

認知症とは

- ・認知症は「脳」の病気です。
- ・高齢になると誰もがかかるわけではありません。
- ・いろいろな病気が原因で脳がちぢんだり、働きが悪くなり、日常生活に支障が出てきます。
- ・その原因となる主な病気は、アルツハイマー病や脳血管性認知症です。
- ・現在、これらの病気を根本的に治すことはできません。
- ・硬膜下血腫、水頭症などは、原因となる病気を治療することによって治したり、症状を緩和することができます。
- ・認知症になると、脳の機能がうまく働かなくなるため、記憶力や理解・判断力などが低下します。このことで、不安や焦燥感が強まり、物とられ妄想や、ここどこかわからず不安なため居場所を探して外に出てしまったりするのです。
- ・この不安や妄想などは、周りの人の温かく適切な対応で和らげることができます。
- ・そのためには、周りの人が病気を理解し、その人の思いを知ることが大切です。
- ・早期発見、早期治療が大切です。薬により、進行を遅らせることはできます。
- ・ご家族や地域の方の温かい対応と、医療や適切なケアにより、認知症の人やご家族が安心して暮らすことができます。
- ・悩みを抱え込まずに、お気軽にご相談ください。一緒に考えましょう。

みんなにちかってほしいこと 本人からのアピール

国に対して

- 進行を遅らせる薬を早く！ 早く！ 飲むようにしてください！
- 根本治療薬を1分1秒でも早く開発、認可してほしい。

まわりの人にわかってほしいこと

- 認知症であっても、やれることがいっぱいあります。みんなの役に立ちたい。
- 「今のままのあなたでいいよ」としてくれる人とかかわっていきたい。
- 普通につきあってほしい。
- 本人や家族の心を大切にしてほしい。
- でも……できないことは助けてほしい。やさしく見守ってほしい。

仲間に伝えたいこと

- せつかくの自分の「いのち」は、自分の思いを大切に！
- 命ある限り、楽しみながら、精一杯生きていこうよ。

家族にわかってほしいこと

- 僕の思いをわかってほしい。
- やさしい思いで見守ってほしい。
- 二人三脚で、ずっと最後まで歩んでいきたい。
- 認知症を公表すれば、本人が楽になる。楽になると進行もゆっくりになる。

出典：公益社団法人認知症の人と家族の会 / 「本人ネットワーク支援事業・全国本人交流会」参加者が作成

相談先リスト

中面の「認知症あんしん相談窓口」以外にも、下記の相談窓口があります。

電話相談

- | | |
|--------|--|
| 機関名 | 京都市長寿すこやかセンター |
| TEL | 075-354-8741 |
| 相談日・時間 | 月～土：午前9時～午後9時
日・祝：午前9時～午後4時半（毎月第3火曜、年末年始休み）
※メール相談も可能 sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp |
| 機関名 | 京都府認知症コールセンター（公益社団法人 認知症の人と家族の会） |
| TEL | 0120-294-677 ※携帯・PHSについても無料です。 |
| 相談日・時間 | 月～金：午前10時～午後3時（土日祝、お盆、年末年始休み） |
| 機関名 | 若年性認知症コールセンター
（社会福祉法人仁至会 認知症介護研究・研修大府センター） |
| TEL | 0800-100-2707 ※携帯も可。相談料・通話料共に無料。 |
| 相談日・時間 | 月～土：午前10時～午後3時（年末年始・祝日除く） |
| 機関名 | 介護支え合い電話相談室（社会福祉法人 浴風会） |
| TEL | 03-5941-1038 |
| 相談日・時間 | 月～木：午前10時～午後3時（年末年始・祝日除く） |

当事者、家族の会

- | | |
|--------|--|
| 機関名 | 認知症の人の介護家族交流会（京都市長寿すこやかセンター） |
| TEL | 075-354-8741 |
| 開催日・期間 | 第3水曜日 午後2時～3時半 |
| 場 所 | ひと・まち交流館 京都 |
| 機関名 | つどい（公益社団法人 認知症の人と家族の会 京都府支部）
※介護者のつどい（若年認知症・男性介護者のつどいもあります） |
| TEL | 075-811-8399 |
| 開催日・期間 | 土曜日もしくは日曜日 午後（月によって異なる） |
| 場 所 | 京都社会福祉会館 |
| 機関名 | 南区介護者の会 ちよつといつづく会（南区社会福祉協議会） |
| TEL | 075-671-1589 |
| 開催日・期間 | 第1水曜日もしくは第1火曜日 午後10時半～12時 |
| 場 所 | 南区社会福祉協議会ボランティアセンター |

介護教室

- | | |
|--------|---|
| 機関名 | はじめての介護講座・やさしい介護講座
（社会福祉研修・介護実習普及センター（京都市長寿すこやかセンター内）） |
| TEL | 075-354-8772（直通） |
| 開催日・期間 | 毎月2回（曜日は不定）午後1:30～3:30 |
| 場 所 | ひと・まち交流館 京都 |



南区

認知症 あんしんMAP

お気軽にご相談下さい

認知症あんしん相談窓口って ご存知ですか？

区内の身近な介護保険施設やサービス事業所などが窓口となり、区民の皆様が、認知症について、「必要なときに必要な情報や支援を受けることができる環境づくり」を実現するための窓口です。生活に安心をお届けします。なお、「認知症あんしん相談窓口」の事業所の入り口や扉には **こんなステッカー** を貼っています。



H26.6発行