

令和6年度 第6回 大分大学医学部付属病院 市民公開講座

認知症になっても安心して暮らしていけるために
～認知症看護認定看護師からのメッセージ～

知ってほしい 認知症のこと



光武 雅代

大分赤十字病院 整形外科・リウマチ科病棟

認知症看護認定看護師

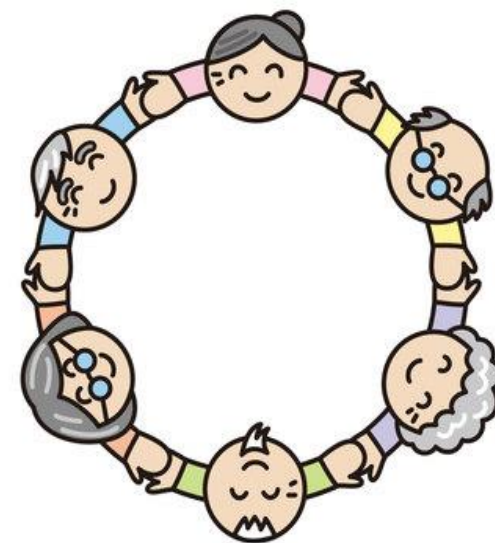
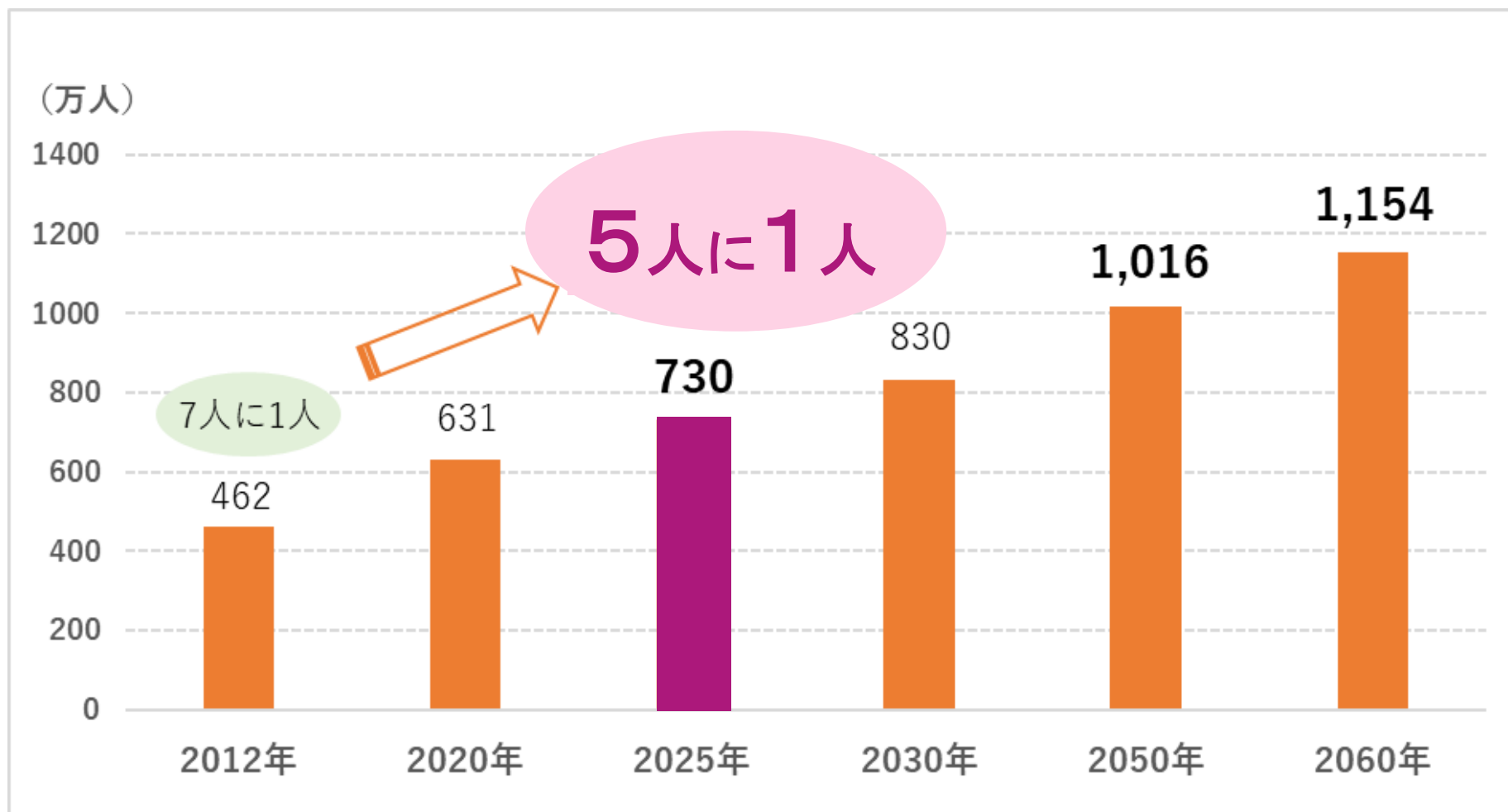
2025年3月22日(土)



大分赤十字病院 整形外科／リウマチ科病棟 駅伝部所属



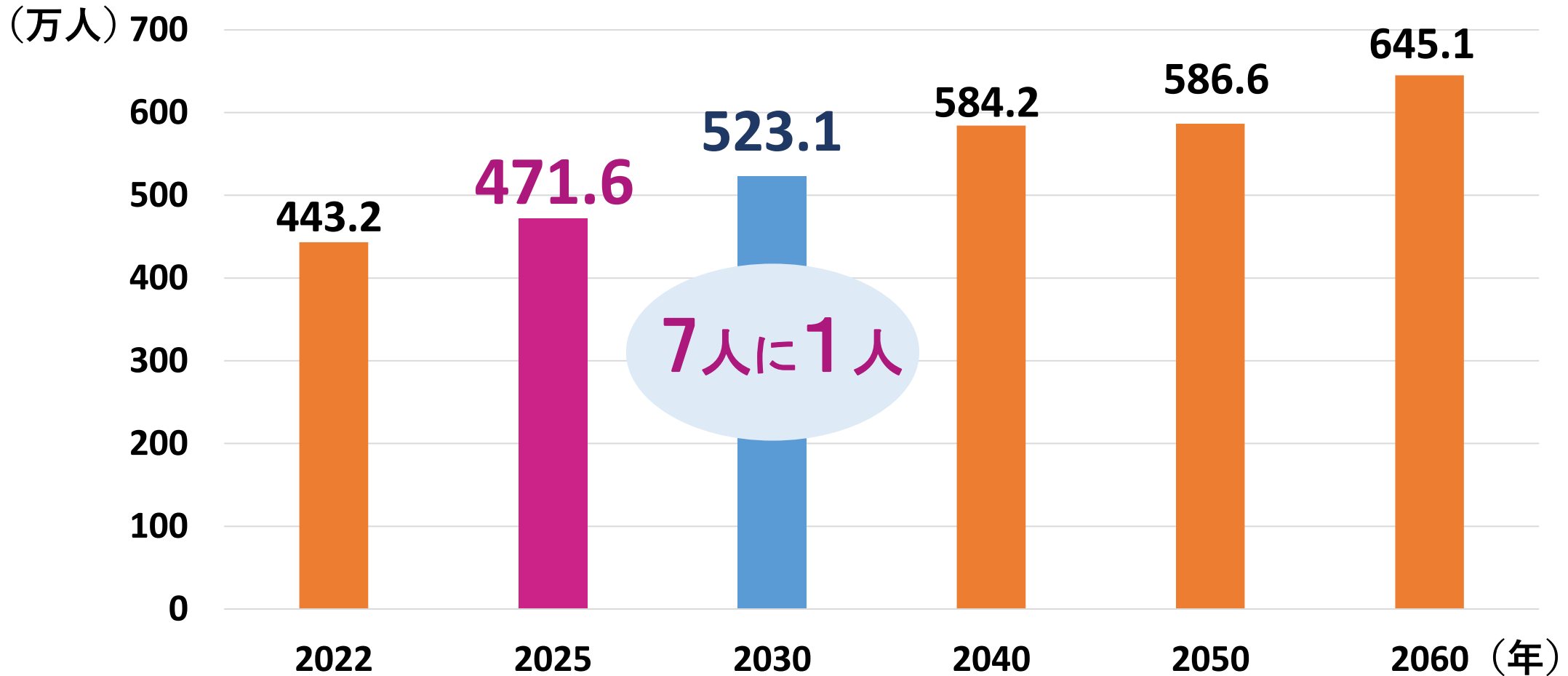
65歳以上の認知症患者数の推移



高齢化

厚生労働省老健局「認知症施策の総合的な推進について」

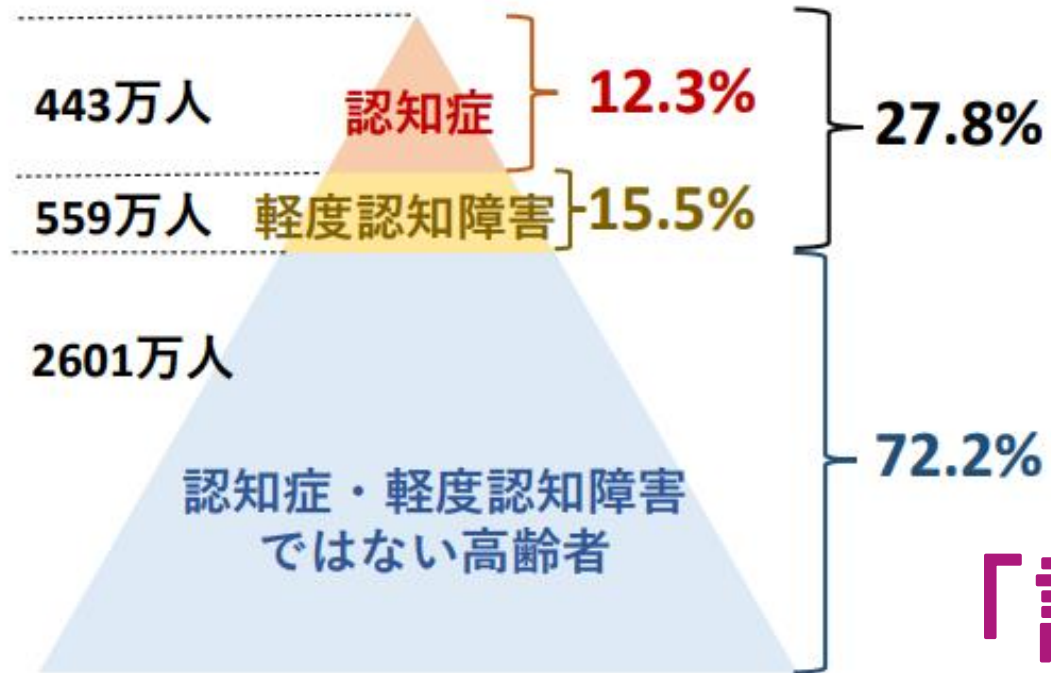
認知症および軽度認知障害を有する人の 将来推計・最新



九州大学 二宮利治教授「認知症および軽度認知障害の有病率並びに将来推計に関する研究」
(令和6年5月8日厚生労働省公表)

認知症の有病率（2022年）

九州大学 二宮利治教授「認知症および軽度認知障害の有病率並びに将来推計に関する研究」



認知症と軽度認知障害：MCI
有病率の合計値は約28%

「誰もが認知症になり得る」

65歳以上高齢者 3603万人

認知症になっても、生きがいや希望を持って暮らす！



『共生社会の実現を推進するための認知症基本法』

2024年1月施行

認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会(＝共生社会)の実現を推進

共生社会の実現の推進という目的に向け、**基本理念**等に基づき

- 国・地方は、認知症施策を策定・実施
- 国民は、認知症に関する正しい知識、認知症の人に関する正しい理解を深め、共生社会の実現に寄与するよう努めること



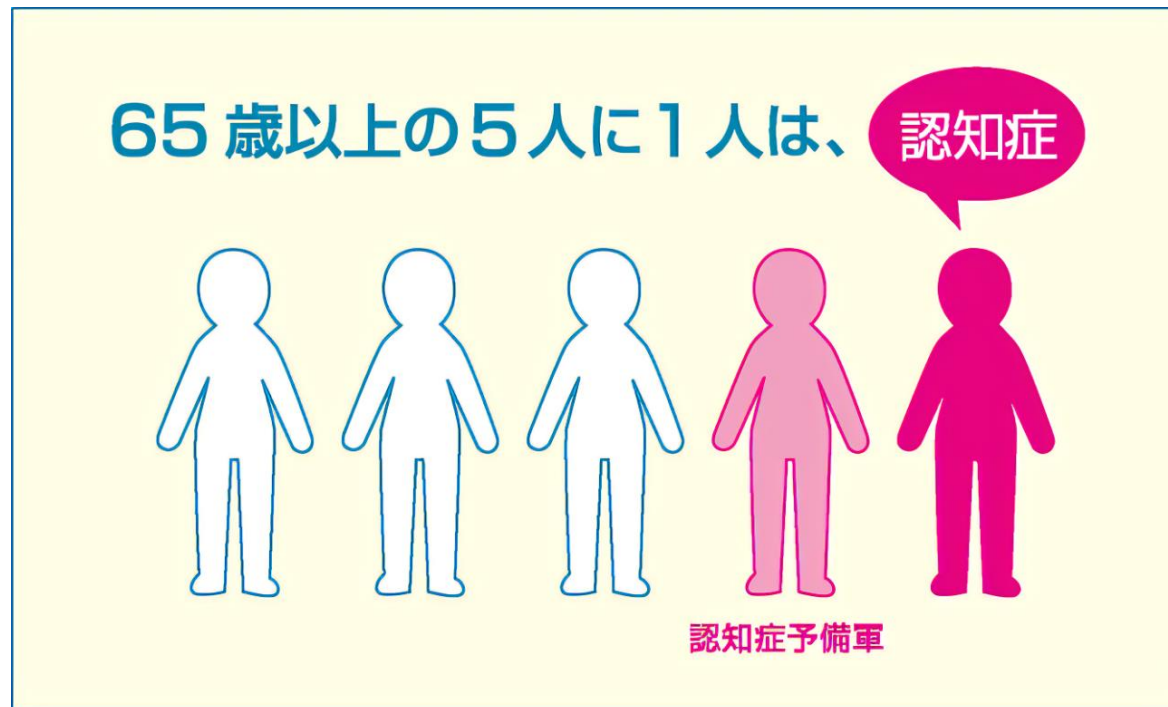
認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができる

7つの基本理念

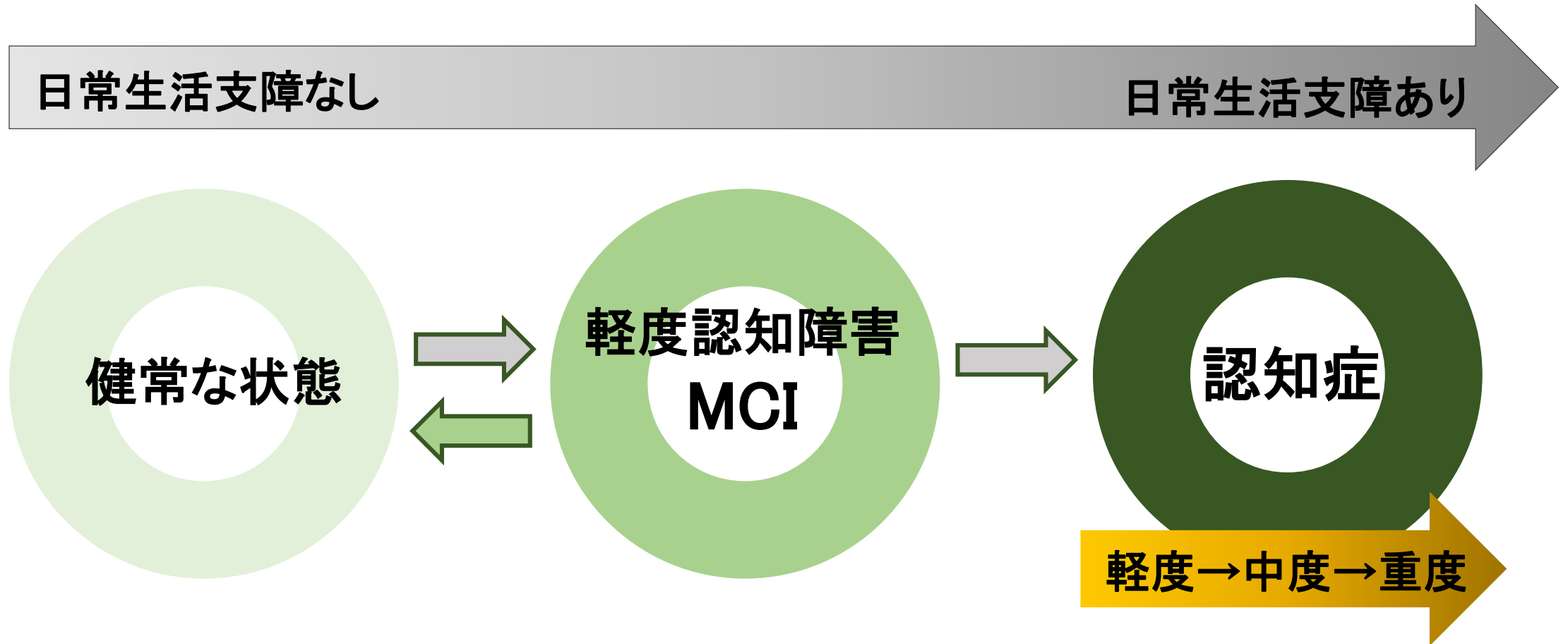
- ①**基本的人権を享有する個人**として、**自らの意思**によって日常生活・社会生活を営む
- ②認知症に関する**正しい知識**及び認知症の人に関する**正しい理解**を深める
- ③全ての認知症の人が社会の**対等な構成員**として、意見を**表明**する機会、活動に**参画**する機会の確保、それを通じてその**個性と能力を十分に発揮**する
- ④**意向を十分に尊重**しつつ、良質かつ適切な保健医療サービス・福祉サービスを**切れ目なく提供**
- ⑤認知症の人とその家族等が、**地域で、安心して**日常生活を営む
- ⑥共生社会の実現に資する研究等の推進、認知症・軽度認知機能障害に係る予防、診断、治療、リハビリテーション、介護方法、社会参加の在り方、社会環境の整備等、科学的知見に基づく**研究等の成果を享受**できる環境整備
- ⑦教育、地域づくり、雇用、保健、医療、福祉その他の各関連分野における**総合的な取組**

認知症とは？

いろいろな原因によって**脳の働き**が悪くなって
さまざまな障害が起こり、
生活に困り事が出てくる状態です。



認知症の進行



適切な治療・予防で回復したり、認知症の発症を遅らせる

軽度認知障害（MCI）

認知症とは診断できないものの、正常とも言い切れない
認知症と健常の境目にいる時期のこと。

日常生活に支障がでるほど認知機能は低下していません。



新しい家電の使い方を
覚えるのに時間がかかる



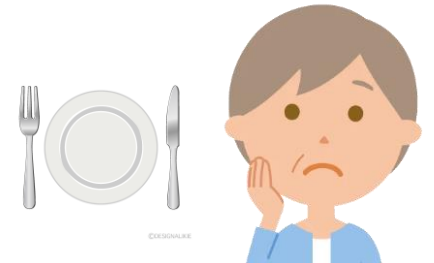
物忘れの自覚が
ある



仕事上のミスが増える

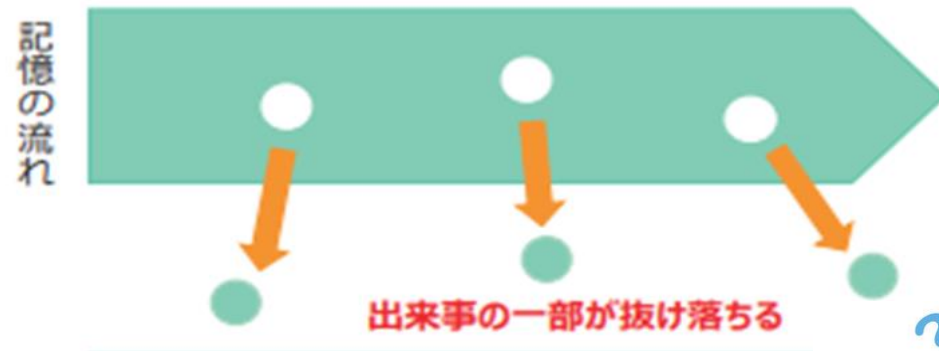


メモを取ることが増えた



前日の食事の内容
が思い出せない

加齢による物忘れ



認知症による物忘れ



加齢による物忘れと認知症による物忘れは見分けが付きにくいですが、
症状の現れ方には大きな違いがあります

加齢に伴うものの忘れと認知症のものの忘れ

加齢に伴うものの忘れ	アルツハイマー型認知症のものの忘れ
体験の一部分を忘れる	全体を忘れる
記憶障害のみがみられる	記憶障害に加えて 判断の障害や実行機能障害がある
ものの忘れを自覚している	ものの忘れの自覚に乏しい
探し物も努力して見つけようとする	探し物も誰かが盗ったということがある
見当識障害はみられない	見当識障害がみられる
取り繕いはみられない	しばしば取り繕いがみられる
日常生活に支障はない	日常生活に支障をきたす
きわめて徐々にしか進行しない	進行性である

治らない認知症

- ・アルツハイマー型認知症
- ・血管性認知症
- ・レビー小体型認知症
- ・前頭側頭型認知症

障害が起こっている
部分によって症状は様々



適切な治療・ケア

治る認知症

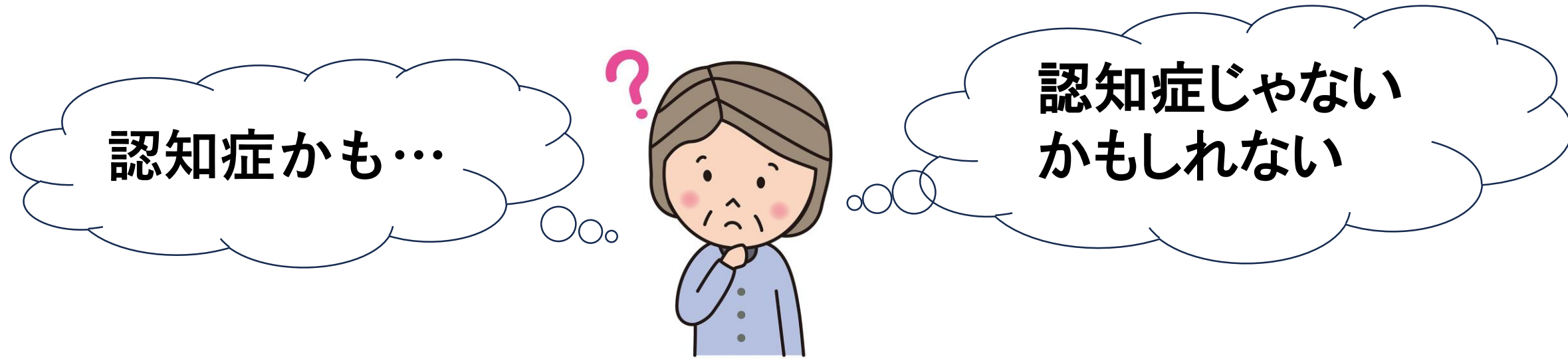
- ・正常圧水頭症
- ・慢性硬膜下血腫
- ・ビタミンB12欠乏症
- ・甲状腺機能低下症

疾患の影響で
認知機能が低下



早期発見・早期治療

認知症 早期発見・早期治療のメリット



- ・治療可能な認知症かもしれない
- ・治療により進行をゆっくりにすることができるかもしれない
- ・本人が自分の状態を理解でき、その後の暮らしに備えることができる
- ・介護方法やサービスなどの情報を入手でき、早期からの支援が可能となる



家族がつくった 「認知症」早期発見のめやす

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。

いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

もの忘れが
ひどい

- ☐ 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- ☐ 2. 同じことを何度も言う・問う・する
- ☐ 3. しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- ☐ 4. 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

- ☐ 5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- ☐ 6. 新しいことが覚えられない
- ☐ 7. 話のつじつまが合わない
- ☐ 8. 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

- ☐ 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ☐ 10. 慣れた道でも迷うことがある

人柄が
変わる

- ☐ 11. 些細なことで怒りっぽくなった
- ☐ 12. 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- ☐ 13. 自分の失敗を人のせいにする
- ☐ 14. 「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

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

意欲が
なくなる

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

認知症の電話相談（通話無料）

 **0120-294-456** (10:00~15:00 土日祝を除く)

携帯・スマホからは 050-5358-6578 (要通話料)

47都道府県の支部の連絡先など
詳細はホームページをご覧ください

家族の会

検索



公益社団法人
認知症の人と家族の会

ご本人も不安や戸惑いがあります

相手の言っていることが
理解できない

何かがおかしい

何故か
うまくいかない

イライラする

ひどく疲れる

身に覚えのないことを人から
言われる



認知機能障害と認知症の行動・心理症状(BPSD)

認知機能障害 (中核症状)

思考・推理・判断・適応・問題解決

- ・記憶障害
- ・見当識障害
- ・実行機能障害
- ・注意障害
- ・失語
- ・失行
- ・失認 他

心理・行動障害 (BPSD)

Behavioral and Psychological
Symptoms of Dementia

心理症状

不安、抑うつ、アパシー、
誤認、幻覚、妄想

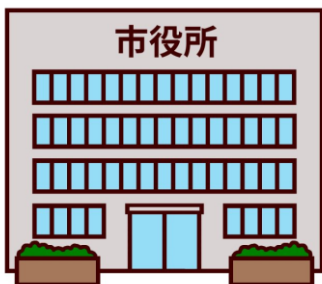
行動症状

焦燥、不穏、徘徊、攻撃性
拒絶、拒食、異食、
睡眠覚醒リズム障害、
社会的に不適切な行動 他

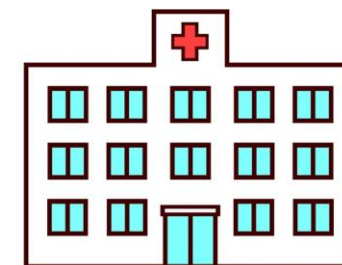
誰に・どこに相談すればいいの？



かかりつけ医
地域包括支援センター
市役所(相談会)



認知症疾患医療センター
物忘れ外来



大分県認知症疾患医療センターのご紹介

認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、心理・行動症状への対応についての相談の受付などを行う専門医療機関です

①向井病院（別府市）

②緑ヶ丘保養園（大分市）

③河野脳神経外科病院（大分市）

④白川病院（臼杵市）

⑤長門記念病院（佐伯市）

⑥加藤病院（竹田市）

⑦上野公園病院（日田市）

⑧千嶋病院（豊後高田市）

相談するとき何を伝えたらいいの？

【いつもの毎日の中で、おやっ？何か変だ！と思っていること】

- ・約束を忘れる、いつも何かを探している（探し物が増える）
- ・新しいリモコンや電化製品の使い方が覚えられない 
- ・得意だった料理が段取りが悪くなる、味が変わる、鍋を焦がす
- ・「あれ」「これ」が多くなった、話がかみ合わないことがある
- ・夜中に突然大きな寝言をいう（大きな声をだす）
- ・人や動物などはっきりとした幻覚がある 
- ・薬の飲み忘れが増えた（薬が残っている）
- ・出かけることをしなくなった、習い事に行かなくなった 等



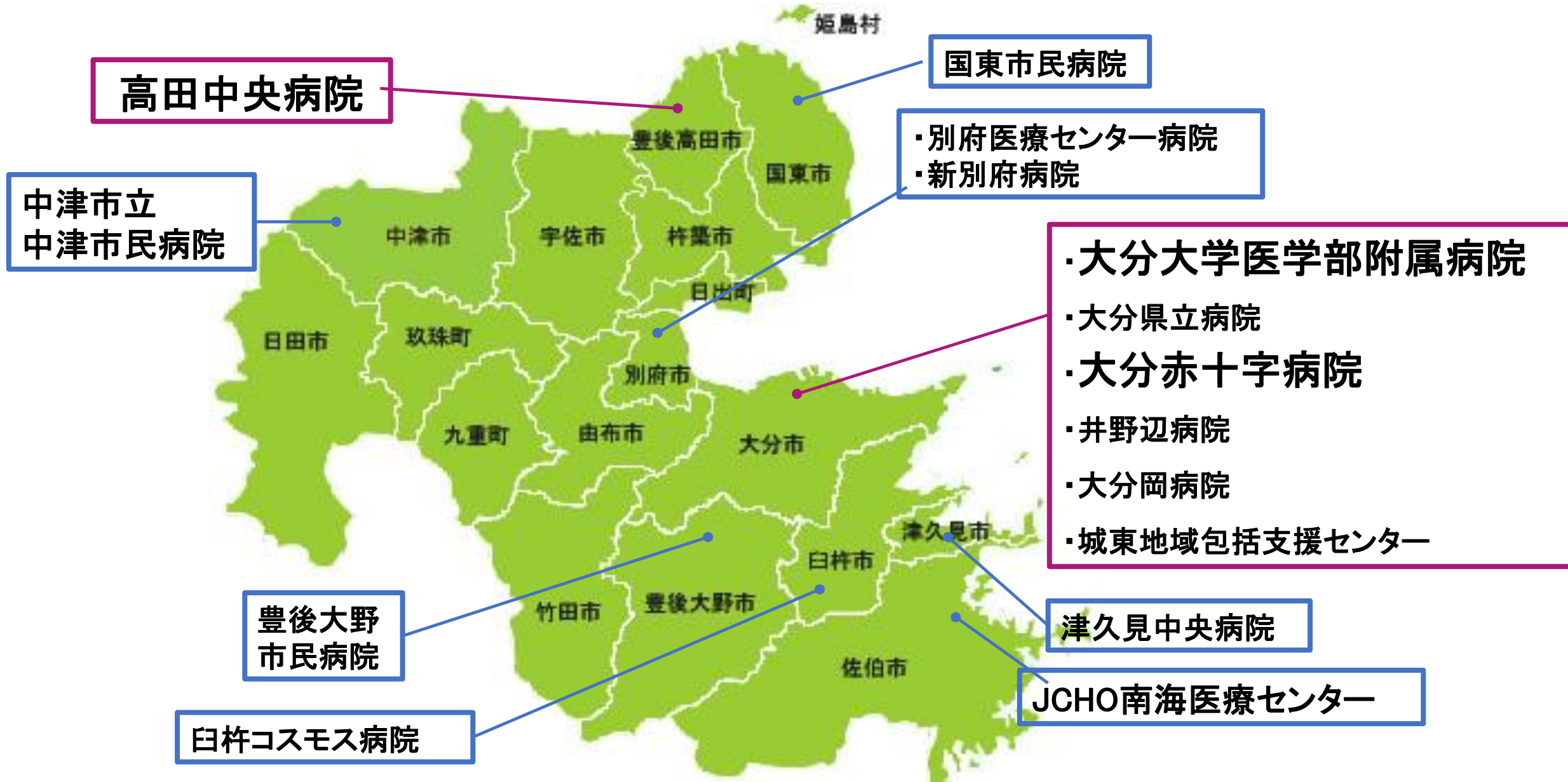
看護認定看護師とは？

ある特定の看護分野において、**熟練した看護技術と知識を有する者**として、日本看護協会の認定を受けた看護師

認知症看護認定看護師の役割

- ・認知症高齢者の権利の擁護
- ・認知症のBPSDの予防、緩和させる
- ・認知症の発症から終末期まで、時期に応じた統合的ケアの実践
介護家族のサポート
- ・認知症高齢者が安全で安心できる生活・療養環境の対策
- ・他疾患合併による影響をアセスメントし、治療的援助を含む健康管理

大分県下の認知症看護認定看護師（現在20名）はここにいます！



認知症看護認定看護師からのメッセージ

認知症は**誰もが**なり得ます

認知症になっても大丈夫！ な世の中を
一緒につくみましょう

“おやっ？”と思ったら**相談を！**

ご清聴ありがとうございました

