

# 「安心のまちづくり」のために

## 第3回

# 高齢者の暮らしを考える③

「認知症」。最近よく耳にする言葉ですね。まだまだ自分は大丈夫、関係ないと思っている方も多いのではないのでしょうか。でも認知症は病気の症状の一つ。早期発見・早期治療が大切です。そのための様々な取り組みに参加してみたいかがでしよう。

## インタビュー「認知症と向き合うことについて」

●いま、よく話題となる「認知症」についての課題はなんでしょう。

高齢者の約4人に1人が認知症、またはその予備軍と言われています。予防や進行を遅らせたい方のための「認知症予防教室」はたくさんありますが、自分はまだ大丈夫だから、介護のお世話になるのは恥だからと思う人もいます。また、身内に認知症の方がいることを隠したい方や、

自分が認知症だとは認めながらも、自分も多くなります。しかし、本当はどうかを知る必要があると思います。

人は加齢とともに少なからず物忘れ等が進行するので、まずは予防教室へ行ってみてはどうでしょう。認知症には「徘徊」や「叫ぶ」といったあまり良くないイメージがありますが、それは重度の場合で、認知症を怖



長友 薫輝  
(松阪市地域包括ケア推進会議 会長)  
三重短期大学教授。  
同大学地域問題研究所所長。  
社会福祉士。  
日本医療経済学会役員なども務める。

がる必要は全くありません。認知症を認めたくはないからと、病院への受診を拒む方もいますが、早めに受診することで進行具合が全く異なります。進行を遅らせる薬もありますし、今後の進行に対して心の準備もできます。認知症については早期発見・早期治療がなにより大切です。

### お知らせ掲示板

全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

とき 9月7日(月)～13日(日)午前8時  
半～午後7時(土・日は午前10時～午後5時)

※相談電話 ☎0570・003・110  
津地方務局人権擁護課

☎059・228・4193

### 中小企業事業主の方へ 「両立支援等助成金制度」

働きながら子育てをする労働者の雇用の継続を図るため、仕事と家庭の両立を支援する制度を導入し、利用を促進した中小企業事業主に対して支給されます。育児休業取得者の代替要員を確保し、3カ月以上育児休業を取得した労働者を原職復帰させ、復帰後6カ月以上雇用した中小企業事業主に対して助成されます。支給額 育児休業取得者1人当たり30万円(期間雇用者の場合は10万円加算) 詳細は三重労働局のホームページ <http://mie-roundoukyoku.sjie.mhw.go.jp/> をご覧ください。

☎059・226・2318

### 土の人形展

人形作家山口茂さんの人形展です。松阪もめんの織り子や海女の姿が表現されています。

とき 9月16日(水)～23日(水・祝)  
午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)

☎松阪もめん手織りセンター(本町) 26・6355

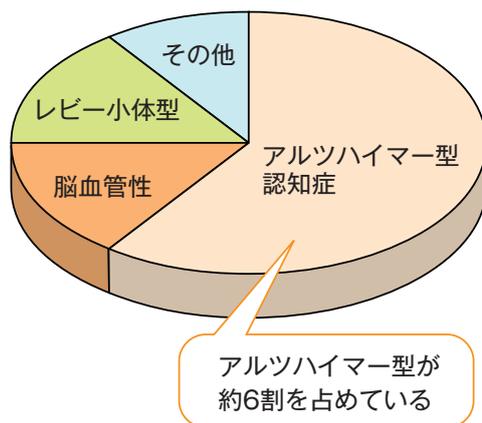
●認知症などの予防教室を、住民の方々が主催しているところはあるのでしょうか。

一般の方にはハードルが高いように思われますが、実は地域の方々が自分たちで予防教室を主催しているところもあります。「認知症」という言葉が付くと高齢者の方は行きにくいので「すこやか教室」などの名前にしていくことが多いです。

役所や保健センターの職員が話すよりも、同世代の高齢者が実際に話す方が理解されやすく共感を得やすいことがあります。また、実際に認知症の高齢者の介護をしている家族の方の話を聞く機会を設けていくことも重要です。人付き合いが少ないと認知症は進行しやすいため、会話をしたり刺激しあったりし、本人も家族も孤立させないことが大切です。

認知症は原因となる様々な病気が関係しています。主なものはアルツハイマー型が多いとされていますが、原因となる病気によっては現れる認知症の症状も異なる場合があります。

認知症の原因別グラフ



【参考】厚生労働省「認知症予防・支援マニュアル(改訂版)」

### ■松阪市からのお知らせ

松阪市では、10月10日(土)認知症をテーマとした映画を上映します。詳しくは、今月号の広報まつさか17ページをご覧ください。

また、「物忘れ」に対して不安のある方のため「脳の健康チェック」を行っています。タッチパネルを使つての15問の選択回答で、介護予防教室や健康フェスティバルなどの会場で、約5分で体験できます。さらに月1回、専門の医師による「物忘れ相談会」を開催

しています。病院に受診するのはちょっと…という方も、気軽に相談ください。希望する方は、広報32ページで日程をご確認ください。

ほかに、松阪市や地域包括支援センターでは介護や認知症に関する「予防教室」を随時開催しています。また、市内で介護や認知症について家族などが語り合う「カフェ」などが増えています。

詳しくは、高齢者支援課(☎53・4099)に問い合わせてください。

### 東日本大震災復興支援 「チャリティ・ウォーキング& ジョギング」

とき 10月12日(月・祝)午前9時40分～

※雨天の場合は10月18日(日)

ところ 中部台運動公園(立野町)

参加費 無料\*支援金にご協力ください。

内容 トリムコースのウォーキング・ジョギング、被災地支援の報告とパネル

展示、フラダンスと太極拳の演技、チャリティバザーなど。

☎ 080・5168・8330(楠谷)

☎ 080・5168・8330(楠谷)

☎ 080・5168・8330(楠谷)

### 無料調停相談会

交通事故、金銭、土地建物、公害、家庭の問題について調停委員が無料で相談のります。

とき 10月7日(水)午前10時～午後4時

ところ 産業振興センター(本町)

☎ 松阪簡易裁判所 ☎ 51・0542

### 職長・安全衛生責任者教育技能講習会

とき 10月19日(月)～20日(火)

ところ 三重建設労働組合伊勢支部第一会館

(伊勢市一之木)

定員 40人

受講料 7500円

☎ 三重県建設労働組合伊勢支部

☎ 0596・23・5535

### 無料なんでも相談会

とき 10月3日(土)午後1時～4時

ところ 松阪商工会議所(若葉町)

内容 法律、社会保険、破産、健康相談など

※すべて個別相談で、法律・税務相談以外は電話相談も受け付けます。

☎ 松阪商工会議所 中小企業相談所

☎ 51・7811