～ みんなで考えよう、認知症のこと ～

いのちの光輝きをありがとう

市内に住む65歳以上の人口は29,977人（９月末日現在）で、約３人に１人が高齢者という“超高齢社会”にあります。このような中、高齢者を取り巻く重要な課題のひとつに「認知症」の存在を忘れてはなりません。
そこで今号では、誰にでも起こりうる「認知症」について考えていきます。

認知症サポーター養成講座を受講後、介護予防ボランティア応援隊員の指導のもと、ボール遊びを行う新和町棒の鶴地区老人会の皆さん。

第１章　―学ぶ―

認知症とは？

認知症は、脳がつかさどっている記憶や感覚、思考、感情、体全体の調節といった、生きていくために必要な脳の一部の働きに障がいが起こり、日常生活をするうえで支障が出ている状態のことをいいます。

認知症を引き起こす病気のうち代表的なものは、脳の細胞が少しずつ死んでしまい、脳全体が縮んでいく「アルツハイマー型認知症」です。また、脳梗塞（こうそく）や脳出血など、脳の中にある血管がつまったり切れたりして、その部分に栄養や酸素が行き渡らないことで脳細胞が死んだり、働きが悪くなってしまうことが原因による「脳血管性認知症」があります。

このほかにも、認知症を引き起こす病気は数多くあり、日本では２００万人以上の認知症患者がいるといわれています。

認知症の症状

認知症の症状には、覚えられない、すぐ忘れてしまうなどの「記憶障害」や、時間・場所・人がわからなくなる「見当識障害」、物事を理解・判断することができなくなったり、日常生活に必要な作業がこなせなくなったりするなどの「実行機能障害」があり、これらを〝中核症状〟といいます。

また、この中核症状がもとになり、本人の性格や素質、周囲の環境や人間関係、介護の受け方などが影響して自信を失い、すべてが面倒になるなど、日常生活の中で行動や態度としてあらわれる〝行動・心理症状（ＢＰＳＤ）〟があります。

普通のもの忘れと認知症のもの忘れは違います！

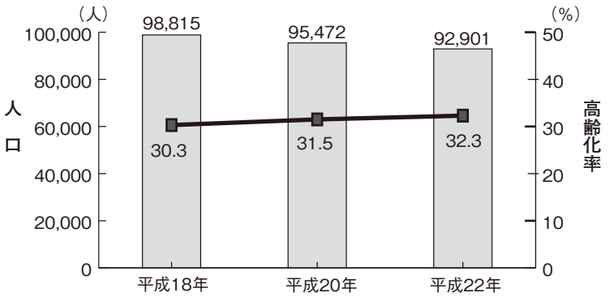
- **●普通のもの忘れ**
  食べた食事のメニューや約束の日時が思い出せない（正常な老化現象）。
- **●認知症が疑われるもの忘れ**
  食事をしたことや約束したこと、それ自体を忘れてしまう。

市を取り巻く状況

市の人口は平成18年以降、毎年約1、５００人のペースで減少する中、高齢化率（総人口に占める65歳以上の人の割合）は30％を超え、増加の一途をたどっています（別表1参照）。

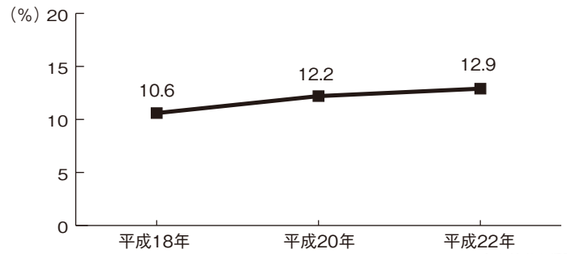
また、65歳以上の人に占める介護保険認定者における、認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ（たびたび道に迷う、電話応対やひとりで留守番ができないなど）以上の割合も増加傾向にあることから（別表2参照）、今後、高齢化がさらに進むうえ、介護や支援を必要とする認知症高齢者も増加することが予測されています。このような状況を踏まえ、私たちは認知症について正しく理解し、適切に対応をしていかなければならない時期にきているといえるのです。

■市の人口と高齢化率の推移　別表１



※人口は各年９月末日現在

■65歳以上の人に占める、介護保険認定者における認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上の割合　別表２



※市高齢者支援課調べ