

認知症を予防しよう！

今年度は、認知症予防をテーマにご紹介します。認知症の対策には支え合いが大切。知識を増やし、今後の生活に活かしましょう。

今月は、認知症ともの忘れの違いについてです。認知症が疑われる場合は、早めに病院へ相談してください。



おたっしや本舗

今月の福祉

認知症ストップ作戦 No.2

多久市地域包括支援センター（おたっしや本舗多久）は高齢者のみなさんが、住み慣れた多久市でいつも元気で安心して暮らしていけるように高齢者の生活をあらゆる面から応援する総合相談機関です。

生活の中で「困ったなあ」「どうしよう」と思うことがあったら、まずご相談ください。

多久市地域包括支援センター
（多久市役所 福祉課内）

☎ 75-6033

認知症は脳の病気です



もの忘れがはげしいけれど、これって認知症？

普通のもの忘れと、認知症によるもの忘れは違います。普通のもの忘れでは日常生活に大きな支障は出ませんが、認知症によるもの忘れは日常生活に支障が出ます。



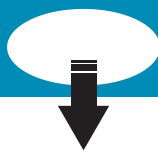
認知症とは、さまざまな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力が低下し、日常生活にまで支障が出るような状態で、通常の老化による衰えとは違います。

たとえば、朝ごはんを何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは、老化による年相応のもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は、認知症が疑われます。



普通のもの忘れ

記憶の帯



体験の一部を忘れる

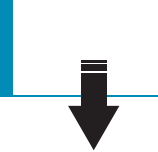
- 体験やできごとの一部を忘れるが、体験のほかの記憶から忘れた部分を思い出すことができる。
- もの忘れをしている自覚がある。
- 人物や時間・場所までわからなくなることはない。



日常生活には大きな支障は出ない

認知症によるもの忘れ

記憶の帯



体験全体が抜け落ちる

- 体験やできごとのすべてを忘れてしまうため、ヒントがあっても、思い出すことができない。
- もの忘れをしている自覚がない。
- 人物や時間・場所までわからなくなることがある。



日常生活に支障が出る