

～認知症高齢者にやさしい地域づくりに向けて～

高齢者の4人に一人は認知症またはその予備群。高齢化の進展に伴い、認知症の人はさらに増加すると考えられています。国は、認知症の人が認知症とともによりよく生きていくことができる環境整備が必要とし、新オレンジプランを策定しました。

オレンジプラン7つの柱

1. 認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進
2. 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供
3. 若年性認知症施策の評価
4. 認知症の人の介護者への支援
5. 認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進
6. 認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデルなどの研究開発及びその成果の普及の推進
7. 認知症の人やその家族の視点の重視

山都町の認知症対策 平成28年度実績

- ・認知症予防教室 23回 465名
- ・認知症サポーター養成講座 矢部小・中島小・蘇陽小 57名
矢部高校1年生 55名 消防団(4.9.12.13.14分団) 114名
特別養護老人ホーム職員 16名
老人会・地区女性部 73名
- ・認知症予防音楽カフェ サービスつき高齢者住宅はあとふる 月1回
- ・島木の茶飲ん場 島木地区高齢者 月1回
- ・認知症家族会 月1回程度(10回) 延べ44名

介護予防セミナー受講生募集

体力や体の筋肉量などの測定結果から、ご自身の介護危険度を判定する教室を開催します。「今はまだ関係ない」と思っても、病気や介護はいつ、身近な問題になるかわかりません。自分らしいシニア期を過ごすために、ぜひご参加ください。

- 対象：町内在住の65歳～74歳の方
- 定員：各回20名(※先着順)
- 申込期限：9月29日(金)まで
- 受講料：無料
- 内容：①体力測定 ②体組成測定と結果説明 ③健康講話 ④介護予防のための運動

10月の開催日	11月の開催日	場所	時間
10月10日(火)	11月14日(火)	蘇陽支所	午後1時半 から 午後3時半
10月17日(火)	11月21日(火)	清和保健センター	
10月24日(火)	11月28日(火)	千寿苑	

認知症や介護に関するご相談は

山都町役場 健康福祉課 高齢者支援係 内
山都町地域包括支援センター ☎72-1677



保 健 だ よ り

もしも願いがかなうなら 「もう一度、話がしたい」

志賀さんの介護体験談



矢部地区 志賀 輝士さん(84歳)

平日は郵便局員、日曜は農業で米や栗を作ってきた志賀さんが、奥様の変化に気づいたのは平成24年ごろ。定年退職し、民生委員などをしていたときでした。

同じことを何度も言うようになり、さっき聞いたことをまた尋ねてくるが増えてきました。民生委員の研修などで、認知症サポーター養成講座を何度も受講していた志賀さんは、「これはきっと、認知症の始まりだ。早く病院にかかれば、進行を遅らせることができる」と思ったそうです。そこで奥様を説得し、専門病院へ。診察のほかにMRIなどの検査を行い「アルツハイマー型認知症」と診断されました。

それから介護認定を受け、デイケアやショートステイを利用しながらの介護生活が始まりました。介護は体力勝負と考え、奥様と一緒にウォーキングもされたそうです。ところが、ある日、ぜんまい採りに山へ行った際、今傍にいたはずの妻の姿が見えない！ということがあり、以後、徘徊に振り回されるようになりました。

平成27年には脳出血で倒れ入院先を転々とし、最後は瀬戸病院に落ち着きました。平成28年2月ごろになると食事が飲み込めない状態となり、彩雲苑に入所しました。次第に言葉も発しなくなる奥様を見るのは、非常につらく悲しいものだったと思います。

現在は、80歳を超えた自分の体をいたわりつつ、奥様を見送る覚悟で一人暮らしをしながら、3日おきに面会に行かれています。面会に行くたび「(奥様と)もう一度話がしたい」と考えるそうです。

今回、志賀さんは、ご自分の体験談を通して「認知症の介護をされている方のお役に立てるのであれば」と広報誌掲載を快諾してくださいました。

介護のポイント！

- ① 認知症に対する知識があった → 認知症サポーター講座や予防教室を受講していた
- ② 早めに専門医を受診した → 一緒に病院に行くことで、安心感を与えた
- ③ 介護保険を利用した → サービスを使うことで、自分の社会的役割も果たすことができた
- ④ 近隣の協力を得た → 周りに隠さず、理解を得ることで徘徊時の見守り体制ができた

誰もが認知症になるかもしれないし、家族が認知症になるかもしれない。そんな時、住み慣れた我が家で、可能な限り暮らしていくための地域づくりを、健康なうちから考えることが必要ではないでしょうか？

