

みんなで 支えあい

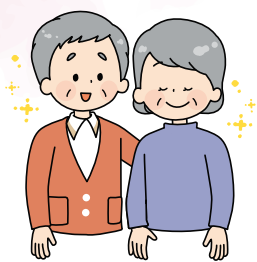
地域包括ケアシステム

認知症と共に自分らしく生きる

新しい認知症観

高齢化が進む中、認知症に対する考え方も少しずつ変わってきています。「新しい認知症観」とは、「認知症になっただけでなくなるのではなく、認知症になっても本人ができること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で希望をもって自分らしく暮らし続けることができる」という考え方のことです。

また、現在では、認知症があっても活躍している人が増えており、認知症に対する捉え方も大きく変わりつつあります。



「新しい認知症観」へ転換を…

古い認知症観	他人ごと、他者視点、問題重視、疎外、絶望	新しい認知症観	わがごと、本人視点、可能性重視、共に、希望
① 他人ごと、なりたくない、目をそらす、先送り	▶▶▶	① わがごと、お互いさま、向き合う、備える	▶▶▶
② 認知症だと何も分からない、できなくなる	▶▶▶	② わかること、できることが豊富にある	▶▶▶
③ 本人は話せない→声を聞かない	▶▶▶	③ 本人は話ができる→声を聞く	▶▶▶
④ おかしな言動で周囲が困る	▶▶▶	④ 本人が一番困っている。本人なりの意味がある	▶▶▶
⑤ 安全重視。危険なことは全て排除	▶▶▶	⑤ 人権重視。自由と安全のバランス	▶▶▶
⑥ 周囲が決める	▶▶▶	⑥ 本人が決める(決められるように支援)	▶▶▶
⑦ 本人は支援される人	▶▶▶	⑦ 本人は一足先を行く人、支えてでもある	▶▶▶
⑧ 地域で暮らすのは無理	▶▶▶	⑧ 地域の一員として暮らし、活躍	▶▶▶
⑨ 認知症は恥ずかしい・隠す	▶▶▶	⑨ 認知症でも自分は自分、自然体でオープンに	▶▶▶
⑩ 暗い・憂鬱・諦め・絶望	▶▶▶	⑩ 明るく・のびのび・諦めず・希望がある	▶▶▶

認知症になっても、本人ができることを続けられるように、本人の思いや生活を尊重し、支えていけるまちなしにいきませんか。

● 本人の意思や気持ちを尊重

周囲の人は、本人の話に耳を傾け、選択や判断する機会を確保することが必要です。

● その人らしさを大切に
記憶や判断力に変化があっても、本人の価値観や感情、好みは尊重され、誰もが自分らしく暮らし権利があります。

● できることを生かそう
介護や支援は「できないこと」を補うことはもちろん、「できること」を引き出し維持させることも大切です。日常の習慣や小さな役割などが生きがいにつながります。

● 地域や社会で支えあう

認知症であっても安心して暮らせるまちを作るためには、家族だけでなく、地域や行政、医療・福祉関係者など社会全体での連携が欠かせません。

認知症かもしれないと気づいたら早めに相談を

早期に対応することで、症状が軽くなったり進行を遅らせたりすることができるようになります。ひとりで抱え込まずに、必要な支援を受けましょう。

認知症の相談窓口

● 地域包括支援センター
高齢者や家族の暮らしを支援するための相談窓口です。介護や医療、福祉など幅広い分野の相談に対応します。

- ▽ 地域包括支援センターむさし ☎(925)2775
- ▽ 地域包括支援センター天拝の園 ☎(918)5788
- ▽ 地域包括支援センターちくしの荘 ☎(926)2871
- かかりつけ医、もの忘れ相談医
日頃より、健康状態を診てくれるかかりつけ医を持つことは大切です。また、もの忘れや認知症についての不安は、もの忘れ相談医にご相談ください。※詳しくは市ホームページをご確認ください。
☎2600

既存の活動やつながりを大切にしつつ、地域に関わるさまざまな人や団体が、できる範囲で支え合う取り組みは、地域包括ケアシステムの取り組みです。市でも、このような取り組みが広がるよう支援しています。

問 高齢者支援課