

認知症にまつわる情報をわかりやすくお伝えするコーナーです。

今回のテーマ **若年性認知症**

認知症は一般的には高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症する場合もあり、それを「若年性認知症」と言います。発症年齢の平均は51.3歳ですが、早ければ18歳で診断されているケースもあります。

特徴

多くの方が現役で仕事や家事をしています。認知機能が低下すると生活に支障が出るため、気づかれやすいとされています。しかし、認知症ではなく、**疲れや更年期障害、うつ状態**など、他の病気と思われやすく、認知症状が目立つようになってから、ようやく診断を受けるケースも少なくありません。

高齢者の認知症と違う課題が・・・

○経済的な問題が大きい

働き盛りで一家を支えている人が多く、休職や退職により、経済的に困窮する可能性があります。

○主介護者が配偶者に集中する

若年性認知症の世代では、子供がまだ若く、場合によっては未成年のこともあり、介護者は配偶者に集中しがちです。

○状況により介護者が高齢の親になることも

子供が若年性認知症になった場合、高齢の親が介護者になる事も・・・。

○家庭内での課題が多い

夫婦間の問題、子供の養育や教育、結婚など、親が最も必要とされる時期に、認知症や介護者になる事は、家庭内に大きな問題を引き起こします。

ぜひ相談ください！！

本人や家族が認知症になった時に、人に言えず、抱え込んでしまう方が多いです。しかし、若年性認知症の方を支援する制度がある事や、同じ悩みを共有できる場所がありますので、まずはご相談ください。



たよれーるひがしだより

2019年
秋号

「支え合い」について 考えてみませんか??



昨今、道外各地で豪雨や台風などによる被害が続いています。恵庭市内でも、平成30年9月6日に起きた「北海道胆振東部地震」から1年が経ちました。

お互いに顔を出し合い、見守りの関係が出来ていることを強く感じました。このような助け合いは、災害が起きてから「見守りや声掛けをしよう!」と思っても、すぐにできるものではありません。普段からどのような方が地域にいるのか、地域にどのような災害の備えがあるのか等、地域のことに興味を持って、自分に何ができるのか考えることが重要だと私自身も感じました。

そこで、地域での見守りや支え合いについて、皆さんで考える機会を持っていただくために、「助け合いカード」を使ったゲームを用意しています。体験型の出前講座となっており、より助け合いのイメージを持つことができる内容となっています。

皆さんのこれまでの活動を大切にしながら、より良い地域を築けるよう一緒に考えていきたいと思っておりますので、ご活用ください。詳しく知りたい方は、生活支援コーディネーターの志賀までお問い合わせください。



既存の取り組みを教えただけながら、地域の一員として、「支え合いの地域づくり」を応援します!ぜひ生活支援コーディネーターへお気軽にお声掛けください。



健康まとめ知識

お口の健康について③

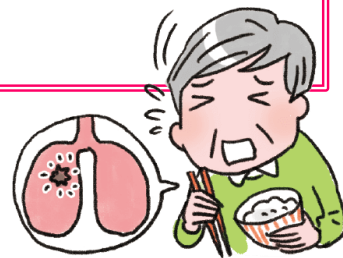


こんにちは、看護師のトーレスです。

今回はお口を健やかに保つことで予防できる代表的な病気を紹介します。

誤嚥性肺炎

～飲み込む力や咳をする力が低下して起こります。(嚥下機能障害)
食べ物や唾液などが誤って肺に入ってしまうこと(誤嚥)から発症する肺炎のことです。



予防のポイント



- ・飲み込む力を保ち、誤嚥予防に効果があるかみかみ百歳体操
- ・毎食後の歯磨きで、お口の中をきれいに保つ
- ・バランスの良い食事で、抵抗力をつける

定期的な歯磨きとかみかみ百歳体操で“健口”を維持していきましょう。



歯と口の健康を☆



(次回：歯磨きのポイント！お楽しみに！)

11月11日は「介護の日」です！

自分が介護する立場になった時、自分が介護を必要とした時、介護に関する情報や知識を、どれほどご存じでしょうか？

多くの方に介護を身近なものとして捉えていただき、理解と認識を深めてもらうために厚生労働省では、11月11日を「介護の日」に制定しました。

恵庭市でも、「介護の日」にちなんだイベントが企画されています。ぜひ、足を運んでみてはいかがでしょうか。そして、介護について考えてみませんか！

介護教室「なるほど助かる、介護グッズ」

～「しげひこのこれは助かる！」を連載中の岡田しげひこ先生の講演会 in 恵庭～

- 対 象 介護用品・福祉用具に興味のある恵庭市および近郊にお住まいの方
と き 11月11日(月) 13:00～14:30 (受付: 12:30～)
と ころ 恵庭市民会館 2階 大会議室
定 員 80名
申し込み 恵庭市役所 介護福祉課 相談認定担当 33-3131 (内線 1222)

認知症地域
支援推進員

奥宮

田中

小森

トーレス

河野

八巻

志賀

担当地区

漁太・春日・中央・上山口
戸磯・和光町・黄金南
黄金北・黄金中央・緑町
相生町・住吉町・末広町
栄恵町・泉町・京町
漁町・福住町・本町・新町

編集
発行

恵庭市ひがし地域包括支援センター

たよれーる ひがし

(0123) 35-1071

〒061-1409 恵庭市黄金南5丁目11番地4(恵庭市こがねデイサービスセンター内)