



もっと知ろう もっと語ろう 認知症 今、私たちにできること そっと寄り添うために

もっと
知ろう

認知症はだれもがなりうるものです

2025年には団塊の世代が75歳以上を迎える今、町民4人に1人が65歳以上となっています。

認知症は高齢者の約5人に1人になる見込みと言われ、一方で年齢の若い世代で発症する若年性認知症もあります。認知症は自分自身や家族、友人など誰もがなりうる病気なのです。一人ひとりが認知症について正しく知り、認知症を自分のこととして捉え、一人ひとりができることを考えてみましょう。

高齢者の5人に1人が
認知症（見込み）



町の65歳以上人口
5,993人
(R6.8.1現在)

認知症があっても「その人らしさ」は変わりません

認知症の症状

認知症を患うと記憶を保つことや状況に応じた行動をとることが難しくなります。「何度も同じ話をする」「怒りやすくなった」などの変化で認知症に気づくことがあります。

本人の気持ち

ご本人は「頭の中にもやがかったみたい」と、以前の自分と現在の違いを感じ、不安で混乱することが多くなります。

また、「人と話をしたい」「出かけたい」「誰かの役に立ちたい」など様々な思いも持っています。今まで感じていた気持ちや愛情は何ら変わることなく心の中にあります。豊かな感情とその人らしさは変わらないのです。



もっと
語ろう

同じ悩みを分かり合える場で 認知症の理解を深めましょう

認知症介護者のサロン

日程 毎月第2火曜日

場所 松枝交流センター（長池）
（1月から福祉健康センター）

過去に認知症の介護をされた方や、現在介護中の家族の方などが参加し、同じ悩みなどを話しています。（詳しい日程は21ページ）

家族の
声

「認知症介護者のサロン」より

【介護の苦労】

認知症とわかっていても、何回も同じことを聞かれるとイライラしてしまう。こちらも疲れてしまう。

【共感する仲間の支え】

他の人に相談しづらいことなので、この介護者サロンでみなさんの話が聞ける、悩みを受け止めてもらえるのでとても助かります。

今、地域では「支え合い」が広がっています

認知症の方への接し方のポイント

「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」この3つの「ない」の接し方が重要です。

- 1 まずは見守る
- 2 焦らず余裕を持って対応する
- 3 声をかける時は一人で
- 4 後ろから声をかけない
- 5 おだやかに、はっきりした話し方で
- 6 目線を合わせる
- 7 耳を傾けてゆっくり対応する

認知症サポーターとは

認知症サポーターの皆さんは、笠松町地域包括支援センターなどが開催する「認知症サポーター養成講座」に参加し認知症について学びます。その後、認知症の方や家族を見守り応援するなど、日常生活の中でできる支援を行っています。

認知症サポーター養成講座は、町内会や企業、団体への出前講座も可能ですのでご相談ください。



認知症の方と認知症サポーターさんの支えあいエピソードをご紹介します

ちょっとした声かけや、人との繋がりは孤独や介護の負担を軽減し、笑顔に繋がります

自分の役割を持てた A さん

Aさんは独り暮らし。ここ最近になって、色々なことを忘れてしまいます。楽しみにしている地域の寄り合いの開催日も忘れてしまうことがあります。そんなAさんを心配した周りのサポーターさんが、声かけをして一緒に参加することができるようになりました。

今では、お茶を運ぶなど皆のお世話役を行うこともでき、Aさんは頼りにされています。

趣味で地域とつながる B さん

Bさんはもともと穏やかな性格でしたが、とても怒りっぽくなりました。体は元気なので買い物に出かけますが、同じものを何度も買ってしまいます。しかし、もともと手芸が好きで、長年培った技術は残されていました。医師の勧めもあり、地域の手芸好きな友人（サポーターさん）と一緒にできる範囲で物づくりに取り組むこととなり、自分の居場所ができました。

今では「人が喜ぶ何かができるなら、役に立ちたいです」との想いで前向きに生活をされています。



Bさんの作品

認知症に
ついての
相談窓口

一人で悩まず、一緒に考えましょう

どんなことでもまず、相談してください。

- ・認知症予防について
- ・介護保険サービスの使い方
- ・「ひとり歩き」など行方不明が心配 など

笠松町地域包括支援センター

住 所 笠松町長池 408-1

電 話 388-7133

相談時間 平日 / 午前8時30分～午後5時15分