

●認知症のサイン（初期症状）

認知症による変化は、本人より周囲の人が気づきやすいことも多いので、身近な家族などが一緒にチェックしてみましょう。項目が多いほど、認知症の可能性が高いといえます

<input type="checkbox"/> 同じことを何度も話したり聞いたりする	<input type="checkbox"/> 直前にしたことや話したことを忘れるようになった
<input type="checkbox"/> 置き忘れやしまい忘れが増え、いつも探し物をしている	<input type="checkbox"/> 知っているはずの人やものの名前がでてこなくなった
<input type="checkbox"/> つじつまのあわない作り話をするようになった	<input type="checkbox"/> 以前に比べ、ささいなことで怒りっぽくなった
<input type="checkbox"/> おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった	<input type="checkbox"/> 外出や人と会うのをおっくうがり、嫌がるようになった
<input type="checkbox"/> 今まで好きだった趣味等への興味や関心がなくなった	<input type="checkbox"/> 今までできていた家事、計算、運転のミスが多くなった
<input type="checkbox"/> 日付や時間を間違える、慣れた道で迷うようになった	<input type="checkbox"/> 財布が見当たらない時など、人を疑うようになった

●認知症かな？と気付いたら

1. 早めに相談する

<p>なおる認知症がある</p> <p>早期治療で治るタイプ（水頭症など）や、認知症に似た病気（うつなど）があります。まずは相談を。</p>	<p>進行を緩やかにできる場合がある</p> <p>早期から薬を飲むと進行を緩やかにできる場合があります。</p>	<p>適切な対応で症状が和らぐ</p> <p>症状に応じた適切なケアで、症状が緩和したり落ちつくことがあります。</p>
---	--	---

2. 相談先

<p>かかりつけ医</p> <p>本人が安心して受診できます。また、体のことも含め本人をよく知っていて変化に気づきやすいです。必要時専門医の紹介もしてくれます。</p>	<p>精神科・診療内科などの医療機関、認知症疾患センター</p> <p>認知症の専門相談ができます。秩父の認知症疾患センターは、つむぎ診療所にあります。</p>	<p>地域包括支援センター</p> <p>認知症の相談から、介護保険の相談・申請もできます。長瀬町では役場健康福祉課内にあります。</p>
---	---	--

★★★ 認知症初期集中支援チーム 個別相談会 ★★★

- 対 象** 40歳以上で自宅で生活されている認知症の方や認知症が疑われる方で①～③の方
- ①認知症の診断を受けていない、治療を中断している
 - ②介護保険サービスを利用していない
 - ③何らかのサービスを使っているが、認知症症状が強く対応に困っている
- 日 時** 10月7日(水) ①午後1時30分～ ②午後2時20分～ ③午後3時10分～ 各45分程度
- 場 所** 役場3階小会議室1
- 相談スタッフ** 公認心理士（認知症疾患センター職員）、作業療法士、保健師
- 相談内容** 受診に関する相談、対応のしかた、暮らしやすい生活環境の方法など
- その他** 予約制です。10月2日(金)までに下記担当へご連絡ください

●認知症の方への接し方 **大切なのは、あたたかいコミュニケーションです**

- 穏やかな表情で
- 目線を合わせてから
- 一言ずつ、ゆっくりはっきり話す
- せかさずゆっくりと待つ姿勢で
- びっくりさせない
- 怒らない・否定しない・寂しくさせない
- 役割が果たせるよう支援する



- ポイントは3つの心得
1. 驚かせない
 2. 急がせない
 3. プライドを傷つけない

認知症は誰でもなる病気です。誤解や偏見をなくし、病気であってもなくても、その人らしく過ごせるあたたかい支え合いの地域をつくっていきましょう。