

オレンジカフェ通信

8月・9月号

みなさん、お元気ですか。毎日暑い日が続いていますね。体調管理には十分気をつけてお過ごしください。せっかくですから、暑い夏も前向きにとらえ、この時期にしかできないことにチャレンジしませんか。今年は町の花火大会も開催予定です。スイカや梨、冷やし中華やふわふわなかき氷など味わうのもいいですね。

オレンジカフェ通信では、たくさんの人に認知症やその活動を知ってもらえるよう紹介しています。

オレンジカフェ

毎月第3火曜日 13:30～16:00
(警戒度2になると、15:00まで)

にこにこ甘楽 地域包括支援センター
*出入り自由で、予約は必要ありません。

「オレンジカフェ」は、認知症や介護についての相談や学べる通いの場です。興味のある人、介護者、当事者、リフレッシュしたい人、ぜひお出掛けください。



8月16日(火)

お盆のため、お休みです

9月20日(火)

新しい認知症ケア「ユマニチュード」
報道特集視聴



認知症について

前月号で認知症の状態と主な原因である病気についてお伝えしました。今回は認知症の主な症状について紹介します。

認知症の症状は、脳の機能が低下し脳の細胞が担っていた役割が失われることで起こる**中核症状**と、それを起因として本人のもともとの性格や環境など様々な要因が絡み合ってみられる**行動・心理症状(BPSD)**に分けられます。

中核症状

- 記憶障害：数分前、数時間前の出来事をすぐ忘れる しまい忘れや置き忘れが増えて、いつも探し物をしている 同じものを何個も買ってくる
- 見当識障害：日付や曜日がわからなくなる 慣れた道で迷うことがある 出来事の前後関係がわからなくなる
- 理解力・判断力の低下：手続きや貯金のおし入れができなくなる 状況や説明が理解できなくなる、テレビ番組の内容が理解できなくなる 運転などのミスが多くなる

○仕事や家事・趣味、身の回りのことができなくなる：仕事や家事・趣味の段取りが悪くなる 時間がかかるようになる 身だしなみを構わなくなる 洗面や入浴の仕方がわからなくなる 失禁が増える

行動・心理症状(BPSD)

- ・不安、一人になると怖がりたり寂しがったりする
- ・趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる
- ・些細なことで腹を立てる
- ・誰もいないのに、誰かがいると主張する(幻視)
- ・自分のものを誰かに盗まれたと疑う(もの盗られ妄想)
- ・目的を持って外出しても途中で帰れなくなる
- ・不眠 など

周囲にとっては「なぜそんなことをするのか?」と思うしまう行動も出てきますが、どれも本人にとっては理由があり、対応のしかたで症状が改善することもあります。 *次回対応のしかたについては、紹介します

認知症サポーターステップアップ講座

認知症を正しく理解し、地域で認知症の人やその家族にできる範囲で手助けする「認知症サポーター」を養成し、やさしいまちづくりに取り組んでいます。

認知症サポーターを対象に、町では**認知症サポーターステップアップ講座**を開催しています。修了者は「オレンジサポーター」として登録していただき、オレンジカフェや元気アップ塾「コグニサイズ」などサポートしてもらっています。

5月27日(金)に開催した認知症サポーターステップアップ講座に、16名が参加されました。
現在49名のオレンジサポーターが登録し、活動されています。



コグニサイズの体験



「ユマニチュード」について視聴

前号は、甘楽町ホームページまたはQRコードからご確認ください



毎年9月21日は、世界アルツハイマーデー



国際アルツハイマー病協会(ADI)が定め、日本では「公益社団法人 認知症の人と家族の会」がADIの加盟団体として啓発活動を行っています。

町では、啓発活動の一環として、昨年度からアルツハイマー月間の9月に、ら・ら・かんらで認知症に関する本の特集や資料の展示、認知症支援のための標語のリーフレットを配布しています。

高齢者のよろず相談
甘楽町地域包括支援センター
67-5182(直通)

〒370-2213

甘楽町大字白倉 1395 番地 1 にこにこ甘楽内
月～金(祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15

お気軽にご相談
ください!

