



(飯田市認知症サポーター養成講座)
認知症“ささえあい”講座

「認知症になっても、
暮らしやすいまちをめざして」

飯田市長寿支援課

【本日の内容】

- ① 認知症の理解とその対応
- ② 紙芝居「大好きなおばあちゃん」
- ③ 紙芝居の感想を話してみましょう
- ④ まとめ



◆高齢者とは？

65歳以上の人をいいます。



◆飯田市の人口は… 94,193人

(令和7年3月31日現在)

→この中で、65歳以上の人とはどの位いるでしょう？

◆65歳以上のは人は…31,896人



飯田市の人口の 33%

→飯田市の高齢者は、3人に1人



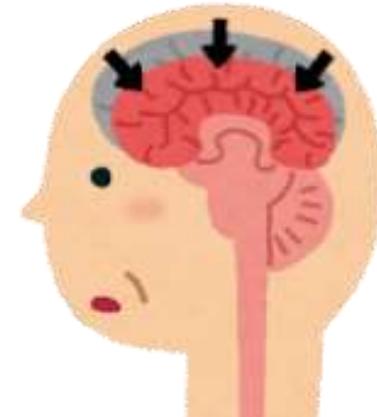
歳を重ねると自然に身体は変化します

例えば…



歳をとるとかかりやすくなる病気の一つに、

「認知症」 にんちしょう



という病気があります。

認知症は歳をとれば誰にも起こる病気です

令和6年度 飯田市の認知症年齢別割合 (認知症自立度Ⅱ以上)

令和7年3月31日時点 介護認定情報より



飯田市介護保険の状況（令和7年3月31日）

◆令和6年度 要介護(要支援)認定者数
5,796人

そのうち**認知症(症状)があるのは**
(認知症老人日常生活自立度Ⅱ以上)

3,791人 65.4%



介護保険制度とは

社会全体で介護を支えることを目的とした公的保険制度のひとつ



訪問介護や訪問看護などの介護サービスを利用した場合
サービスにかかった費用の一部を保障

対象: 65歳以上 (40~64歳の老化起因の16特定疾病)
で、要介護または要支援状態になった方

認知症が、
どのような病気か
知っていますか？



認知症とは

いろいろな原因で、脳の細胞が壊れ死んでしまうと
脳の司令塔としての働きに不都合が生じて
さまざまな症状・障害が起こり
日常生活上の支障がおよそ6か月以上続いている状態

認知症は、脳の病気
誰にも起こる可能性がある



脳の働き

感情・意欲
人間らしい所

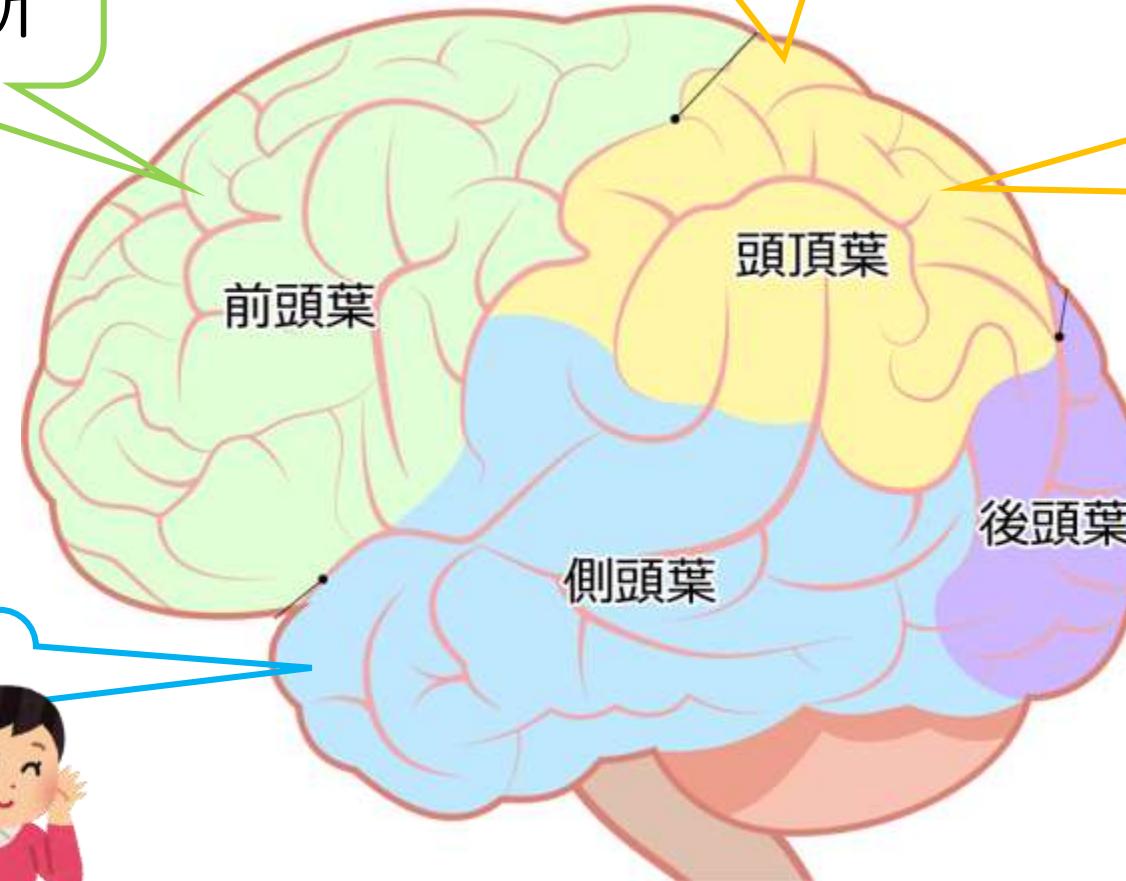


身体を動かす

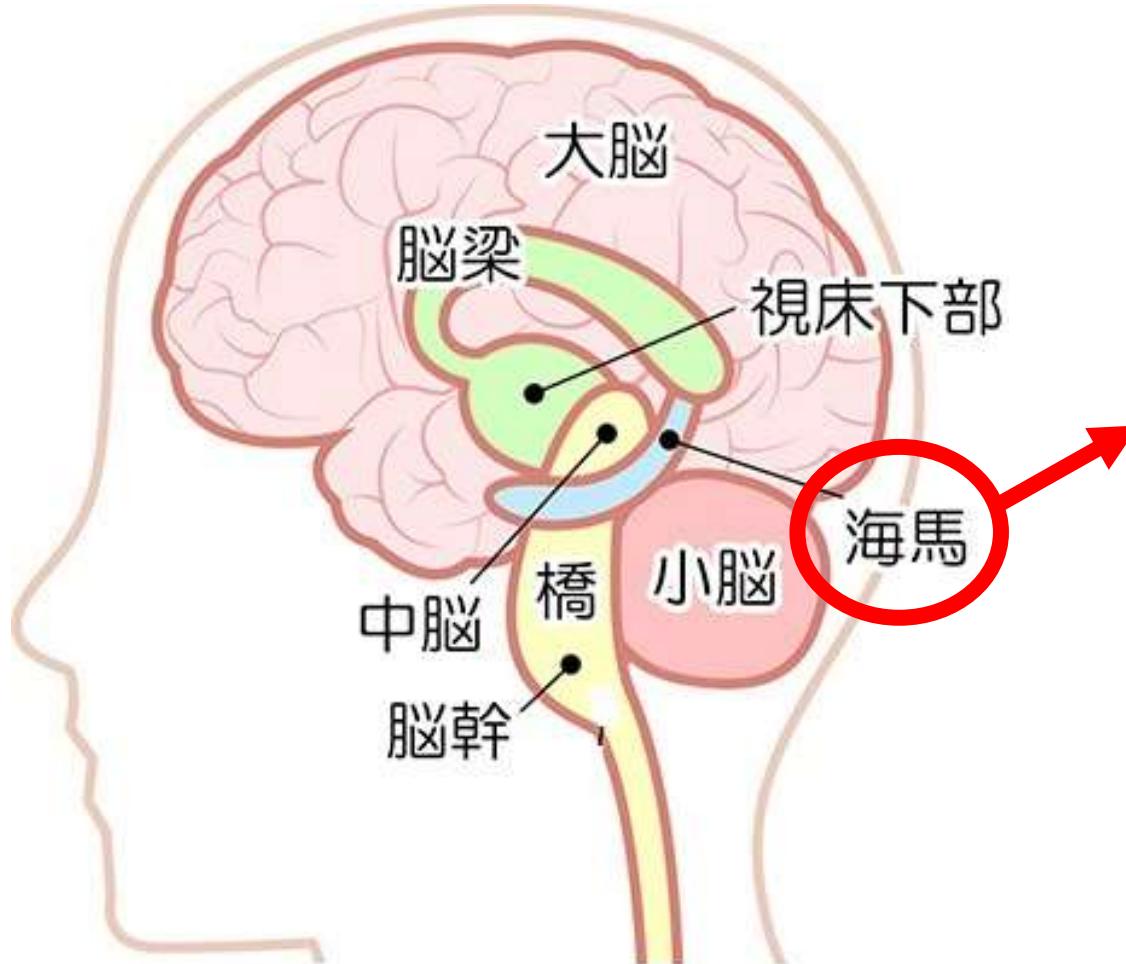
体の感覺
空間認識

見る

記憶の保存
聞く



記憶の司令塔…海馬



海馬の働き

①さまざまな情報を一時的に保存。

②必要な情報を大脳へ送り、忘れないように長期保存。

- 自分にとって必要な情報かどうかを分ける

- 感情とリンクした記憶はおぼえる
(嫌な記憶ほど残る)

認知症の種類

- アルツハイマー型認知症
(認知症全体の約60%)
- 脳血管性認知症 (約15%)
- 前頭側頭型認知症 (約15%)
- レビー小体認知症 など

認知症になると起こることは？

『中核症状』

脳の細胞が壊れることによって
起こる症状

治りにくい!

- ・物事をすぐ忘れる
- ・覚えられない
- ・考えるスピードが遅くなる など

『行動・心理症状(BPSD)』

本人がもともと持っている性格や心の
状態、環境によって出る症状

悪化も改善もする

- ・自信を失い、すべてが面倒になる
- ・道に迷って、帰れなくなる
- ・トイレの失敗 など

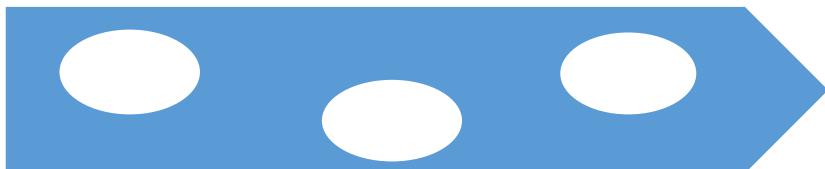
認知症の中核症状 ①「記憶障害」

◆白い部分は記憶の抜け落ちたところを示しています。

若い脳



老化による
もの忘れ



認知症の
記憶障害



覚えるのに手間がかかる
体験の一部を忘れる

例)食べた物を思い出せない

覚えられない
体験全体を覚えていない

例)食事をしたことを忘れてしまう

- ・昨日 「給食」 を食べましたか？
- ・メニューは覚えていりますか？
- ・人参は入っていましたか？

認知症の中核症状 ②「見当識障害」

◆身近なところから、分からなくなります。

- ・時間や季節の感覚が薄れる



- ・ここがどこか、場所が分からぬ



- ・自分の家族も、誰なのか分からなくなる



認知症の中核症状 ③理解判断の障害

- ・考えるスピードが遅くなる
- ・2つ以上のこととが重なると理解できなくなる
- ・しくみが目に見えない道具や新しい機械を使えない

例:銀行のATM、
IHクッキングヒーター 等



認知症の中核症状 ④「実行機能障害」

- ・計画を立てて段取りすることが、できなくなる

買ってあるのに、同じものをまた買ってしまう

冷蔵庫に同じ食材がたまりだす

食事の支度が難しくなる

…みそ汁をつくるのも難しい



- ・予想外のことが起きると、適切に対応できなくなる

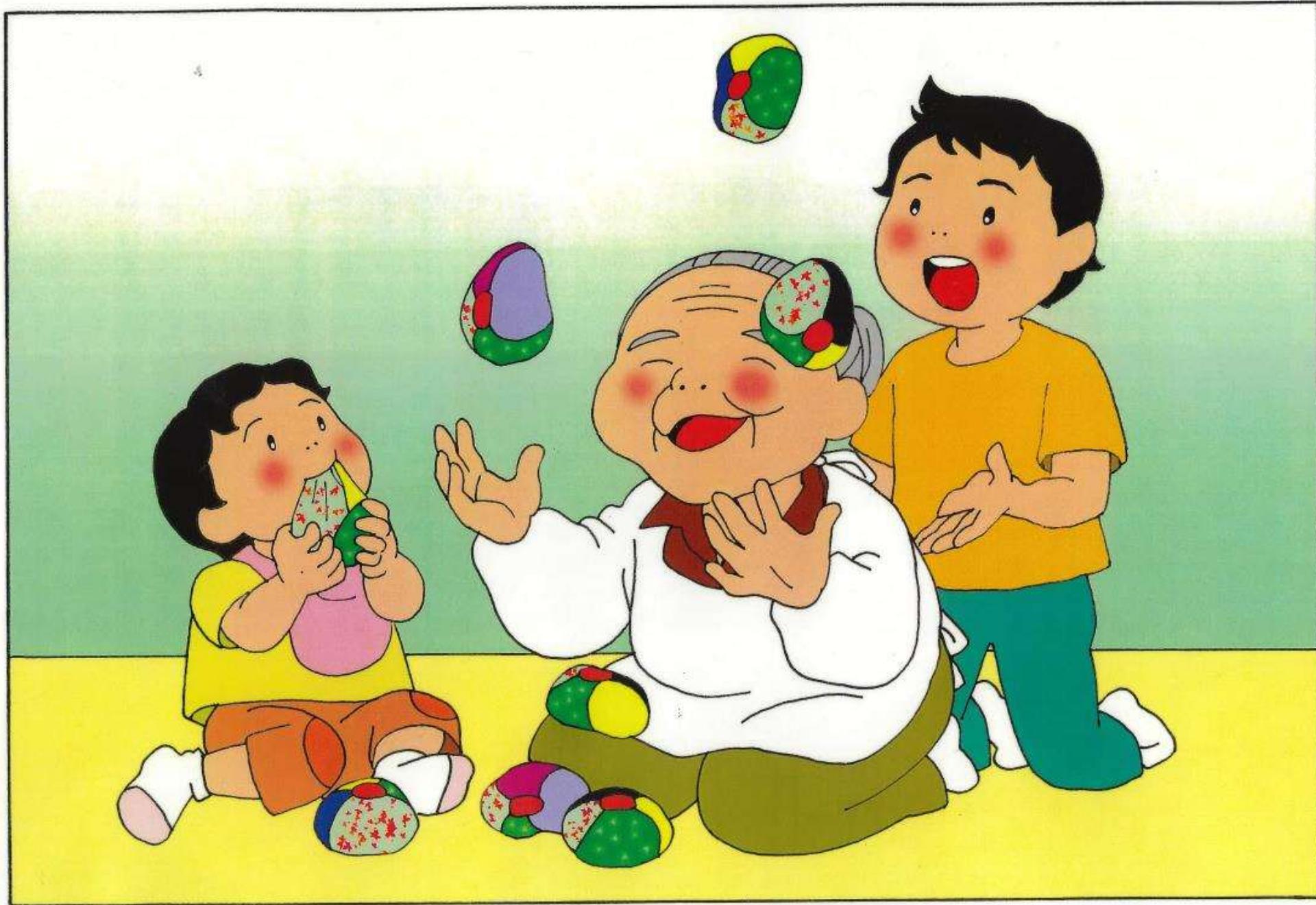
水漏れ、電気がつかないなど、どうしていいかわからない

大好きな おばあちゃん

作： うんまくボケる戦略チーム
絵： 小林 浩道



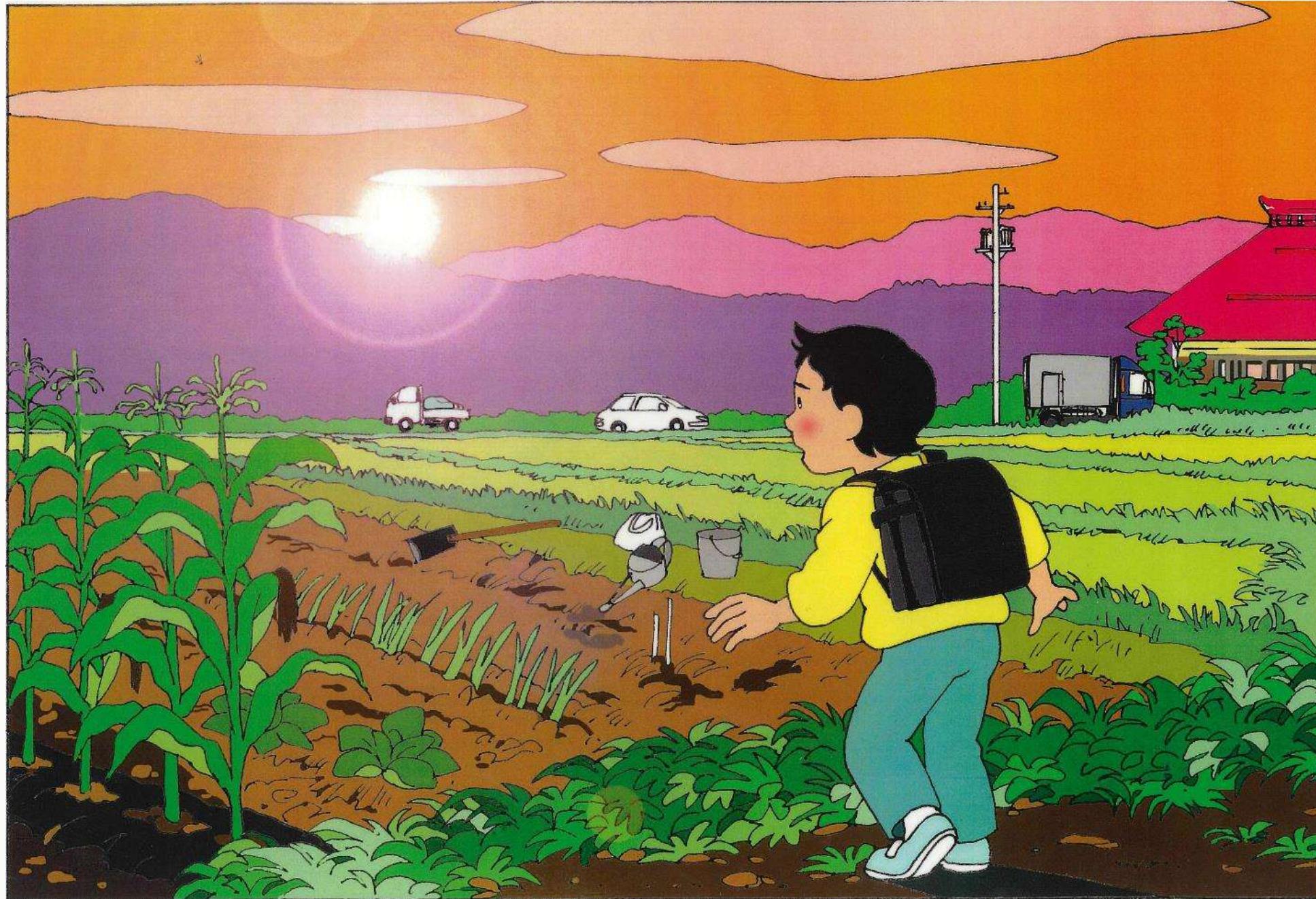










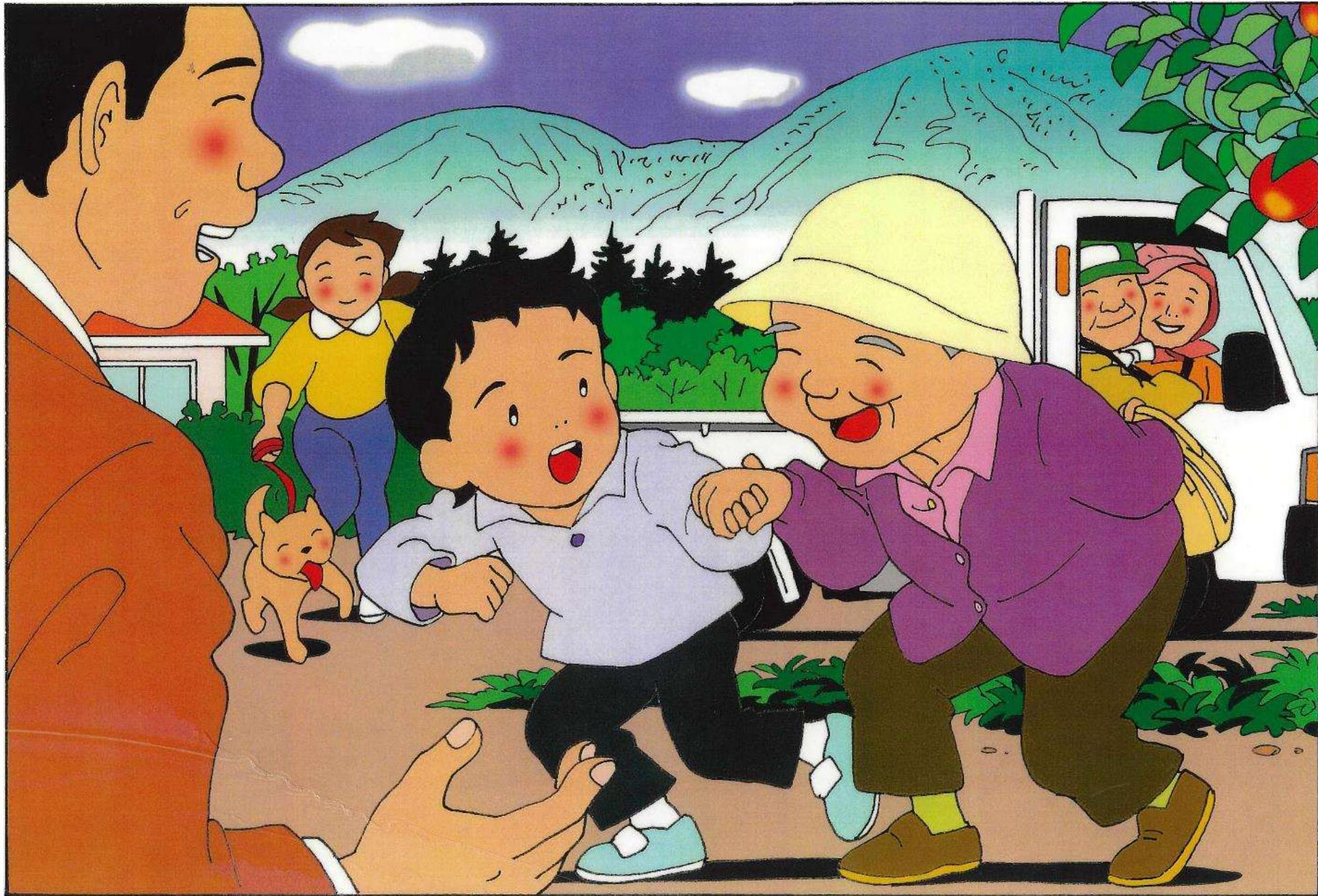












みんなで考えてみましょう

- おばあちゃんの気持ち

- ぼくの気持ち・ぼくのできること

- お母さんの気持ち

認知症になつても…

- ・初期の頃は、
今まで身体で覚えてきたことは自分でできます。
- ・中期では、声かけなどのきっかけや少し手伝うことで、
簡単な作業であればできます。
- ・認知症のもの忘れは、
現在から過去へと失っていきます。

認知症の人の気持ち



◆分からぬことが続く

→思い出せない、何かがおかしいと不安を感じています。

◆失敗や物の紛失が増える

→自信がなくなったり、
いらいらしたり落ち着かなくなります。



◆身の回りのことが自分でできなくなる

→悲しい気持ちになります。



◎事実の記憶は失われても、
感情の記憶は残ります。

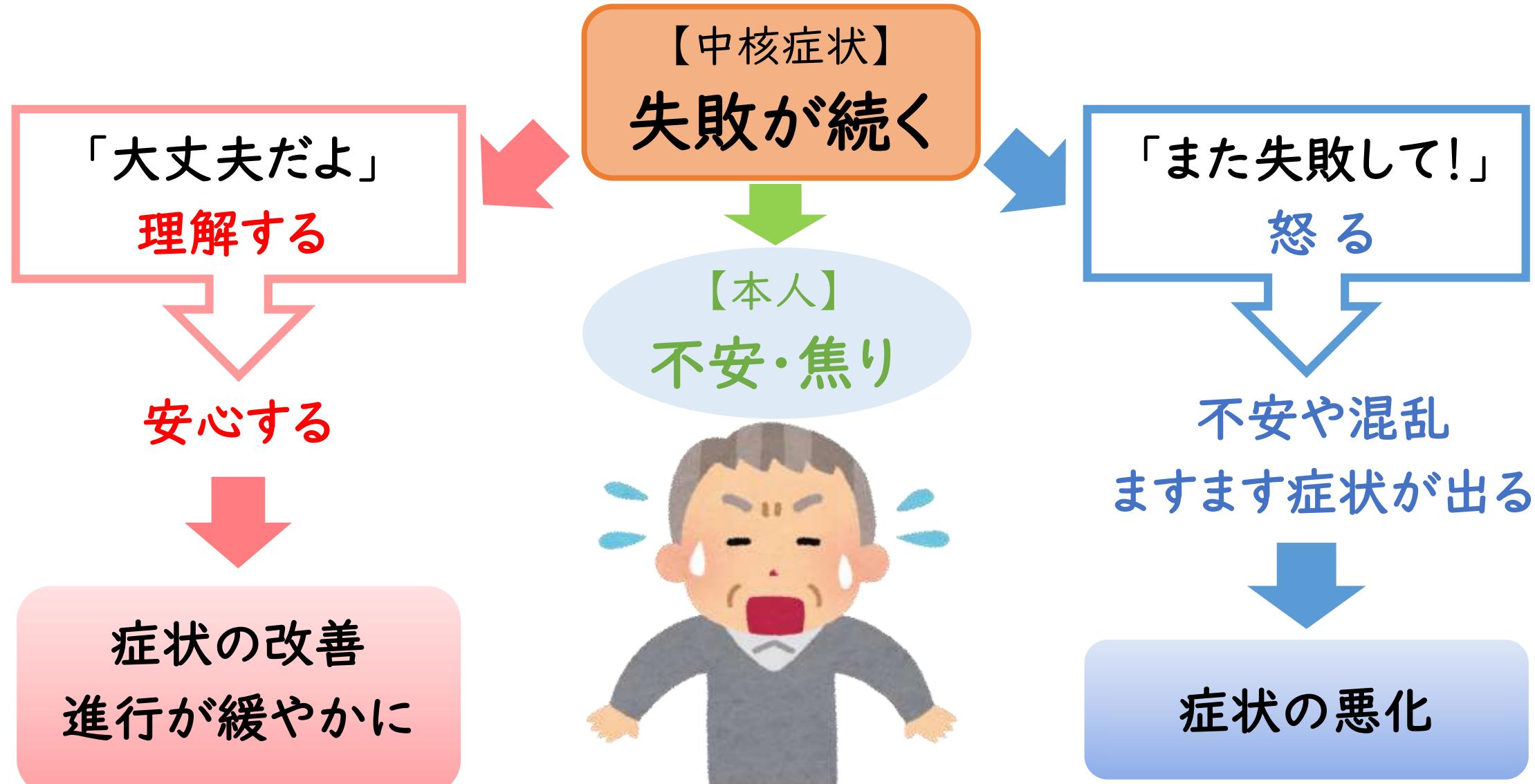
◆おばあちゃんは、道に迷って叱られますが、

→おばあちゃんは、「不安・混乱」の中にいるため、
叱られている意味が理解できない。

→叱られたことだけが、残ってしまいます。



まわりの人の接し方で…



認知症の人へのやさしさポイント

01 相手に近づいて、相手の視野に入ってから、
目を見て話しかけましょう



02 笑顔などおだやかな表情で話しましょう

03 「ゆっくり」と「わかりやすい言葉」で話すと伝わりやすいです

04 一度に多くのことを話しかけると混乱します
一つずつ話しましょう



05 言葉がすぐに出でこないので、何秒か待つ気持ちで聞きましょう

06 よくわからないことを話していても、うなずいたり、
相づちをうち、聞いていること伝えましょう

07 自尊心を傷つけないために、
子ども扱いにならないようにしましょう

08 ありえない話でも否定しないようにしましょう

09 なにかするときは、言葉をかけながら、一緒に行いましょう



やさしさポイントを活用



認知症サポーターとは？

認知症の人を支える仲間



認知症を正しく理解する

偏見を持たず、

認知症の方とその家族を応援する

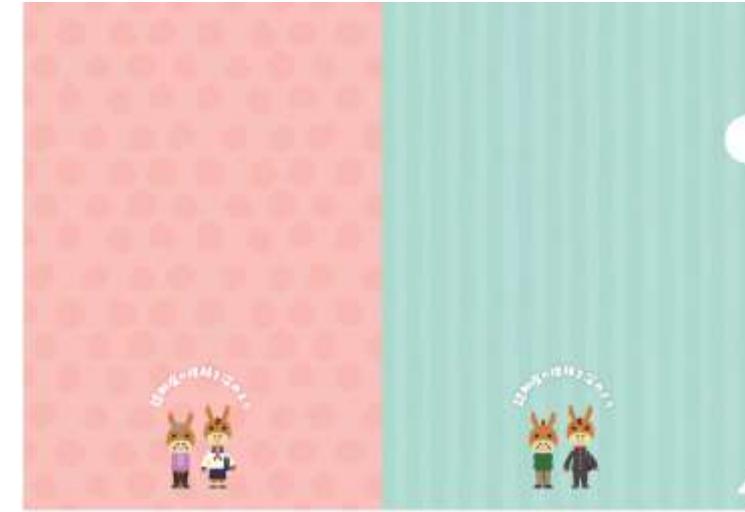
認知症サポーター養成講座を受講した証



①オレンジバッヂ



②クリアファイル



③リーフレット

「認知症になつても暮らしやすいまちをめざして」

《相談窓口》

- ◆飯田市役所 長寿支援課
- ◆飯田市地域包括支援センター
※ 市内に6か所あります

「まずは、
身近な大人に相談しましょう!!」



ありがとうございました。

