



特集 認知症

知ろう 語ろう 考えよう

認知症は誰もがなる可能性があり、決して他人事ではありません。9月は認知症月間です。認知症への理解を深め、認知症になっても「お互いさま」で助け合うことができる、誰もが安心して笑顔で暮らせるまちを一緒につくっていきましょう。

☎高齢者支援課 ☎2998-9120

知ろう 認知症のことを知りましょう

約7人に1人は認知症

2040年に全国の認知症高齢者数は584万人を超えと言われていす。これは高齢者の6.7人に1人にあたります。

さらに、若年で認知症になる方もいます。認知症は誰がなってもおかしくない、身近なものです。

心配があれば早めに相談を

最近、脳内のアミロイドβ^{ベータたんぱく}蛋白を除去することで、軽度アルツハイマー型認知症や軽度認知障害（認知症の前段階）の方に効果がある薬が発売されました。早い段階から治療が出来るようになった（ただし検査で適応を確認）ため、早期診断の重要性がさらに高くなりました。

今日は何年？何月？何日？何曜日？季節は？この問いに簡単に答えられないなら認知機能に関して黄色信号が灯ります。「もう働いていないから、約束事が減って曜日には関係のない生活をしているから」と思われる方も多いかと思いますが、

社会生活への関与や興味が薄れてしまっている人の中には認知症が隠れている場合があります。頭も体もよく動かすことは認知症の予防に繋がります。生活習慣を再検討しながら、心配な方はかかりつけ医や所沢市医師会所属の「もの忘れ相談医」に相談されることをお勧めいたします。



ロイヤルこころの里病院院長
日本老年精神医学会専門医
井川真理子医師

相談先も知っておきましょう

地域包括支援センター

保健・医療・介護・福祉の総合相談窓口です。保健師、介護支援専門員、社会福祉士が配置されています。市内には14カ所あります。



もの忘れ相談医

所沢市医師会の32医療機関36人がもの忘れ相談医として診療しています。認知症専門医療機関や介護とも連携しています。



埼玉県・さいたま市 若年性認知症サポートセンター

若年性認知症支援コーディネーターに医療・サービス受給・就労支援などの相談ができます。



普段から気になる様子をメモしておく、相談や受診する時に役立ちます



新所沢地域包括支援センター
認知症地域支援推進員 伊東さん



▲地域包括支援センターマップ

伸ばそう！健康寿命

地域で自分らしく暮らせるように、食事や運動などを意識し、体と心に良いことを普段の生活に取り入れてみませんか？

☎健康づくり支援課
☎2991-1813



▲歩いてポイントを貯めながら、健康づくりができます♪

▲市庁舎 (Q健康寿命)