

≡ 9月はアルツハイマー月間 ≡

今月の
HOT NEWS

認知症になっても 住みよいまちに

9月21日は
アルツハイマーデー

アルツハイマー月間って？

アルツハイマーとは認知症の一つで、正式には「アルツハイマー型認知症」といいます。認知症について、多くの人に知ってもらうための周知啓発をする期間がアルツハイマー月間です。認知症になっても暮らしやすい社会を目指し、東郷町でも、9月を中心に認知症について学べるイベントを開催します！
（イベント内容は広報こころの8月号8ページをご覧ください）

認知症とは？

2025年には65歳以上の5人に1人、2040年には4人に1人が発症するといわれている認知症。認知症とは、脳の病気や障がいなど様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。認知症の原因として最も考えられるのは加齢であり、若いことにも現れてくる、自然な現象の一つなのです。

物忘れと認知症の違い

物忘れ



体験の一部を忘れる



ヒントがあれば
思い出せる

認知症



体験自体を忘れる



ヒントがあっても
思い出せない

認知症の予防ポイント

- ① 塩分と動物性脂肪を控えた食事
- ② 適度な運動で足腰を丈夫に！
- ③ 深酒・タバコは×。規則正しい生活
- ④ 生活習慣病の予防・早期発見・治療
- ⑤ 転倒に気を付けよう
- ⑥ 物事に興味や好奇心を持つ
- ⑦ 考えをまとめて表現する習慣を
- ⑧ 気配りをして良い人付き合いを
- ⑨ おしゃれを忘れずに若々しく
- ⑩ くよくよせず明るい生活を

認知症予防の10か条 ※公益財団法人認知症予防財団ホームページ参考

こんなときあなたならどう接する？ ▶ 認知症の人が食後すぐに「ご飯はまだ？」というとき



ワンポイント

体験自体を忘れてしまっているため、なぜ怒られているか分からず、嫌な感情だけが残ってしまいます。本人の気持ちに寄り添って接することで、本人も周りの人も穏やかに過ごすことができます。

体験自体を忘れてしまっている

まちの取組みの一部を紹介!

「高齢者等にやさしいお店」をご存知ですか？

東郷町では、お客様のペースに合わせるなど、高齢者や認知症の人等にやさしい対応や取り組みを宣言している店舗を「高齢者等にやさしいお店」としてホームページで紹介しています。お買い物などに不安のある人も、安心して利用できるお店です。登録店舗には「認知症サポーター養成講座」を受講したスタッフが1名以上在籍します。

PICK UP

平和堂ららぽーと愛知東郷店

「スーパーとして、地域の皆さまのために何かできないか」と考え、今年5月と6月に40名のスタッフが「認知症サポーター養成講座」を受講しました。

やさしいポイント

シニアのお客さんのペースに合わせて、笑顔でゆっくりと説明するなどの対応を心掛けている



やさしいポイント

1/4切のキャベツや半束のほうれん草など、シニア世帯向けに少量の野菜を充実させている



やさしいポイント

レジカゴを低めに積んだり、お惣菜コーナーの棚を低めにし、多くの人に手が届きやすいように工夫



平和堂ららぽーと愛知東郷店

☎0561-37-1142

住 愛知郡東郷町東郷中央土地区画
整理事業62街区1・3
ららぽーと愛知東郷1階

営 平日/10:00~20:00 P 3900台
土日/10:00~21:00



店舗
情報

認知症サポーター養成講座とは？

「認知症サポーター」とは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守る支援者です。「認知症サポーター養成講座」では、認知症の正しい知識や認知症の人への接し方などを学びます。受講者には目印としてオレンジリングまたはサポーターカードをお渡ししています。



みんなで認知症について考えよう!

東郷町では「認知症カフェ」を開催していません。認知症の人やご家族、地域の方など誰でも参加でき、お茶を飲みながら交流できる場所です。認知症サポーターの方はお手伝いとしても！ぜひお気軽にご参加ください。

認知症カフェの詳細については、P19の「シニアいきいきガイド」ページをご参照ください。



問い合わせ 認知症のことを知りたい人、悩みや相談事がある人、お気軽に下記までご連絡ください。

- 町高齢者支援課(役場1階) / ☎0561-56-0753
- 町北部地域包括支援センター(いこまい館2階) / ☎0561-38-8551
- 町南部地域包括支援センター東郷苑(愛厚ホーム東郷苑内) / ☎0561-56-3112