

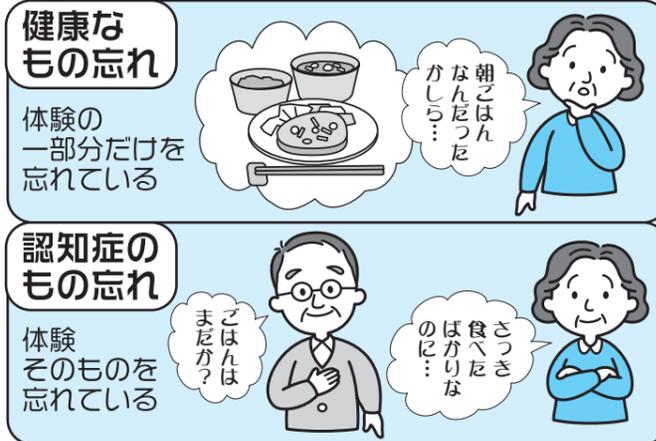
介護保険教室

Vol.1 認知症

このコーナーは「高齢化問題」、「介護問題」について、現在当町役場窓口へ多数のご質問等が寄せられております。これらの貴重なご質問等を広野町の皆様にご紹介することで、地域全体で介護を理解し、地域介護意識の向上を目指すコーナーです。

Q 認知症ってどんな病気？

A 認知症には2つの種類があり、「アルツハイマー型認知症」と「脳血管性認知症」があります。「一般的な物忘れ」と「認知症」は全く異なるもので、決定的な違いとして例を挙げると右図の通りです。



このように、認知症は、行動そのものの記憶がなくなり、以下の6つの症状が現れます。

- ① 言葉のやりとりがうまくいかない「失語現象」
- ② 見ているものがどういう意味をもつかわからない「失認現象」
- ③ あるひとつの動作が出来なくなる「失行現象」
- ④ 時間や場所の見当がつかない「見当識障害」
- ⑤ 手順を踏む作業ができない（服を脱がないで風呂に入る等）「実行機能障害」
- ⑥ 徘徊をする（行動障害）

認知症を完治させることは極めて難しく、対策として予防することが第一です。予防方法は生活習慣病の予防と同じで、以下の方法が適切です。

- ① 適度な運動習慣を身に付ける
- ② 栄養バランスのとれた良い食事
- ③ 活発的な日常生活を送る ※1
- ④ 健康管理（酒、タバコを控える）
- ⑤ 早期発見・治療 ※2



※1 外出して人と会話をしたり、趣味・習い事等を積極的にはじめる等々。
※2 医療機関は神経内科・精神科・脳神経外科・心療内科・老年病科等々。

認知症は早期発見が重要です。家族での介護が困難になってからではなく、初期段階から役場窓口・介護支援専門員・保健師・医療機関などにご相談ください。

そして、町全体で認知症等の高齢者事情を理解し、ケアできるネットワークを形成していきましょう。

（介護支援専門員・保健師は、広野町地域包括支援センターに常駐しております。）

※ 広野町地域包括支援センター ☎ 0240 - 28 - 0152

広野文芸欄

季題 当季雑詠

広野町如月句会

山田 基星

陽をあびて土もり上げて福寿草
今朝の春孫の背にさす光りかな
人もなく枯蓮浮びて二つ沼

塩 史子
一人急ぐ通夜帰りや冬の星
冬耕や餌ついばみに雀来る
椎茸の駒打つ音の響きけり

根本 山水
竹の葉のぬれ光りして初時雨
霜の朝両隣りして道を掃く
マグロ躍る声の飛び交ふ年の暮

鯨岡 一生

干柿や日毎に夕陽集めけり
干大根柿の皮入れ漬けにけり
寒めじなこませに群れて竿しなる

遠藤健太郎

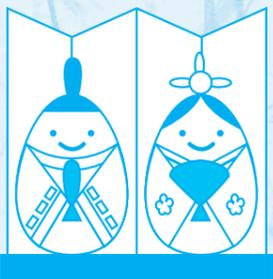
還暦の年男とて豆を打つ
庭の木の剪定思案日脚伸ぶ
切干や都会に暮らす叔母の顔

西山子

二拍子の淑気に響く祈りかな
新年会酔うて余韻は夢の中
参道の露店の灯初詣

酒井 津祢

取り残す柚子はひっそり葉がくれに
久方ぶりに筑波嶺を見て初詣
鎮座する牛の背を撫で初詣



阿部 真生

寒さ故身体動かす思いきり
手を合わせ幸せ祈る初日の出
海荒れて寒い川面の波の花

宮下 純子

初便り百一才の筆さばき
初日記先づ健康と大書せり
古希祝ふ教え子の舞室の花

鯨岡 正子

一年の流れの早さ梅の花
小春日や犬腹出して長くねる
北風やピンクのスカーフ似合ふ人

※広野みなづき短歌会は、しばらくの間
休載いたします。