

【特集】

安心して暮らし続けられる

まちを目指して

— 鶴岡市の認知症対策 —

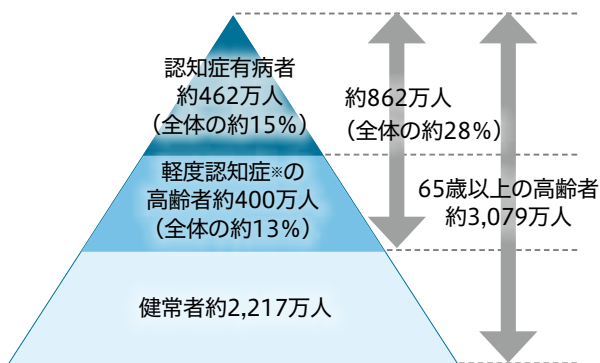
◎問合せ 長寿介護課高齢者交流センター

☎ 29・4180

総人口のうち六十五歳以上の高齢者が占める割合を高齡化率といいます。日本は、平成十九年に高齡化率が二一・五％となり、「超高齡社会（高齡化率が二一％を超えた社会）」を迎えました。そのような中で、全国的な課題の一つとなっているのが認知症高齢者の増加です。二十四年時点の厚生労働省の推計では、六十五歳以上の高齢者の一五％、七人に一人が認知症とされ、今後も高齡化率の上昇に伴い認知症高齢者は増え続けると考えられています。本市においても例外ではなく、認知症高齢者は増加傾向にあります。

今回の特集では、認知症高齢者を守り支える本市の認知症対策を紹介します。

《65歳以上の高齢者のうち認知症の推計値》



※軽度認知症：正常と認知症の中間の段階。

(資料：平成24年厚生労働省の調査)

“知る”

認知症の現状

認知症とは、後天的な脳の病気で記憶力や判断能力といった認知機能が低下し、日常生活に支障を来す状態のことをいいます。

老いに伴う病気の一つで、高齢者の七人に一人が認知症という厚生労働省の推計を本市に当てはめると、六千二百

人が認知症高齢者と推定されます。さらに、認知症予備軍とされる軽度認知症の方を加えると、その数は高齢者の四人に一人、約一万一千人となります。

認知症の原因と症状

認知症の原因として最も多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んで脳が萎縮する「変性疾患」と呼ばれる病気です。アルツハイマー型認知症や前頭・側頭型変性症等は、

この変性疾患が原因です。次に多いのが、脳梗塞、脳出血など脳血管の病気です。

認知症になると、脳の細胞が壊れたことで起こる、記憶障害等の「中核症状」と呼ばれる症状が現れ、現実を正しく認識できなくなります。また、中核症状や本人の性格、人間関係等の様々な要因が組み合わさり、うつ状態になる、幻覚を見る、暴力的になるなど、行動や心理面にも症状が現れることもあります。

“防ぐ”

日頃から予防と、早期発見・早期治療

残念ながら、認知症の発症を完全に防ぐことはできません。しかし、認知症の大部分を占めるアルツハイマー型認知症や脳血管性認知症は、生活習慣病（高血圧、糖尿病、高脂血症等）との関連があるとされています。バランスの取れた食事や適度な運動等、

日頃から生活習慣に気を配ることで、認知症を予防することが出来ます。

▼予防のポイント

- ① 散歩等の軽い運動をする
- ② 規則正しい生活を送る
- ③ 適度な昼寝で脳を休める
- ④ 楽しみや趣味を持つ
- ⑤ 地域や家庭で役割を持つ
- ⑥ 仲間の“輪”を大切にする

“遊”と“友”が大切

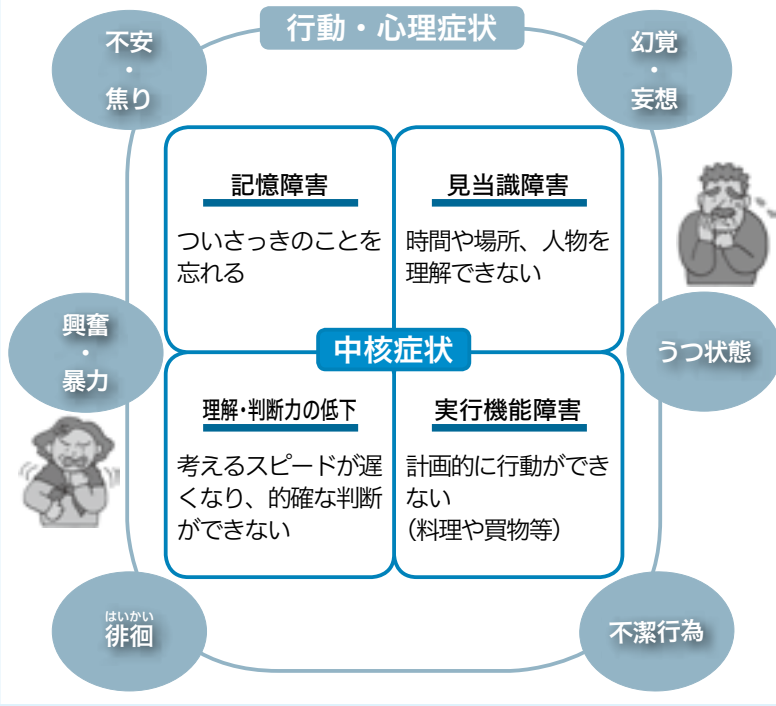
また、症状が軽いうちに適切な治療を受けることで、認知症の進行を遅らせたり、症状を改善したりすることもできます。少しでも不安に感じたら、早めに医師の診断を受けましょう。

“支える・守る”

家庭での介護

認知症の人を支える最も身近な存在は家族です。認知症の方の介護に限らず、介護は毎日続くもの。介護する側もされる側も、無理なく穏やかな気持ちを保つことが重要です。特に、認知症の方は、

認知症の症状



物忘れが気になったら…

自分(家族)でチェックしてみましょう

当てはまる項目がある場合は認知機能が衰えてきたサインかもしれません。心配な方は近くの地域包括支援センターに相談しましょう。

- ☐ 物忘れが増えた
- ☐ 日付や曜日が分からない
- ☐ 簡単な計算ができなくなった
- ☐ 家事などができなくなってきた
- ☐ 作業中に話し掛けられると今までしていたことを忘れてしまう
- ☐ 趣味等これまで関心があったことへの意欲が湧かない



成年後見制度利用の流れ

成年後見制度を利用する場合は、手続きが必要です。
各制度で手続きの方法や必要書類、費用等が異なりますので、それぞれの問合せ先に確認してください。

～法定後見制度の手続き～

岡山県家庭裁判所鶴岡支部 ☎23 - 6677

①申立て

…本人の住所地の家庭裁判所に申し立てます。
※本人・配偶者・4親等内の親族・市区町村長等が申し立てることができる。

②審理・審判

…家庭裁判所において申立ての内容を審査した上で、後見内容を定め、後見人等を選任します。
※審判をするに当たっては、原則として医師による鑑定が必要です。
※後見事務の監督のため、後見監督人が選任されることがあります。
※審判内容は本人と後見人に通知されます。

③審判確定・登記

…後見等開始の審判が確定すると、その内容が登記されます。

④後見事務開始

～任意後見制度の手続き～

岡山県公証役場 ☎22 - 9996

①任意後見契約・登記

…本人と任意後見受任者（任意後見人となる人）が公証役場で任意後見契約を結び、その内容が登記されます。

②申立て（判断能力が低下したら）

…任意後見監督人の選任を家庭裁判所に申し立てます。

③審理・審判・審判確定

…任意後見監督人を選任する審判が確定すると、その内容が登記されます。

④後見事務開始

みんなで防ごう、高齢者虐待

高齢者虐待の多くが認知症の方に対するものです。認知症の進行とともに、介護への抵抗や徘徊といった行動が目立つようになり、介護する側の負担が増えることで、虐待につながるものが心配されます。次のことを心掛け虐待を未然に防止しましょう。



▼思いやりを持って接する

▼認知症に対する正しい知識を身に付ける

▼一人で悩みを抱え込まず相談する。「認知症の人と家族の交流のつどい」など介護者の集い等に参加し、介護についての情報交換や悩みを相談する。

□地域で見守りましょう□

高齢者虐待の早期発見のためには、周囲の「気づき」が大切です。もし、日常生活の中で高齢者の様子が「おかしいな」と感じたり、気掛かりなことがあったりしたら、また、虐待を発見したら地域包括支援センター等に相談・連絡しましょう。

高齢者虐待とは…

- 身体的虐待：暴行等
- 心理的虐待：暴言や無視等
- 経済的虐待：年金を取り上げる等
- 性的虐待：わいせつな行為をする等
- 介護放棄：介護や世話をしない等

精神的に不安定になると、異常な言動等の症状が出やすくなり、介護する側の負担も大きくなります。認知症の症状を理解し、人格や自尊心を尊重しながら、笑顔でゆつくりと、本人の視野に入って話すなど不安を与えないように接することが大切です。

また、介護する側の頑張り過ぎも禁物です。疲れやストレスが原因で虐待につながる場合があります。一人で抱え込まず家族や地域包括支援センターに相談しましょう。

認知症や障害等で判断能力が不十分な方の権利や財産を守るため、成年後見制度があります。この制度には、既に判断能力が不十分な人が家庭裁判所に申立てを行い、審判で後見人等を選任する「法定後見制度」と、将来の判断能力の低下に備え、後見人になつてもらいたい人を契約であらかじめ決めておく「任意後見制度」の二種類があります。本人の判断能力の程度や契約条項等で具体的な内容は異なりますが、後見人等が預貯金等の管理や、様々な契約・手続き等を法的に支援します。

支援制度やネットワーク

認知症は誰もがなり得る、身近な病気です。認知症になつても穏やかに暮らしていくためには、家庭だけでなく地域全体で支える仕組みが不可欠です。本市は、これからも認知症の方に寄り添った取り組みを継続し、地域の皆さんと協力しながら、誰もが安心して暮らせるまちづくりを推進していきます。

安心して暮らせるまちに

認知症は誰もがなり得る、身近な病気です。認知症になつても穏やかに暮らしていくためには、家庭だけでなく地域全体で支える仕組みが不可欠です。本市は、これからも認知症の方に寄り添った取り組みを継続し、地域の皆さんと協力しながら、誰もが安心して暮らせるまちづくりを推進していきます。

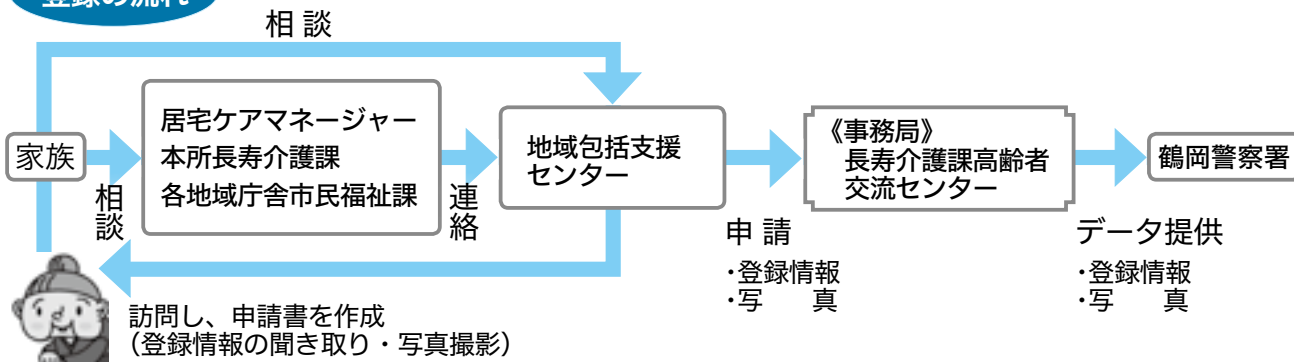
認知症徘徊 SOS ネットワーク “「ほっと安心」見守りネットつるおか” の仕組み

この取り組みは、市が鶴岡警察署、鶴岡市町内会連合会、鶴岡市民生児童委員協議会、認知症家族の会、介護保険の事業所等と連携して認知症の方やその家族を支援するものです。7月24日に、事前に申請された登録情報等を鶴岡警察署に引き継ぎました。現在、市内の51法人163の事業所が検索協力登録機関となっています。



事前登録申請書等引継式

登録の流れ



行方不明になったとき

登録している●●です。
おばあちゃんがなくなりました。



- ・氏名・住所・服装
 - ・いつもの行き先
 - ・徘徊の有無 等
- を伝える



家族等

行方が分からなくなったら…
すぐに警察に110番通報!!

長寿介護課高齢者交流センター
各地域庁舎市民福祉課
地域包括支援センター



鶴岡警察署

《登録情報》

了解しました。
登録情報を基に直ちに
検索します。

親戚や消防団に捜索を依頼する

自宅訪問や協力団体への連絡

認知症の相談窓口

お住まいの地域の地域包括支援センターに気軽にご相談ください。

お住まいの地域	担当の地域包括支援センター	電話番号
第一学区、第四学区	健楽園地域包括支援センター	25 - 0888
第二学区、斎地区、黄金地区	鶴岡市社会福祉協議会地域包括支援センターなえづ支所	25 - 9275
第三学区、湯田川地区、田川地区	地域包括支援センターつくし	29 - 1256
第五学区、栄地区	永寿荘地域包括支援センター	29 - 2900
第六学区、大泉地区、京田地区	鶴岡市社会福祉協議会地域包括支援センター本センター	29 - 1626
上郷地区、大山地区	// おおやま支所	33 - 0202
三瀬地区、小堅地区、由良地区	// とようら支所	38 - 8150
加茂地区、湯野浜地区、西郷地区	しおん荘地域包括支援センター	76 - 3762
藤島地域	地域包括支援センターふじしま	78 - 2370
羽黒地域	// かみじ荘	64 - 8281
櫛引地域	鶴岡市社会福祉協議会地域包括支援センターくしびき支所	57 - 5300
朝日地域	地域包括支援センターあさひ	58 - 1068
温海地域	鶴岡市社会福祉協議会地域包括支援センターあつみ支所	43 - 2301