

# 認知症って何??

認知症は、脳の病変（アルツハイマー病・レビー小体病・脳梗塞や脳出血等）を原因とする症状であり、誰にでも起こりうるものです。

2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています。



## 認知症の主な特徴と病名

### ■アルツハイマー型認知症

物忘れから始まり、気分が沈んでしまいます。誰かに物を盗られたかと思ってしまうたり、外出しても自分で家に帰れなくなったりします。



### ■レビー小体型認知症

物忘れ症状は少なく、いないはずの人や昆虫・動物が見えます。手足の動きがにぶくなります。症状が変動しやすいことがあります。

### ■脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などが原因です。時々怒りっぽくなったり、やる気がなくなったり、感情が不安定になります。

### ■前頭側頭型認知症

相手の気持ちが理解できなくなります。人格や性格が変わります。感情が抑えられなくなったり、決まりを守る事が出来なくなったりします。

※上記と同じような症状があっても、認知症ではない疾患の可能性もあります。気になる症状がある場合は、早めに専門の医療機関を受診しましょう。



## ～認知症の症状の変化と対応～

段階 (軽度⇒重度)	物忘れはあるが 生活は自立	そろそろ見守りが必要	手助けが必要	常に介護が必要
本人の様子 (症状や行動)	<input type="checkbox"/> 物忘れがあり、人や物の名前が思い出せないことがよくある <input type="checkbox"/> 会話の中で、あれ・それなどの代名詞がよく出てくる <input type="checkbox"/> 外出がおっくうになる <input type="checkbox"/> 片付けが苦手になる <input type="checkbox"/> 買い物や金銭管理などはできている	<input type="checkbox"/> 同じものを何度も買ってくる <input type="checkbox"/> 大事な物をどこに置いたか忘れることがよくある <input type="checkbox"/> 同じことを何度も聞いたり話したりする <input type="checkbox"/> 家電の操作が難しくなる <input type="checkbox"/> 金銭管理や支払いが難しくなる	<input type="checkbox"/> 外出時、自分のいる場所が分からなくなる <input type="checkbox"/> 日にちや季節が分からなくなる <input type="checkbox"/> 入浴やトイレが上手でできなくなる <input type="checkbox"/> 洋服の着方が分からなくなる <input type="checkbox"/> 表情が乏しくなる	<input type="checkbox"/> 意思疎通が難しくなる <input type="checkbox"/> 自分から話さなくなる <input type="checkbox"/> 家族を認識できなくなる <input type="checkbox"/> 声かけや介護を嫌がる <input type="checkbox"/> 自分で食事が出来なくなる
対応のポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・友人や地域とのつながりを大切にしましょう</li> <li>・地域包括支援センターやかかりつけ医に相談してみましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一人で抱え込まずに誰かに相談してみましょう</li> <li>・一日の計画を立てて行動してみましょう</li> <li>・介護のサポートを検討してみましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・できることは続けましょう</li> <li>・大変なことは周りの人に手伝ってもらいましょう</li> <li>・周囲との関わりを持ち続けましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護サービスを利用して、お互いにリラックスできる時間を持たしましょう</li> </ul>
主な支援体制等	相談	<input type="checkbox"/> 地域包括支援センター <input type="checkbox"/> 居宅介護支援事業所(ケアマネジャー) <input type="checkbox"/> 市町村福祉課 介護・健康・福祉の総合相談窓口です。    介護認定を受けた方へ必要なサービス利用の調整をします。		
	医療	<input type="checkbox"/> かかりつけ医・歯科医・薬局    まずはかかりつけ医に相談しましょう。 <input type="checkbox"/> 専門病院(物忘れ外来・認知症疾患医療センター等)		
	介護予防社会参加	<input type="checkbox"/> 老人クラブ <input type="checkbox"/> 趣味活動・サロン <input type="checkbox"/> 介護予防事業 <input type="checkbox"/> 認知症カフェなど		
	介護	<input type="checkbox"/> 介護保険サービス(在宅)    ヘルパー・デイサービス・ショートステイ(短期入所)他、様々なサービスが利用できます。 <input type="checkbox"/> 介護保険サービス(施設) サービス付き高齢者住宅・有料老人ホーム・認知症グループホーム・介護保険施設など		
生活支援	<input type="checkbox"/> 日常生活自立支援事業(あんしんサポート) 認知症等で判断能力が不十分な方が安心して暮らせるように金銭管理等をサポートする事業です。 		<input type="checkbox"/> 成年後見制度など	

認知症は早期に対応することで、症状が軽くなったり、進行を遅らせたりできる可能性があります。一人で悩まずに必要な支援を受けましょう。



## 認知症の症状

認知症の主な症状は、中核症状と周辺症状に分けられます。

中核症状は、脳の神経細胞の障害によっておこる認知機能障害です。

周辺症状は、中核症状と周囲の環境や対応、性格などが影響しておこる行動・心理症状です。



## 加齢による物忘れと認知症の違い

加齢による物忘れは体験の一部を忘れるのに対し、認知症は体験そのものを忘れてしまうという、大きな違いがあります。

### 加齢による物忘れ

- 知り合いの名前を思い出せない
- 何を食べたか思い出せない
- 物覚えが悪くなったように感じる
- どこにしまったか忘れる

財布をどこにしまったんだったかな...



私の財布がない！きっと盗まれた



### 認知症による記憶障害

- 知り合いであることを忘れている
- 食べたこと自体を忘れている
- 数分前の記憶が残らない
- しまったこと自体を忘れている

## 認知症に関する相談先・問い合わせ先

### 双葉町地域包括支援センター



〒979-0142 いわき市勿来町酒井青柳14-5  
(サポートセンターひだまり内)

TEL : 0246-84-6729

### 双葉町役場いわき事務所健康福祉課

〒974-8212 いわき市東田町二丁目19-4

TEL : 0246-84-5205

※上記相談窓口もしくは最寄りの地域包括支援センターや市町村福祉課などにお問い合わせ下さい。

### かかりつけ医

早期発見・早期受診が大切です。



医療機関	
主治医	
電話番号	

### 担当のケアマネジャー（介護認定を受けている方）

事業所名	
ケアマネジャー	
電話番号	

少しでも気になることがあれば、いつでもお気軽にご相談ください。



本人とご家族の

安心と笑顔あふれるまちをめざして

## 認知症ガイド

(双葉町認知症ケアパス)



あなたの身近に、認知症のことで不安や心配を抱える人がいたら、手に取って見てください。

双葉町

令和2年 月改訂版