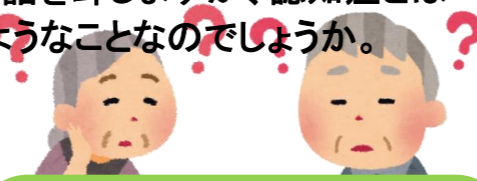


認知症って??

最近、認知症の方が増えている...という話を耳しますが、認知症とはどのようなことなのでしょう。



認知症の種類

アルツハイマー型認知症

•物忘れが多く日常の事ができなくなる。新しい事を記憶できない。時間や場所がわからない。物を盗られた等の妄想や徘徊がみられます。

レビー小体型認知症

•実際は居ない人が見える幻覚、奇声をあげる等の異常行動、手足の震えや小刻み歩行がみられる。日によって症状の変動があります。

脳血管性認知症

•脳卒中が原因の認知症です。脳の障害によって症状が異なります。手足のマヒなどの症状が起きることもあります。

認知症の中でも多いのがこの3種類でそれぞれ症状が違います。もっとも多いのがアルツハイマー型(50%)、続いてレビー小体型(20%)、脳血管性(15%)、その他(15%)です。

老化による物忘れと認知症のちがい

	老化	認知症
物忘れ	ヒントで思い出す	ヒントでも思い出せない
症状の進行	あまり進行しない	だんだん進行する
自覚	忘れっぽいと自覚する	忘れたことの自覚はない
日常生活	あまり支障ない	支障をきたす

認知症になったとしても家族や地域の支えで十分に生活できる方がたくさんいます。認知症かな?と思ったら、地域包括支援センターや病院に相談しましょう。

認知症サポーター養成講座

認知症に興味のある方、認知症の方が近くにいる方、認知症について学びませんか?包括にて開催しています。
～認知症サポーターとは～
認知症について学び、認知症の人や家族をあたたく見守る応援者です。

認知症サポーター養成講座を受けた方にはオレンジリングが配られます



新任あいさつ

ケアマネジャー **はなだ ゆい** **花田 唯** です



10月16日より、入職致しました花田唯と申します。これから皆様とたくさんの関わりを持ち、少しでも早く名前と顔を覚えてもらえるよう頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。

ご相談・講座の受付などは

高齢者あんしん相談窓口
函館市地域包括支援センター
亀田

函館市昭和1丁目23番8号
(かめっこ保育園 2階)

電話 (0138) 40-7755
FAX (0138) 40-7766

お気軽にご連絡下さい。



包括

かめだより

第5号



広報紙:平成29年11月発行

高齢者あんしん相談窓口
函館市
地域包括支援センター亀田

発行責任者:常野 剛永

「霜が降るから霜月」。旧暦では11月は真冬であったため新暦に合わせると「秋に霜?」と感じる人も多いようですが、北海道では「霜の月」に違和感を感じない程、寒さを感じる季節になりました。皆様、風邪などはひかれていないでしょうか?

さて、先日、『全国の90歳以上人口が200万人突破』と大きく報道されました。一方で『65歳以上の働く人が770万人』となるなど、社会で活躍している高齢者も増えており、高齢者の定義を見直す動きもみられています。社会保障の在り方だけでなく、前期高齢者を『支える側』として仕事や社会、地域で活躍する年齢層と捉え、様々な取り組みが始まっています。

地域包括支援センターも地域の活性化や集いの場、運動(介護予防)の場づくりなどについて『時代に即した地域づくり』に寄与できればと考えております。これからも地域の皆様の想いやご意見、アイデアを聞きながら活動してまいりますので、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

町会サロン



【石川】
多くの小学生や親子連れが参加するなど、多世代が交流する集いの場として定着してきました。

地域ケア会議



【昭和】
地域の課題や活動、取組みなどについて定期的に意見交換しています。頂いた意見を基に新たな集いの場ができました。

健康づくり教室



【北美原】
2年目の教室になりました。タオルを使った運動やあたまの体操、ふまねっとなどを行っています。

包括支援センター亀田の担当地域は

・赤川町 ・赤川1丁目 ・石川町 ・亀田中野町
・昭和1~4丁目 ・北美原1~3丁目 ・美原1~5丁目です



町名	高齢者人口	高齢者率	町名	高齢者人口	高齢者率
美原1丁目	593	30.2%	北美原1丁目	275	22.1%
美原2丁目	954	31.9%	北美原2丁目	424	29.6%
美原3丁目	928	26.1%	北美原3丁目	354	31.6%
美原4丁目	890	36.5%	石川町	810	16.8%
美原5丁目	807	35.8%	昭和1丁目	539	27.0%
赤川町	532	33.5%	昭和2丁目	823	30.6%
赤川1丁目	601	33.1%	昭和3丁目	624	26.3%
亀田中野町	184	28.9%	昭和4丁目	768	21.8%

※平成29年9月末現在 65歳以上人口のみ抽出



虐待のサインに気づいたら...



高齢者虐待が起きる背景には、様々な要因があります。介護ストレスや、介護・認知症のことを正しく理解していないことにより、やむを得ず虐待が起こってしまうこともあります。

主な虐待のサイン

1. 身体に小さな傷が頻繁にみられる。
2. 急におびえたり、恐ろしがったりする。
3. 「怖いから家にいたくない」等の訴えがある。
4. 不規則な睡眠(悪夢、眠ることへの恐怖、過度の睡眠等)を訴える。
5. 年金や財産収入等があることは明白なのににもかかわらず、お金がないと訴える。
6. 居住部屋、住居が極めて非衛生的になっている、また異臭を放っている。
7. 寝具や衣服が汚れたままの場合が多くなる。
8. 高齢者の世話や介護に対する拒否的な発言がしばしばみられる。
9. 養護者等が高齢者に対して過度に乱暴な口のきき方をする。
10. 自宅から高齢者や介護者・家族の怒鳴り声や悲鳴・うめき声、物が投げられる音が聞こえ



「サイン」に気づくことで、高齢者虐待を未然に防ぐこと、また介護者のストレスを軽減するための、お手伝いができるかもしれません。

ためらわずにご相談を。

地域包括支援センターって何？

包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で、安心して生活できるよう支援を行っております。高齢者のなんでも相談窓口です。



介護保険の事

- ・介護保険について聞きたい、使いたい
- ・生活で困った事がある
- ・入院しているけど、退院後の生活に不安がある

権利を守る事

- ・悪質な訪問販売に引かれた
- ・お金の管理に自信がなくなった
- ・近所の人が高齢者にあつているかも...
- ・介護疲れでイライラしてしまう

健康づくりの事

- ・健康を維持したい
- ・趣味を活かしていきいき暮らしたい
- ・認知症について聞きたい

健康づくり教室はじめませんか？

- 美原商店街振興会館(美原1丁目) 第1,3水曜日 10時~12時
 - 北美原町会館 第1,3火曜日 13時~14時30分
 - サービス付き高齢者住宅 アメニティーコレクトピア(昭和4丁目) 第1,3木曜日 13時~14時30分
- ~いずれの教室も若干名参加できます~
ボランティアさん大募集!
健康づくり教室を手伝って下さる方、一緒に教室を始めたい方募集中です!

地域の事

- ・近所で気になる人がいる
- ・一人で住んでいる親が心配
- ・近場で交流できる場所を教えてください

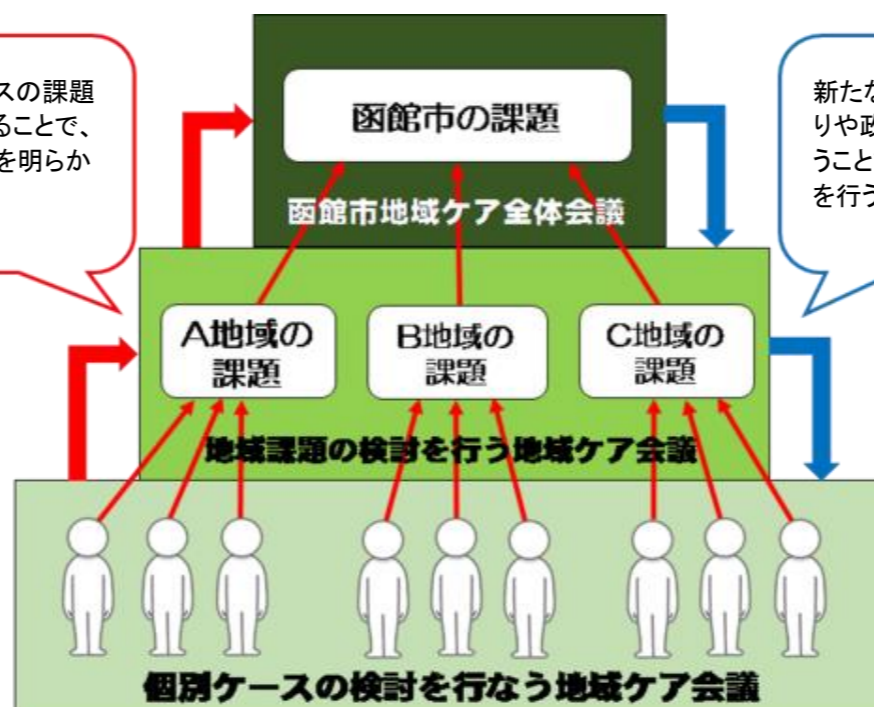
地域ケア会議とは？

少子高齢化が進むなか、認知症や一人暮らしの高齢者が増加しており、高齢者が住み慣れた地域で可能な限り生活を継続できる体制整備に向けた取り組みです。

右の図の様に3層構造になっており、個別の事例やお住いの地域、または函館市全体の課題について話し合いをしています。



個別ケースの課題を蓄積することで、地域課題を明らかにする。



新たな仕組みづくりや政策形成を行うことで、個別支援を行う基盤を作る。

皆さんが主役です！

地域のなかで課題を抱える方への支援を検討する「個別のケア会議」では、ご本人・ご家族や介護サービス事業所はもとより、近隣の方や町会、民生委員さんなどへもお声掛けさせて頂き、それぞれの立場からお話を伺っています。又、「地域課題のケア会議」でも同様にお声掛けさせて頂く事もございます。

より良い地域づくりに欠かせないものです。お声掛けさせて頂いた際にはご協力のほど宜しくお願いいたします。