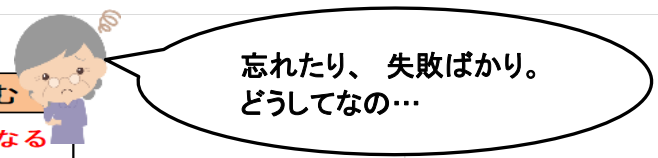
今年もよろしくお願いいたします

　あけましておめでとうございます。皆さんはどのような新年を迎えましたか？例年とは違い、昨年は多くの困難がありました。無事にという表現が適当なのかと悩みますが、新年を迎えられたことにひとまず感謝の気持ちを持って過ごしていけたらと思います。
　今月号では、認知症についてお伝えします。概要、接し方のコツなどすぐにでも実践可能な内容となっておりますので、少しでもお役に立てれば幸いです。雪深くなり、ご家族と共に家で過ごす時間が増えてきたのではないでしょうか。上手く気分転換し、ストレスなく過ごしていきたいですね…。

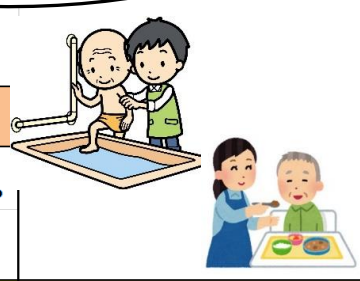
市立三笠総合病院
診療技術部　リハビリテーション科
りは★リハ
令和３年
１月２２日
第１２号
担当：吉田　真理
　　安藤　章子

認知症って何だろう？

認知症とは、暮らしの障害です。



		物忘れが増える	物忘れが更に進む	
		仕事や家事でミスが増える →物忘れの自覚はある。自分で対策ができる	→物忘れの自覚がなくなる →自分で対策ができなくなる	
		日常・社会生活ができる	社会生活ができなくなる	身の回りの事ができなくなる
		○金銭管理（買い物）	仕事や家事、通院などにサポートが必要になる	入浴、トイレ、着替えなどに介助が必要になる
		○服薬管理	×金銭管理 ×服薬管理 ×スケジュール管理	歩く事が困難になる
		○スケジュール管理	着替えやトイレ、屋内移動など身の回りの事ができる	食事は自分で摂ることができる
健常	脳内で病変が進むが無症状	MCI（軽度認知障害）	認知症	生活全般に介助が必要になる



次号で特集します！

　年齢を重ねるにつれ、物忘れが増えた、同じ話をくり返すことが増えた、いつもしていることができなくなってきた、という事が出てきていませんか？それは、認知症の始まりかもしれません。認知症は、ある日いきなり始まることは非常に少なく、多くは上の図のように時間をかけて進行します。認知症は早期発見・早期対策で、暮らし辛さを改善することができます。
　困った時は、医師、看護師、リハビリスタッフ、ケアマネジャーにぜひ相談を！

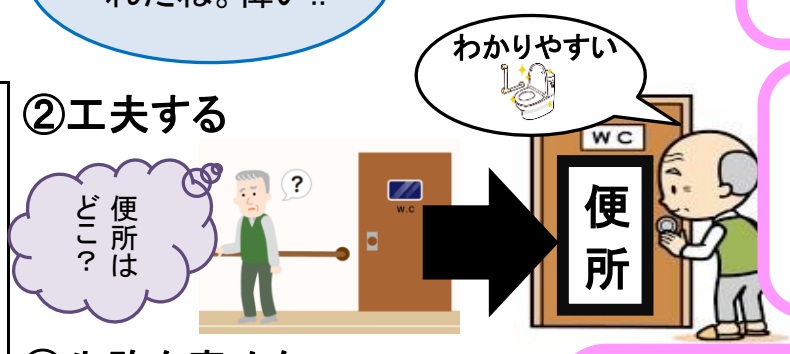
認知症・接し方のコツ

　認知症を持つ人とのコミュニケーションで悩む事はありませんか？認知症を持つ人に接するコツを簡単に紹介します。

①できた事を褒める

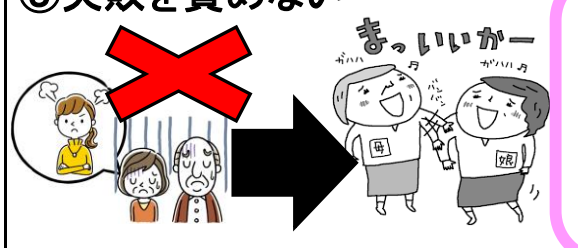
自信向上
意欲向上
喜びが増える
不安軽減

②工夫する



「文字」など
わかりやすい
目印で表示

③失敗を責めない



「ボケたね」などの言葉は
心が傷つき辛い感情として
強く残る
失敗には工夫と笑顔で気

認知症がある人との関わり方
～『注文をまちがえる料理店』～

インターネットの動画サイトで、私たちが働く姿を見る事ができます。店内は笑顔でいっぱい！！楽しく働く事が

　認知症がある人との関わりで、重要になるのがその人の「感情」への理解です。認知症は「記憶」を失っても「感情」は最後まで残ります。今回は認知症への理解、関わり方を知る機会として、『注文をまちがえる料理店』を紹介します。
　この店はお客は地域住民、店員は認知症を持つ高齢者です。店員が「注文をまちがえるかもしれない」という前提のもと、1日限定で開店する特別な料理店で、全国各地や道内でも時おり開店しています。医療・福祉の専門職員が店員を支援しており、「認知症があっても働く事ができる場所」・「認知症を理解する事ができる機会」として、近年注目されています。

当院ホームページリニューアル！

　リハビリテーション科のページが新設！過去の「りは★リハ」も見ることが出来ますので是非、チェックを！その他にも情報満載の内容となっております！

★次号予告★
次号は認知症の一歩手前の状態であるMCI
（軽度認知障害）について詳しくお伝えします！