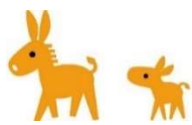


令和5年1月号



# おれんじだより



おれんじだよりでは毎月、認知症に関する情報を紹介していきます。

今月は認知症の早期発見や対応方法&ピアサポートプロジェクトについてです。

## 認知症って何？

脳の病気などいろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったために認知機能が低下し、普段の生活に支障をきたす状態です。症状の出方は人によって様々です。

## 「あれ？認知症かな？」と思ったら早めにご相談ください！

- 同じことを何度も言う・聞く
- 食事をしたことを忘れる
- 探しものが増える
- 時間や場所がわからなくなる
- 以前はあった興味や関心が減る

## 相談窓口

- かかりつけ医・専門医
- 地域包括支援センター～高齢者の総合相談窓口～



センター一覧はこちら

## 早期発見・早期対応が大切

- 認知症に似た病気の可能性があります
- 適切な治療により進行を緩やかにできる場合があります
- 適切な対応で、症状がやわらぎます
- 早めに相談することで、将来の生活に備えやすくなります



## 周りの人の理解とサポートが大切

正しい理解と適切なサポートによって進行を遅らせることができます。

正しい理解

よい対応

安心できる

症状が落ち着く

誤った理解

よくない対応

不安になる

症状が悪化しやすい

## 認知症の人への対応心得

3つの「ない」

驚かせない

急がせない

自尊心を傷つけない

7つのポイント

①まずは見守る

⑤やさしい口調で

②余裕をもって対応する

⑥おだやかに、はっきりした話し方で

③声をかけるときは1人で

⑦相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

④後ろから声をかけない

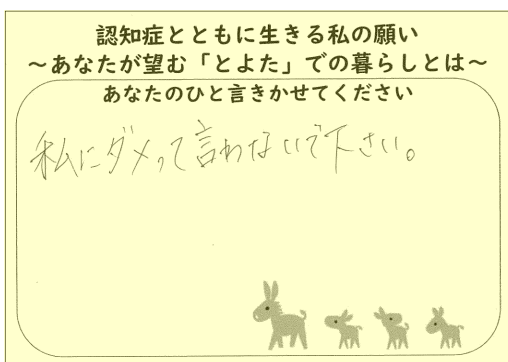
# ピアサポートプロジェクト ～認知症の人とその家族の声を届けるプロジェクト～

## プロジェクトについて

豊田市では、『認知症やもの忘れがあっても、できる限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるまちづくり』の推進にあたり、その本人やご家族の方の声を今後の取組みに反映させることを目的として、認知症当事者の方やそのご家族の方等に記載していただく、「メッセージカード（ひとことカード）」の取組みを実施しました。いただいた声は260件です。今回はみなさんのひとことカードにつづられた思いを一部抜粋してお届けします。

## みなさんの声をお届けします

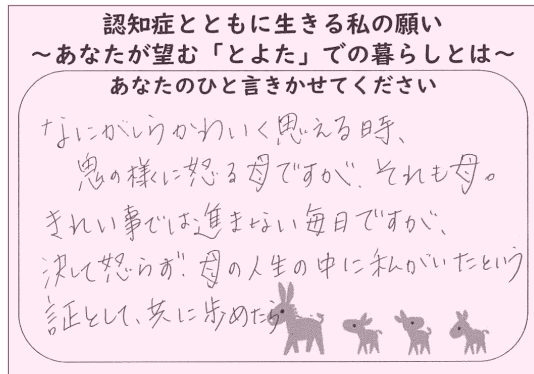
### 本人 「前向きな気持ちや家族への感謝」「生きがい」「居場所（人との触れ合い）」



- ・うまくできないことが増えてきたけど、いろんなことやってみたい。
- ・何回も何回も聞くから おこられる。悲しい。  
車もとめられてどこにも行けない。
- ・主人に会いたい 親に会いたい ひまごに会いたい。
- ・いつまでもおシャレをしたい。
- ・やれるだけ家事を手伝いたい。
- ・住みなれたお家で、家族と一緒に過ごしたい。

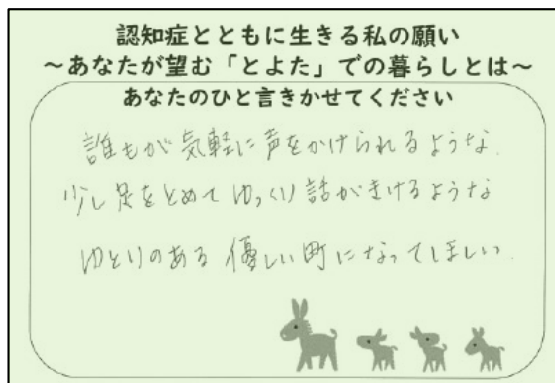
### 家族 「本人とともに生きる思い」「介護サービスの利用」「居場所（人との触れ合い）」

- ・最後まで一緒に暮らしたい
- ・離れる時間がほしい
- ・車イスでも入りやすい店があるとよい。
- ・元気で明るくしっかり者だった 大好きな母の言動が変わっていく……。そして、今後どのようになってしまうのか募る不安。家族のみなさんはどのようにのりこえ、共に生きていらっしゃるのか知恵を学びたい。



### 一般 安心して暮らせる「地域」

※認知症に関する講演会参加者、認知症サポーター養成講座受講者、本人・家族等のひとことカードを読んだ方



- ・認知症の方が安心して暮らせるように、  
家族のサポートも充実してほしいです。
- ・認知症になった時に、相談できる場所や人を  
自分だけでなく、周りの人にも知ってもらえるよう、  
認知症の理解を深める場があると良い
- ・一人でも多くの方が認知症に対して理解し、わけへだてなく暮らしていける街であって欲しいと思います。