

症状 3 理解・判断力の障がい

考えるスピードが遅くなる、2つ以上のことが重なるとうまく処理できない、些細な変化やいつもと違う出来事で混乱してしまうなどです。

症状 4 実行機能障がい

計画を立てたり順序だてることができなくなり、買い物や料理がうまくできなくなります。

症状 5 感情表現の変化

その場の状況が読めず、周囲の人が予測できない思いがけない感情の反応を示すことがあります。



早期発見による早期診断・治療により、症状が改善したり、進行を遅らせることができます。

症状 3 不潔行為

排泄の失敗は、本人にとってもショッキングなことです。まわりの対応で本人のプライドを傷つけずにすみませう。

症状 4 興奮・暴行

些細なことで怒り出したり、手をあげるようになります。

症状 5 徘徊

誰かを探したり、生家に帰ろうとするなど、本人は理由があって行動しますが、見当識障がいのために、迷子になってしまいます。

2 自分でできる事

！ 宇佐市認知症予防教室

アルツハイマー型認知症は、20～30年と長期にわたって進行し、発症の前駆段階として、5～10年の軽度認知障害(MCI)の時期があります。ほおっておくと、5年以内に半数の方が認知症に進むといわれています。そこで、元気なうちから認知症を予防する取り組みを、各地域で実践中です。

運動
療法

と

作業
療法

1. 週に1回、10人前後で
2. 認知症の予防を目的に
3. 脳の活性化に効果的な取り組みを
4. 参加者が自主的に活動

市内10数ヶ所で楽しく取り組んでいます。見学や参加、出前講座をご希望の方は、お近くの地域包括支援センター、または、宇佐市社会福祉協議会(TEL 33-0725)までご連絡ください。

認知症の
予防や対応は？



！ 認知症キャラバンメイト

認知症キャラバンメイトは、地域で暮らす認知症の人やその家族を応援する「認知症サポーター」をつくる、認知症サポーター養成講座の講師役です。現在宇佐市には、52名の方が登録され、認知症の症状への対応方法を学ぶ出前講座を行っています。出前講座のご要望があれば、担当係までご連絡ください。

市介護保険課 高齢者支援係

TEL. 32-1111 (内544)

FAX. 32-1106

e-mail. sien04@city.usa.oita.jp

宇佐市HP. <http://www.city.usa.oita.jp/>