

介護のとびら

申し込み・問い合わせ先
地域包括支援センター
(保健福祉課介護高齢係内)

(31)2510

若年性認知症について

〜見守る介護が大切です〜

若年性認知症とは……

65歳未満に発症する認知症のことを「若年性認知症」と言います。女性よりも男性に多く、原因は脳血管性認知症、頭部外傷、感染症、脳腫瘍など多様であるとされています。働き盛りの世代のため、本人だけでなく、家族への影響も大きく、さまざまな面で支援が必要となる場合があります。

若年性認知症の特徴

- 軽度の変化で気づきやすい
- 余暇活動でも失敗が目につく
- うつ病と間違われやすい
- 病識を持ちやすい
- 他の病気と間違え診断と治療が遅れる
- 親の介護と重なり複数介護となりやすい



家族はどうしたらいいの……?

家族の心理状態は次のようなステージを経て、病気を受け入れることができるようになります。

- I. 変化に気付き、戸惑う
- II. 怒りや拒絶、うつ状態になりやすい
- III. 諦め、開き直り、適応していく
- IV. 病気を理解できるようになる
- V. 受容し、新たな価値観が生まれる

本人は「これから自分はどのようなのだろう」、「家族に迷惑をかけてしまう」などの不安を抱え、これまでの自分を保とうと四苦八苦します。治療方法や相談機関、利用できるサービスはさまざまです。病気になるってしまっても、ひとりで抱えず、相談しましょう。本人の思いに添って接することで、本人の不安も徐々に和らぎます。

ようこそ

町長室へ

茂木 祐司



最近、60歳前後の私の知人が3人ほど入院するというショックな出来事がありました。元気に生活していた人たちだけに、とても驚きました。病気が早く発見されたので、重症にはなりませんでしたが、やはり年をとると、だんだん体のあちらこちらが傷んでくることは避けられないのだ……と思います。

この人たちに共通していたことは、血管と血液にかかわる病気があったことです。大動脈や脳血管の異常や、高血圧が原因となった病気でしたが、いずれも発見が遅れば致命傷になる病気でした。町では、重症化する方々の傾向の一つに血管と血液の異常が引き起こす病気が多いことに着目して、日頃から生活習慣病の予防に意識して取り組んでいただく保健指導を行っています。肥満・高血圧・脂質異常症・糖尿病が原因となって重症化する傾向があるということです。

生活習慣病の予防には①ウォーキングなどで毎日適度に体を動かす、②カロリーをおさえた食事や減塩など、食生活を改善する——このことを、日々の生活の中で心がけることが大事なのです。

健康な人ほど「自分だけは大丈夫」と考えているようですが、その考えが一番危険なのだと思います。

1年に一度は定期的に健康診断を受けて、自分の体の変化をみてください。健康で生活できることが一番の幸せではないでしょうか。

町長直通

ご意見をお気軽におよせください。

ファックス (32)3141 メールアドレス moteki-y@town.miyota.nagano.jp



K O M O R O 小諸市

<http://www.city.komoro.nagano.jp/>



市立小諸高原美術館・白鳥映雪館

ADC展

平成28年2月14日(日)まで開催中

商業デザインの最先端の作品を展示しています。
ADCは、「東京アートディレクターズクラブ」の略称です。
内容は、平成27年4月までの1年間に発表されたADC会員80名と、同期間発表の応募作品約8,500点からADC全会員の厳正な審査により選出された作品を展示しています。



ADC展東京会場の展示風景

- ◆開館時間 午前9時～午後5時
- ◆観覧料 一般500円(400円)、小中学生250円(200円) ※()内は、30名以上の団体料金です。
※ADC展のみの場合は無料です。受付でお申し付けください。
- ◆12月の休館日 月曜日、24日(休)、28日(月)～1月4日(月)
- ▼問い合わせ先 市立小諸高原美術館・白鳥映雪館 (26)2070



軽井沢町 KARUIZAWA

<http://www.town.karuizawa.lg.jp/>



Karuizawa Winter Festival 2016 軽井沢・冬ものがたり WHITE CHRISTMAS in 軽井沢

12/25^金まで

軽井沢キャロル

各会場でクリスマスキャロルを歌います。

クリスマスキャンドルタウン

5日^土・6日^日・12日^土・13日^日・19日^土から25日^金まで
軽井沢ウェディング協会加盟の施設

軽井沢吹奏楽団・クリスマスコンサート

20日^日軽井沢大賀ホール(午後1時30分開場)入場無料

旧軽井沢ロータリー(イルミネーション)



他にも催しはありますので、詳細は「軽井沢・冬ものがたり」ホームページで確認してください。

【問い合わせ先】 軽井沢ウィンターフェスティバル実行委員会 (46)8266