

認知症の早期発見と早期対応のために！

認知症が疑われていてもどこにも相談できず、妄想や幻覚、はいかいなどの症状がひどくなってから助けを求めるケースが少なくありません。認知症を早期に発見できれば治療で進行を遅らせたり、在宅サービスを利用しながら、住み慣れた地域で暮らし続けることが可能になります。それは認知症の症状を減らすことにもつながります。

認知症の二大原因

①アルツハイマー病
②脳血管疾患による認知症

認知症の原因は①アルツハイマー病 ②脳血管疾患による認知症 ③その他の認知症に大別されます。

①アルツハイマー病
脳が特有の変化を伴って萎縮する病気で、記憶力だけでなく、判断・理解・思考力などまで低下してしまいます。原因は不明です。人・場所・時間にかかわる認識が悪くなり、特に早いうちから時間に関する認識能力が衰え、妄想が現れるのが特徴です。具体的には今が「〇年〇月〇日〇時〇分」ということや自分の年齢がわからなくなったりします。この病気が、治療で進行を遅らせることが可能です。疑わしいときは専門医を受診しましょう。

②脳血管疾患による認知症
脳の動脈硬化が進み、脳梗塞や脳出血を起こしてしまふと、部分的に脳の機能が失われることがあります。こうして起こるのが「脳血管疾患による認知症」です。特徴は記憶力の衰えの割に、思考能力は高いなど、いわゆる「まだらぼけ」と呼ばれる症状の偏りが見られることです。脳梗

塞や脳出血が再発するたびに認知症も悪化するので再発を防ぐことが最大のポイントです。それには脳血管疾患の原因となっている高血圧・高脂血症・糖尿病などの治療をすることが大切です。

認知症専門相談

- 認知症の人とその家族が、住み慣れた地域で安心して生活するために、「認知症ケア専門サポーター事業」が始まりました。これは、認知症を正しく理解し、家族の混乱などを最小限にとどめ、適切に対応することで状態の安定と介護負担軽減を図るものです。具体的には、精神科医および作業療法士、専門医などによる相談を実施し、認知症を早期発見し、認知症の人とその家族を支えるための保健・医療・福祉サービスの調整を行います。
- 気になることがある場合は地域の、包括支援センターにご相談ください。
- 問い合わせ先**
- ▼古川地域包括支援センター ☎23-2511
 - ▼志田地域包括支援センター(松山) ☎55-5024
 - ▼志田地域包括支援鹿島台サポーター ☎56-6688
 - ▼志田地域包括支援三本木サポーター ☎52-5839
 - ▼玉造地域包括支援センター(岩出山) ☎73-1522
 - ▼玉造地域包括支援鳴子サポーター ☎82-3577
 - ▼田尻地域包括支援センター ☎11-54

早期発見のポイント
加齢とともに物忘れがひどくなる「もしかして認知症？」と心配になることがあるものです。しかし、老化による物忘れと認知症は忘れ方の内容や度合いが明らかに違います。

認知症チェックリスト

どのようなときに認知症を疑うか？
家族からみて「もしや認知症では？」と心配になったとき、どの程度の疑いがあるか目安をつけるためのチェックリストです。なお、この結果だけでは判断できませんので、疑わしいときはご相談ください。

*本人の現在の日常生活と1年前の状態を比べ、変化に応じて点数をつけてください。総合得点が24点以下の場合、認知症の疑いがあります。

変わらない…2点、多少悪くなった…1点、とても悪くなった…0点

①	曜日や月が分かりますか
②	前と同じように道が分かりますか
③	住所・電話番号を覚えていませんか
④	物がいつもしまわれている場所を覚えていませんか
⑤	物がいつもの場所がないとき見つけることができずか
⑥	洗濯機やテレビのリモコンなどの電気製品を使いこなせませんか
⑦	自分で状況にあった着衣や着替えができますか
⑧	買い物でお金を払えますか
⑨	身体の具合が悪いわけではないのに、行動が不活発になっていませんか
⑩	本の内容やテレビの筋が分かりますか
⑪	手紙を書いていますか
⑫	数日前の会話を自分から思い出すことができますか
⑬	数日前の会話の内容を思い出させようとしても難しいですか
⑭	会話の途中で言いたいことを忘れることがありますか
⑮	会話の途中で適切な単語が出てこないことがありますか
⑯	よく知っている人の顔が分かりますか
⑰	よく知っている人の名前を覚えていませんか
⑱	その人がどこに住んでいるか、仕事などが分かりますか
⑲	最近のことを忘れっぽくなりましたか

本間昭監修 総合得点 点

歯周病は生活習慣病です



6月はむし歯予防月間

歯周病が引き起こす全身の病気！

☆☆大切です、口腔ケア☆☆
歯と歯ぐきが健康でないと食べる楽しみが減ってしまいます。歯周病は単なる「歯」だけの問題にとどまらず、全身の病気の引き金になることもあります。



あなたの歯は大丈夫？ 成人歯科健康診査

市では歯周病の早期発見や早期治療を目的に、成人歯科健康診査を実施しています。まだ申し込んでいない人は下記までお問い合わせください。

- 対象 ①40～60歳(昭和22年4月1日～昭和43年3月31日生まれ) ②70歳(昭和12年4月1日～昭和13年3月31日生まれ)
 - 料金 ①40～60歳：3,300円(市負担：2,500円、本人負担：800円) ②70歳：3,300円(市負担：3,000円、本人負担：300円)
 - 診察方法 個別健診で市内歯科医院にて行います。
 - 期間 6月15日(金)～10月31日(木)
- 申し込み、問い合わせ 健康推進課 ☎23-5311

歯周病ってどんな病気？

☆☆歯周病は、歯を支える周りの組織に起こる病気です☆☆
歯の周りには、歯を支えるさまざまな組織がありますが、その組織に汚れが残り、細菌に感染して歯周病が起こります。そして歯周病は、全身疾患とも関係があり、糖尿病や高血圧によっても悪化する事があります。

☆☆ほとんどの人がかかっている歯周病☆☆

35～44歳の人ではおよそ85%、45～54歳では90%の人が歯周病にかかっています。ほとんどの大人が、程度の差はあっても歯周病にかかっていると言えます。また最近、食生活の変化や生活環境の変化により、若年者にも歯周病が増加しています。

☆☆歯周病は歯を失う原因のうちのひとつです☆☆

歯を失う原因としては、むし歯と歯周病がほとんどを占めます。若年者ではむし歯での喪失が多く、中高年、特に40歳を過ぎた頃からは歯周病で喪失する割合が多くなってきます。

6月は土砂災害防止月間です

土砂災害は、降雨などに伴い突然発生し、私たちの命や財産を一瞬にして奪い去り、地域にも深刻な被害をもたらします。特に梅雨時期は地盤がゆるみ、土砂崩れなどが発生しやすくなりますので十分注意してください。

土砂災害の主な前兆現象

- がけ崩れ**
 - ・がけに割れ目が見える
 - ・がけから水が湧き出てくる
 - ・がけから小石がばらばらと落ちてくる
 - ・がけから木の根が切れるなどの音がする
- 地すべり**
 - ・沢や井戸の水が濁る
 - ・地面にひび割れができる
 - ・斜面から水がふき出す
 - ・家やよう壁に亀裂が入る
 - ・家やよう壁、樹木や電柱が傾く
- 土石流**
 - ・山鳴りがする
 - ・急に川の流れが濁り流木が混じる
 - ・雨が降り続けているのに川の水位が下がる
 - ・腐った土の臭いがする

皆さんの情報提供を！
がけ崩れや地すべりの前兆現象や災害現場を発見したり、聞いたりしたらすぐ土砂災害110番へ通報ください。

土砂災害に関する情報は土砂災害110番
大崎土木事務所 ☎91-0747 建設課 ☎23-8015

みんなで防ごう！
土砂災害

「未来のおおきき」子ども作文・絵画移動展

昨年実施した「未来のおおきき」子ども作文・絵画コンクールに、市内の小・中学生から寄せられた作品を、8つの会場に分けて展示します。子どもたちがイメージする市の将来像や提言をご覧ください。

- 開催期間 **6月1日(金)～29日(金)**
午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日を除く)
- 開催場所 市役所本庁舎、中央公民館、松山総合支所、三本木総合支所、鹿島台総合支所、鳴子公民館、岩出山総合支所、沼部公民館

政策課20万都市戦略推進室 ☎23-2129