



# これって認知症？

認知症は、誰にも起こりうる脳の病気によるものです。

「認知症」は、加齢による「もの忘れ」と混同されがちですが、認知機能が低下することが原因で、生活に支障が出てくる状態のことをいいます。

**「認知症」**

- もの忘れの自覚がない
- 食べたこと自体を忘れている
- 判断力が低下する
- 目の前の人や誰なのか分からない

**加齢による「もの忘れ」**

- もの忘れの自覚はある
- 何を食べたか思い出せない
- 判断力の低下は見られない
- 目の前の人や名前が思い出せない

認知症の方は、何も分からないのではありません。

認知症の方は、認知機能が低下し様々なことが分からなくなっているようでも、その方らしさや感情が無くなっていくわけではありません。まわりの方が、本人の不安な気持ちに寄り添うことで、症状の多くを和らげることができます。

認知症の方と接するとき心がけたい  
“3つの「ない」”

驚かせない

急がせない

自尊心を傷つけない



# 認知症かもしれないって思ったら？

認知症は、早期発見・早期対応が大切です。

認知症は完治が難しい病気とされていますが、認知症を早期に発見し対応することは、その人らしい暮らしを長く続けることにつながります。

## 早い時期に対応することのメリット

症状が重くなる前に適切な治療や支援を行うことにより、進行を遅らせることができます。また、認知症の症状であっても、治る病気や一時的な症状の場合もあります。

症状が重くなったときに備え、余裕をもって家族などの支援体制を整えておくことにより、本人が願う生き方をまっとうすることが可能になります。

宇都宮市では、様々な支援を行っています。

宇都宮市では、認知症の方とその家族の不安を少しでも軽減することができるよう、以下のような支援を行っています。

### 認知症見守りグッズの配付

アイロンプリントシールや反射ステッカーを配付しています。よく身に着ける衣類や持ち物などに貼っていただくことにより、外出時の身元確認につながりやすくなります。  
⇒ 詳しくは、高齢福祉課企画グループ(☎028-632-2904)またはお住まいの地区を担当する地域包括支援センターまでお問い合わせください。



### 位置探索システム利用に対する助成

小型専用端末機を身に着けていただくことにより、行方不明となったとき、家族が携帯電話やパソコンから端末機の電波による位置情報を検索し、現在位置を特定することができます。  
このサービスを提供している事業者と契約し、サービスを利用した場合に、初回の登録料及び毎月の利用料の一部を助成します。  
⇒ 詳しくは、高齢福祉課福祉サービスグループ(☎028-632-2360)までお問い合わせください。



### 認知症サポーターの養成

- 自治会、学校、商店街、職場、有志の集まりなどに講師が出向き、認知症サポーター養成講座を実施します。
  - 認知症サポーターとは？
    - ・ 認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者のことです。
    - ・ 講座を受講した方には、サポーターの「しるし」である「オレンジリング」をお渡しします。
- ⇒ 詳しくは、高齢福祉課企画グループ(☎028-632-2904)までお問い合わせください。

