目で見守り、ご近所で困っている方がいたら、自分ができる範囲で、そつと手助けすればよいのです。

オレンジリング

養成講座を受講した方には、認知症の方と「目印」となるブレスレットの「オレンジリング」が配布されます。



オレンジリング

埼玉県 認知症サポーター証

県内で実施される認知症サポーター養成講座を受講して認知症サポーターになられた方には「埼玉県認知症サポーター証」が渡されます。



埼玉県認知症サポーター証

オレンジカフェむさしの 南畑いこいば

オレンジカフェとは認知症について関心のある方やご家族の方、地域の住民の方など、どなたでも参加できる憩いの場です。

事前の申込は不要です。参加費は100円です。

お菓子やお茶をいただきながら、日々の思いをみんなでお話しています。



オレンジカフェの様子

オレンジカフェむさしの 南畑いこいば

日時 11月14日(水) 午後2時から3時30分
場所 南畑公民館 2階会議室
参加費 100円

取材を終えて

最近、テレビや雑誌等で認知症の特集をよく見る。

その時に考えるのは、自分が認知症にならないためには何を食べ、どんな生活を送れば良いかということばかりで認知症の方やその家族の事は正直気にしたことにはなかった。

当然、認知症サポーターやその養成講座、オレンジカフェのことなども知らなかった。きっと、私のような人はたくさんいるだろう。どころかも特別な何かをす

ることではなく、認知症を正しく理解し、見守ること。そして助けが必要な時は、話に耳を傾け、そつと手を差し伸べる。それだけで良いのだ。困った時には「高齢者あんしん相談センター」の方々が相談にのってくれる。今回の特集を読んでくれた方々が少しでも認知症を理解し、応援者になってくれたらと思う。

- 取材協力・参考文献
- * 高齢者あんしん相談センターむさしの
- * 埼玉県ホームページ
- * 厚生労働省ホームページ
- * 富士見市認知症支援ガイドブック

