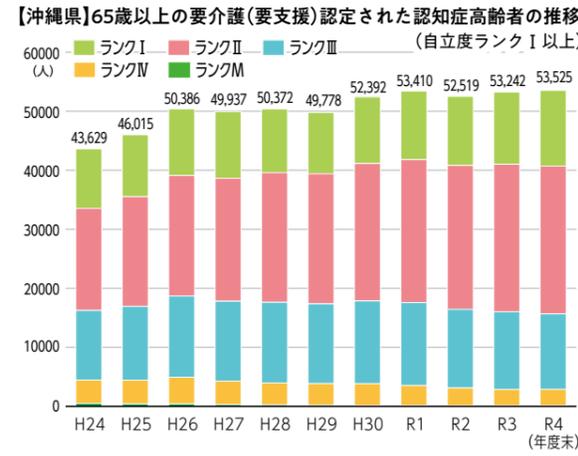


# 9月は世界アルツハイマー月間です

## 認知症の人たちの声を聞いて認知症の理解を深めよう

急速な高齢化の進展に伴い、認知症になる人も増加しています。そのような状況を踏まえ、令和5年6月16日には「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が公布され、認知症に関する正しい知識や理解を深めるよう努めることが国民の責務とされました。一方で、認知症とはどのような病気かで、どのようなサポートが必要なのかについて

では、まだよくわからないという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。県民一人一人が認知症について正しい知識をもち、助けあうことができれば、認知症の人とその家族も住み慣れた地域で自分らしく暮らすことができます。認知症になっても安心して暮らせる社会の実現に向けて、認知症について正しい理解を深めましょう。



出典:要介護(要支援)認定を受けている人の「認知症高齢者の日常生活自立度」調査結果(沖縄県調査)

自立度	日常生活自立度 I から M に該当しない(認知症を有さない)方
I	何らかの認知症を有するが、日常生活は家庭内及び社会的にほぼ自立している。
II	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる。(a=家庭外で b=家庭内でも)
III	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする。(a=日中を中心に b=夜間を中心に)
IV	日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、常に介護を必要とする。
M	著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾患が見られ、専門医療を必要とする。

**認知症とは……?**  
認知症とは、誰にでも起こりうる脳の病気です。脳血管疾患、アルツハイマー病などさまざまな原因で、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、生活する上で支障が出ている状態がおよそ6か月以上継続している状態をいいます。

**世界アルツハイマー月間**  
令和4年度末時点で、県内の要介護(要支援)認定を受けている65歳以上の高齢者約6万2千人のうち、約5万4千人が何らかの認知症があると判定されています。

1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓発を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、さまざまな取組を行っています。

もっと知ろう  
もっと語ろう  
認知症

9月21日  
世界アルツハイマーデー

世界アルツハイマーデー / リーフレット

### 正しい認知症の理解と対応を!

認知症の人本人とご家族の方などの話を聞いてみました

認知症の人は認知機能が低下していますが、周囲の理解と気遣いがあれば地域で暮らし続けることができます。また、家族や介護者の適切な対応によって、認知症の進行を緩やかにすることや症状が軽くなることもあります。

今回、認知症の人と家族の会沖縄県支部が主催する認知症カフェ(ひまわりカフェ)に参加している認知症の人本人やその家族の方などのお話をご紹介します。

認知症の人本人 新里勝則さん

認知症とわかったときはショックだった。最初は認知症と認めたくなかったの、認知症カフェに参加するのも嫌だった。しかし、認知症でも頑張っている人の話を聞いているうちに自分もできるのではと思うようになった。認知症になると何もできないと思われているが、自分は身の回りのことは普通にできるし、ある程度のことはできる。認知症の方はぜひこういった認知症カフェに参加してもらいたい。

認知症の人の家族 新里初美さん

夫が認知症になるとは想像もしていなかった。最初はどうすればいいのかわからず不安だったが、認知症の家族がいる先輩方の経験談や助言を聞いて、徐々に受け入れることができるようになった。今は気も遣わず言いたいことを言いあえて、けんかをすることもあがるが、笑いながら生活できていて幸せ。今後は、自分たちが認知症の人本人や家族の方に、これまで教えてもらったことや経験を還元できるように、みんなが集まれる場所をつくって恩返ししたい。

### ひまわりカフェの主催者

認知症の人と家族の会 沖縄県支部 代表 鈴木伸章さん

ひまわりカフェは、ひとりで家にこもらず、笑顔でみんなと語り合いながら、食べたり、遊んだり楽しくなれるような会を開催しています。また、認知症の知識を持った人がいろいろな相談にもものってくれますので、1人で悩むことなくぜひ参加してもらいたいです。



インタビューに答えていただいた新里勝則さんと初美さんご夫婦

### 認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症の人、家族介護者や友人、地域住民、専門職など年齢や所属、地域に関係なく身近で入りやすい場所で開催される集いの場です。参加者はお互いにコミュニケーションや情報交換を気軽に行うことができます。



認知症に関する本人及び家族の相談会の様子



参加者でシャッフルゴルフを楽しんでいる様子

ひまわりカフェ問い合わせ (公社) 認知症の人と家族の会 沖縄県支部 (代表 鈴木伸章) 電話: 090-3007-2097

### 県の認知症に関する取組

県では、認知症の人が自らの体験を「自身の言葉で語っていただく」沖縄県認知症希望大使」を、令和5年9月(予定)に県内で初めて委嘱するなど、認知症に対する県民の理解を促進する取組を進めています。

みなさんいかがでしょうか。周囲の理解やサポートがあれば、認知症になってもできることをいかながら、希望や生きがいを持って暮らしていくことも可能です。

今回の世界アルツハイマーデー及び世界アルツハイマー月間を契機に、認知症を身近なものとして実感し、今以上に興味をもっていただければと思います。

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」を養成するための講座の受講を「希望の場合には、在住、在勤または在学している市町村事務局へお問い合わせください。

問い合わせ 高齢者福祉介護課 電話: 098-866-2214 FAX: 098-862-6325

