



事前登録で行方不明者を早期に発見 紀宝町SOSネットワークシステム

このシステムは、認知症高齢者などが行方不明になったときに、役場や警察だけでなく、地域の生活関連団体などが捜索に協力して、すみやかに行方不明者を発見保護する仕組みです。

本人の状況や連絡先などの情報を「事前登録」しておくことで、スムーズに情報連携が行えます。
▶登録方法など詳しくは、地域包括支援センター（☎ 33-0175）まで。

認知症の方への接し方のポイント

- 近づいて相手の視界に入ってから、穏やかな表情で話す
- 聞こえるようにわかりやすく、ゆっくりと話す
- 一度に多くのことを話すと混乱するので1つずつ話す
- 言葉がすぐに出てこないこともあるので、急がずに対応する
- 話が聞き取れない、よくわからないことを話してもうなすくなど受け入れようとする姿勢を示す
- ケアや手助けする際は、言葉をかけながら行う

認知症になっても、
その人らしい生活が送れるような
やさしいまちづくりを
みんなで進めていきましょう



社会福祉協議会（☎ 32-0957）

町民誰もが安心して暮らせることを目的に福祉の総合相談窓口を設置し、生活困窮やひとり親世帯のサポート事業などを行っています。また、認知症事業として、本人と家族がともに活動する時間と場所を設ける事業などを展開しています。



地域包括支援センター（☎ 33-0175）

地域に住む高齢者の生活をサポートするための相談・支援窓口です。高齢者に関する困りごとの相談を総合的に受け付けています。相談に応じて必要なサービスや制度を紹介するとともに利用に結びつけるまでの役割を担っています。

認知症になっても自分らしく
家族に「認知症では？」
と思われる兆候が見られた
とき、すぐには現状を受け
止めがたい心境になる人も
多いと思います。「あんなに
しっかり者だったのに」と
親や家族にかつてと変わら
ない姿を求めてしまうのは

- 認知症の予防**
- 1 認知症の原因の2/3を占めるアルツハイマー型認知症は生活習慣病と関連があるとされています。現在、完全に認知症を予防することはできませんが、認知症の発症を遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにするために次のポイントに気をつけ、生活を送りましょう。
 - 2 ウォーキングや体操など、自分にあった運動を生活の中に積極的に取り入れましょう
 - 3 バランスの取れた食事を心がけ、よくかんで食べましょう
 - 4 食事、睡眠のリズムを一定に保ち、規則正しい生活を送りましょう
 - 5 地域の活動や趣味などを通して積極的に人と関わり、コミュニケーションを取る機会を持ちましょう

不安に感じても
支えてくれる人が必ずいます
ひとりで抱え込まないで

認知症

当然のことです。しかし、その変化に一番戸惑っているのは本人です。難しいかもしれませんが、本人のあうとすること、お互いの心の負担が軽くなるかもしれません。

地域包括支援センターと社会福祉協議会では、地域の架け橋として認知症に関する相談ができます。最近、親が物忘れが多くなってきて、もしかして認知症かもしれない、といった心配事があるときはひとりで抱え込まないで、地域包括支援センターや社会福祉協議会にお気軽にご相談ください。

認知症カフェを利用してみませんか

社会福祉協議会では、認知症の人を介護している方同士の交流や心配事相談のため、以下の認知症カフェなどを開催しています。



カフェみどりのやね
【日時】 毎月第4水曜日
午後1時30分～3時
【場所】 神内福祉センター
【参加費】 100円
※事前に予約が必要です

カフェいっぷく亭
【日時】 毎月第3水曜日
午後1時30分～3時
【場所】 鶴殿地域交流センター
【参加費】 100円
※事前に予約が必要です

認知症介護者のつどい
【日時】 毎月第2木曜日
午後1時～3時
【場所】 紀宝町福祉センター
【参加費】 無料
※事前申し込みは不要です

<申し込み・問い合わせ先> 社会福祉協議会（☎ 32-0957）

認知症とは
「認知症」とは老いに伴い増えてくる病気のひとつです。さまざまな原因で脳の細胞が死んだり、働きが悪くなったりすることによって、記憶・判断力の障害などが起こり、意

認知症は特別なものではなく誰でもなりうる可能性がある。令和6年4月時点の紀宝町の高齢化率は37.6%で、65歳以上の人口は、3,841人です。高齢化に伴い、認知症の方も増加傾向にあり、昨今の超高齢社会において認知症とどう向き合っていくかを考えることは、とても重要です。
認知症になっても決してわかれること、できることはたくさんあります。以前までは認知症は「発症したら人生がおしまい」、「何もできなくなる」と暗い印象が先行しがちでしたが、これからは「認知症になっても大丈夫」、「発症してもできることはたくさんある」と前向きに考え、誰もが自分らしく暮らせるような地域をみんなで一緒につくっていきましょう。

加齢による物忘れ	認知症による物忘れ
● 体験したことの一部を忘れる (食事したメニューが思い出せない)	● 体験したことの全体を忘れる (食事したこと自体を忘れる)
● ヒントを与えられると思い出せる	● ヒントを与られても思い出せない
● 時間・場所などの見当がつく	● 時間・場所などの見当がつかない
● 日常生活に支障はない	● 日常生活に支障がある
● 物忘れしていることの自覚がある	● 物忘れしていることの自覚がない

※症状の進行状況などにより、個人差があります。

認知症と加齢による物忘れ
年を取れば誰でも思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが困難になったりしますが、「認知症」と「加齢による物忘れ」とは違います。
識障害はないものの社会生活や対人関係を含めた日常生活に支障が出ている状態です。