

La・暮らし編集室

〒972-8321 福島県いわき市常盤湯本町日渡74番地の7 TEL.0120-803-177 FAX.0246-43-0710 ■ lakurasu1@gmail.com
※本誌の設置にご協力いただけるショップ・施設等を随時募集しております。詳しくは編集室までお問合せください。

パート・アルバイト募集中

たった1分で準備完了!!

**動く紙面を
今すぐ体験!!**

ARとはかざすマークの写真を専用のアプリで読み取ることで、印刷物に動画や音声などを加えられるシステムの事です。

Step.1
読む前に...

AR再生用無料アプリ

COCOAR2

無料アプリをダウンロード



左のQRか、アプリストアから「COCOAR2」をダウンロード!



Step.2
アプリを起動して

スマホをかざす

このマークのあるワク内にカメラを向けると……

紙面が動き出します!!



Let's Try!!

実際にこのワク内をスキャンしてARで動かしてみよう!

index

今月のテーマ

認知症

■ みんなで考える認知症……P1~3 ■ わがまちのスポーツっ子/今月のトレンド/晴れときどき子育て日和、ほか……P4
■ 健康カレンダー/Healthy Action……P5 ■ レシピ/La・coupon、ほか……P6 ■ 6月6日は補聴器の日、ほか……P7

いさなりチェックで
したが、いかがだった
でしょうか。3つ以上
当てはまる方は、医療機関
に相談してみてもいいかも
しれません。認知症は早期の発見と
対応が、大切になってきます。
さて、3つ未満だった方も、「認知
症なんてずいぶん先の話」と思ってい
る方も、ちょっと待ってください! 実
は、認知症は決して遠い世界の話で
はないのです。

厚生労働省によると、2012年
の段階で、65歳以上の認知症の人は
462万人、予備軍は400万人だ
そうです。これは、高齢者の4人に1
人。高齢化の進展により、その数は
年々増え続けていて、すでに予備軍
と合わせて900万人を超えている
という推計もあります。これは、東北
地方の人口に匹敵するのです。

「近所や親戚など、自分の身の回
りのお年寄りを想像してください。
他人事ではないような気がしてきま
せんか?
どんな人にとっても認知症は、無

誰にでも起こりうる認知症

関係ではないものになりつつありま
す。だからこそ、認知症を正しく理
解する必要があります。

今回本誌では、認知症についてお
伝えするとともに、認知症患者とそ
の家族が安心して過ごすために、何
ができるかを考えていきます。

誰にでも起こりうる認知症



普段こんなことはありませんか?

- 同じことを言ったり聞いたりする ☐
- 物の名前が出てこなくなった ☐
- 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた ☐
- 以前はあった関心や興味が失われた ☐
- だらしくなった ☐
- 日課をしなくなった ☐
- 時間や場所の感覚が不確かになった ☐
- 慣れたところで道に迷った ☐
- 財布などを盗まれたという ☐
- ささいなことで怒りっぽくなった ☐
- 蛇口、ガス栓の開め忘れ、火の用心が出来なくなった ☐
- 複雑なテレビドラマが理解できない ☐
- 夜中に急に起きだして騒いだ ☐

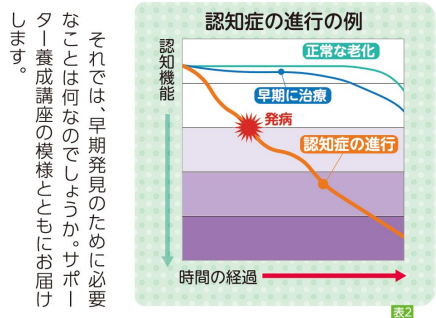
これからの時代を安心して過ごすために
みんなで考える認知症

※このチェックシートは認知症の診断をするものではありません

編集室まで
サポーター化計画

さて、認知症について考えるといっ
てもなかなか取っかかりが難しいも
の。私たちもそうでした。そんな中
「認知症サポーター養成講座」とい
う制度を見つけました。認知症に対
する正しい知識と理解を持ち、地域
で認知症の人やその家族に対してで
きる範囲で手助けする「認知症サ
ポーター」を全国で養成するという
もので、全国的に行われているとい
う。いわき市でも公民館などで開催さ
れており、5人以上が集まると、出前授
業をしてくれます。

今回、私たちは多忙なボスの日程
をこじ開け、先輩諸氏に日程を調整
してもらい、編集室全員で受講して
みました。



それでは、早期発見のために必要
なことは何なのでしょう。サポー
ター養成講座の模様とともにお届け
します。

どの認知症にも共通しているの
は、早期発見が重要だということ。
早ければ早いほど、病気の進行を遅
らせることができるのです。【表1】

アルツハイマー型認知症

- ・最初は何の忘れから始まります。
- ・「ものをとれた」と思ってしまう。
- ・気分が沈んでしまいます。など

レビー小体型認知症

- ・早い段階からいらいはすの人や昆虫が見えます。
- ・「もの忘れ」の症状は少ないと言われます。
- ・手足の動きが鈍くなります。など

脳血管性認知症

- ・時々怒りっぽくなります。
- ・感情が不安定になります。
- ・やる気がなくなります。
- ・脳梗塞や脳出血などが原因です。など

表1

「65歳以上の方の約4分の1が一人暮
らし。夫婦のみが3割。いかに地域で
支え合う必要があるか」ということが
わかるのではないのでしょうか?

そう話すのは、講師で社会福祉士
の深澤明日花さん。普段は高齢者に
関する相談を受け付ける「地域包括
支援センター」に勤務しています。

認知症とは、脳が病気にによって変
化し、記憶や計算、場所の認識など
が低下する病気のこと。その原因と
なる病気はいくつか種類があり、
それによって現れる症状も異なります。
特に【表1】の認知症は「三大認
知症」と呼ばれています。

■ そもそも認知症とは?



小名浜花畑町に

「たらちねクリニック」開設しました。

診療は予約制になります

診療時間	月	火	水	木	金
9:00~12:00	●	●	●	★	●
14:00~16:30	●	●	●	★	●

院長: 藤田 操
★…診療内容に変動があります
休診/土・日・祝

〒971-8162 いわき市小名浜花畑町11-3 カネマンビル3階
TEL.0246(38)8031

●小名浜支所
★カネマンビル3階

認定NPO法人いわき放射能市民測定室たらちね

〒971-8162 いわき市小名浜花畑町11-3 カネマンビル3階
TEL.0246(92)2526 FAX.0246(38)8322

**土田英順 東日本大震災復興支援
チャリティコンサート in Iwaki 2nd**

日時 2017年6月17日(土)
14:30開場/15:00開演~16:30終演 場所 いわき市文化センター
大ホール/全席自由席

●参加費999円
未就学児以下ひび上鑑賞無料
当日券あり

information



たらちね