



# にしかん

第309号

令和2年(2020年)

2月16日

毎月第1・3日曜日発行

【編集・発行】新潟市西蒲区役所 地域総務課  
〒953-8666  
新潟市西蒲区巻甲2690番地1  
電話 0256-73-1000(代表)  
FAX 0256-72-6022

◀ 西蒲区ホームページ ▶  
<http://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/>

● 西蒲区データ 人口 56,438人 (-56) 世帯数 20,562世帯 (±0) 男 27,339人 (-33) 女 29,099人 (-23)

※1月末現在の住民基本台帳。  
カッコは前月末比

## ～認知症になっても安心して暮らせるまち 西蒲区～ 認知症を学び地域で支えましょう

●問い合わせ  
健康福祉課高齢介護係  
(☎0256-72-8362)

認知症は決して特別な病気ではありません。認知症への理解を深め、適切な支援につなげられるよう、支え合いの地域づくりを進めましょう。今号では認知症の症状について理解を深めるための情報や、認知症の予防や早期発見のための西蒲区の取り組みを紹介します。

### 認知症を理解する

#### 【認知症とは】

脳は人間の活動をコントロールしている司令塔です。認知症とは、さまざまな原因で脳の細胞の働きが悪くなることで、脳の司令塔としての働きに不都合が生じ、記憶力や判断力など、生活するうえで必要な能力に支障をきたしているなどの症状がおおよそ6か月以上継続している状態を指します。

### 【認知症の症状】

#### ●記憶障害

脳は、目や耳などから入る多くの情報のうち、必要なものや関心のあるものを一時的に蓄え、大事な情報は忘れないように長期間保存するようにできています。脳の一部の細胞の働きが悪くなると、覚えられない、すぐ忘れるといった記憶障害が起こります。



#### ●見当識障害

現在の年月や時刻、自分がどこにいるかなど、基本的な状況を把握する感覚が薄れるといった障がいが見られます。



#### ●理解・判断力の障がい

ものごとを判断する能力に支障が出てきます。

#### ●その他(感情表現の変化など)

記憶障害や見当識障害のため、周りからの情報や刺激に対して正しい解釈ができなくなります。



### 認知症の早期発見・診断・治療の重要性

認知症の発見・診断・治療は、他の病気と同じでとても重要です。特に以下のポイントに注目してみましょう。



#### 1 準備ができる

早期に診断を受け、症状が軽いうちに本人や家族が病気に向き合い、話し合うことで、介護サービスの利用や治療を受ける場合の希望の確認など将来の生活に備えることができます。

#### 2 治療ができる

認知症の中には、早めに治療すれば改善が可能な病気もあります。早めに受診して原因となっている病気の診断を受けることが大切です。

#### 3 進行を遅らせることができる

原因となる病気によって、治療方法が異なります。適切な抗認知症薬などの薬物治療を受けることによって、進行を遅らせることができる場合があります。

#### 認知症が疑われるときは?

まずはかかりつけ医に相談しましょう。必要に応じ適切な病院を紹介してもらえます。また、地域包括支援センターや健康福祉課の窓口などでも相談できます。

### 西蒲区の取り組み

西蒲区では、区民の皆さんに認知症について知ってもらい、認知症の早期発見や事前の治療につなげてもらうことや、認知症の人とその家族を支援することなどを目的に、地域でさまざまな取り組みを行っています。

#### いきいきお達者プロジェクト専門職訪問介護予防事業

西蒲区内の地域の茶の間を対象に介護予防専門職(作業療法士、理学療法士、言語聴覚士、保健師)が地域を訪問し、高齢者の皆さんへのアドバイスや相談により、要介護状態になることを予防する事業を進めています。今年度は音楽療法士も訪問し、参加者との音楽を通じた交流で介護予防に取り組んでいます。

#### ☞地域の茶の間について

子どもから高齢者まで地域に住む誰もが気軽に参加できる場所です。各地域の茶の間によって活動内容はさまざまです。活動日など詳しくは健康福祉課高齢介護係へお問い合わせください。



#### ～認知症サポーターになりませんか～ 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守り・支援する応援者です。特別なことをするのではなく、できる範囲での見守りや支援を行います。今年度、巻西中学校では全校生徒のほか、保護者や地域の人を含む約400人が受講する大規模な養成講座が開催されました。



#### ☞認知症サポーター養成講座の受講について

認知症サポーターになるには、養成講座の受講が必要です。地域の皆さんや学校・各種団体・企業など、誰でも10人以上の単位で開催できます。健康福祉課高齢介護係へ申し込んでください。

#### にしかんオレンジパートナー養成研修

認知症サポーター養成講座の受講者を対象とした研修です。認知症の人とコミュニケーションをとりながら接し方や家族の気持ちを学び、研修修了者が自分の地域で簡単なボランティアなどの地域活動を行うオレンジパートナーを養成します。

☑①2月26日(水)、②3月7日(土)いずれも午前10時～午後4時  
☑巻地区の高齢者施設(詳しくは申し込む際に問い合わせください)  
☑西蒲区に在住・在勤で、認知症サポーター養成講座を修了している人  
持ち物 昼食  
☑健康福祉課高齢介護係(☎0256-72-8362)

#### ～認知症の人やその家族の皆さんへ～ 認知症カフェのご案内

気軽にお茶を飲みながら認知症について学び、話し合える「認知症カフェ」が月1回、巻・西川地区で開催されています。悩みを抱えず、気軽に誰かと話してみませんか。

☑巻地区 地域包括支援センター巻 ☎0256-73-6780  
☑西川地区 地域包括支援センター西川 ☎0256-88-3122