

12期 アクティブシニアをめざす

日 時： 2024年9月19日（木）

場 所： 豊中市地域共生センター

午前の学習テーマ： 我が事として考える

—認知症共生と予防—

講 師： 京都橘大学 健康科学部

作業療法学科教授 菅沼 一平 様

* 要介護要因の第一位

2025年の推計値では、65歳以上の高齢者の7人に1人が認知症を有している

といわれ、介護が必要となった原因の第一位(23.6%)が認知症とされている。

* 認知症の病型

- ・アルツハイマー型認知症（認知症の約70%）
- ・脳血管性認知症
- ・レビー小体型認知症
- ・前頭側頭型認知症 等

* 認知症の中核症状

- ・ 記憶障害（ものわすれ）
- ・ 見当識障害（現在の日付、時間、場所が分からない）
- ・ 判断力の障害（状況に応じた適切な行動が出来ない）

* 認知症の人の思い（自分に起こっている異変に気付いている）

- ・ 妄想、徘徊、取り繕い、怒りっぽさ 等の症状が出る。

* 対応は？

不安に対する「声掛け」や「環境調整」（出かけよう、助けてもらおう と思える環境）が大切。

対応の根底には、その人らしさをすることにある。個人本来の姿、他者が認識する人物像であり、人間としての尊厳が守られた状態という特性を指す。

* 認知症予防の考え方

予防は、認知症を遅らせる。認知症になっても進行を緩やかに！

（生きがいのある人は、認知機能の低下が緩やか）

重要なのは、認知症があってもなくても、健やかに共により良く暮らしていくための「備え」が大切。

その「備え」を十分にする第一歩が……我が事として考える。

（1 班 広報担当：藤山武伺）