

第1回認知症研修会（認知症サポーター養成講座）レポート

日時：平成30年9月26日（水）19：00～20：45

場所：福島市保健福祉センター 5F 大会議室

研修委員 佐藤友美

認知症サポーターとは…

- ・認知症やその家族の「応援者」
- ・何か特別なことをする人ではない
- ・正しく理解し、偏見を持たない姿勢
- ・「自分の問題だ」という認識を持ち、学んだことを家族や友人に伝えること

※H29.12.31時点で福島市には25,855人のサポーターがいる

オレンジリングの意味

認知症サポーターの目印であり、「認知症の人やその家族を応援します!」という意思表示

認知症とは…（≠老化）

一旦正常に達した知的機能が持続的に低下し、複数の認知障害があるために、社会生活に支障をきたすようになった状態（およそ6ヶ月以上継続）

※『病気』であり、恥ずかしいことではない。認知症を正しく理解することが重要

誰でも発症する可能性がある身近な病気

日本の現状として2025年には、、認知症人は700万人!!!!を超える予測（65歳以上の6人に1人）

老化による物忘れと認知症の違い

	老化による物忘れ	認知症
物忘れ	体験したことの一部を忘れる （ヒントがあれば思い出す）	体験したことをまるごと忘れる （ヒントがあっても思い出せない）
自覚	忘れっぽいことを自覚している	忘れたことの自覚がない
日常生活	支障ない	支障をきたす

《認知症の種類》

●アルツハイマー型（50%）

物忘れから気づくことが多く、短期記憶が不得意になる。女性に多く、進行は緩やか。

●レビー小体型（20%）

幻視、奇声をあげるなどの異常言動が目立つ。日によって変動することも特徴的。

●血管性（15%）

脳梗塞や脳出血などによって発症する。階段状に進行し、男性に多い。

●前頭側頭型（ピック病）（15%）

物忘れの症状は軽く、性格変化や行動異常が目立つ。若年で発症することが多い。

※軽度認知障害（MCI）を見逃さないで!!

認知症 1 歩手前のグレーゾーンの段階であり、認知症予備軍。MCI のうちに対処すれば認知機能を回復したり、維持出来たりすることがある。

早期発見・早期治療が大切!
常時、高齢者に接している薬剤師に期待大!!

中核症状 ←治すのが難しい

・記憶障害 ・見当識障害 ・判断力低下 ・失行 ・失語 ・失認 など

必ずみられる症状であり、進行を遅らせる薬による治療が必要

アリセプト等

薬剤師の役割が重要!!

周辺症状（BPSD） ←介護者が対応に苦慮することが多い、改善することができる

・妄想 ・抑うつ ・幻覚幻聴 ・食行動の異常 ・徘徊 ・暴言暴力、攻撃性 など

性格や心の状態、生活環境などの要因が絡み合っ出る症状であり、介護の工夫やケアスタッフの連携などの非薬物療法が基本だが、多くがSSRIやマイナートランキライザーが使われているのが現状

《認知症の人と接するポイント》

1. まずは見守る
2. 余裕をもって接する
3. 声を掛けるときはひとりで
4. 後ろから声をかけない（驚かせない）
5. 相手に目線を合わせて、優しい口調で
6. 穏やかに、はっきりした話し方で（認知症の人はたくさんの情報を処理できない）
7. 相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する（急かさない、自尊心を傷つけない）

今までできていたことができなくなる、思い出せなくなることに一番傷つき、不安なのは認知症の方本人。

認知症が進み、記憶力が低下しても羞恥心やプライドは変わらない。

客観的には無意味なことも本人にとっては目的や意味がある。本人がとった行動に対し、否定せずに受け入れる態度が必要。

福島市では

平成 27 年度から 29 年度に、福島市オレンジプランを策定し、認知症になっても、人としての尊厳が守られ安心して暮らせる社会の実現を目指し、施策を推進、さらに目指す姿の実現に向け、第 2 期計画「福島市認知症施策オレンジプラン 2018」を策定。

2025 年の目指す姿

“認知症の人も周囲の人も安心して自分らしく暮らし続けることができるまち”

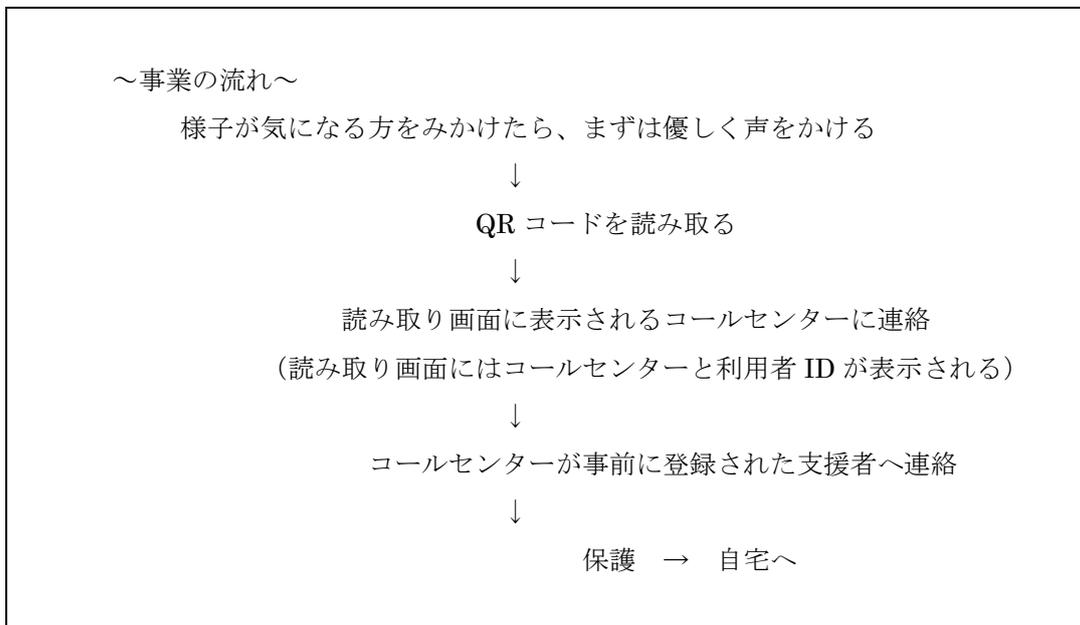
《福島市の高齢者の現状》

高齢化率は 28.4%（約 3 人に 1 人が高齢者）で、高齢者の約 3 人に 1 人が認知機能低下がみられると推定
若年性認知症の人は福島市に約 80 人いると推定

●福島市認知症高齢者 QR コード活用見守り事業

認知症の高齢者が警察等の関係機関で保護された際に、早期に身元が判明できるように「QR コードシール」を交付

- ・利用できる方…「認知症高齢者のうち福島市内に住所を有する方」を介護している親族や支援者の方が対象
- ・利用手続き…福島市長寿福祉課地域包括ケア推進室、または担当のケアマネージャーか近くの地域包括支援センターに相談。申請受付後、交付までに約 2 週間程度掛かる
- ・利用料金…QR コード（シールタイプ）大小 36 枚は無料
（ただし、追加する場合や衣類等に貼るアイロンシールタイプは利用者負担）



誰もが発症する可能性のある認知症、他人事ではない。

もし自分が発症したら「どうしてもらったらうれしいか」「どうしてもらったら安心するか」... 自分のこととして考えることで気づくことがあるはず。できることがきっとあるはず。

協力 福島市健康福祉部長寿福祉課 様
キャラバン・メイト 様
エーザイ株式会社