



健康増進係からのお知らせ

問 保健福祉課 健康増進係 476-1111 (131)

◆認知症シリーズ①

『単なるもの忘れと認知症は違います』

認知症は、老化による単なる“もの忘れ”と区別が付きにくい病気です。

本人や家族が「年のせいでしょう」と思うような日常の些細な変化が、認知症のサインかもしれません。以下は認知症の始まりではないかと思われる言動を『認知症の人と家族の会』の経験からまとめたものです。日常の暮らしの中で以下のいくつかに思いあたることがあれば、最寄りの病院に相談しましょう。

○家族がつくった認知症・早期発見のめやす

【もの忘れがひどい】

- 今切ったばかりなのに電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

【判断・理解力が衰える】

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった

【時間・場所がわからない】

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

【人格が変わる】

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

【不安感が強い】

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

【意欲がなくなる】

- 下着を替えず身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎこんで何をするのも億劫がりいやがる



障害福祉係からのお知らせ

問 保健福祉課 障害福祉係 ☎ 476-1111(141)

◆平成23年度『こころの健康づくり（自殺対策講演会 in そお）』の開催について

曾於地域は、県内でも自殺率の高い地域の一つです。自殺の背景には、健康面での悩みや経済問題、家庭問題など様々な要因が複雑にからんでいます。ひとりで悩まず、相談ができるように“家庭・職場・地域”みんなで取り組む必要があります。

あなたは、今、『生きづらい』と感じていませんか？いのちの問題に関わり、相談活動を続けている僧侶の藤澤克己さんの話から、心穏やかに過ごすための『ヒント』をみつけ、そして、一緒に考えてみませんか？

- 【期 日】 平成23年11月27日（日）
- 【時 間】 10:00～12:20（受付9:30～）
- 【場 所】 大崎町中央公民館
- 【申込み】 不 要
- 【参加費】 無 料※（どなたでも参加できます）
- 【内 容】 特別講演『生きたい』と『死にたい』のあいだで

講師：自殺対策に取り組む僧侶の会代表（住職） 藤澤 克己 氏

1961年生まれ。2005年から自殺対策のNPO活動に従事。電話相談員として、死んでしまいたいという相談者の気持ちに寄り添う活動を行っている。

2009年、浄土真宗本願寺派安楽寺（東京都港区）第十七世住職を継職。

著書に『いのちの問答』（幻冬舎）がある。