



認知症の豆知識

『認知症の検査』って何をするの？

医療機関（内科や精神科など）で行う、初期診断の簡易な検査として、「長谷川式認知症スケール（HDS-R）」と「MMSE（ミニメンタルステート検査）」が代表的です。

（右図参照→→→）

検査の結果によって、医師から指示や指導が行われます。場合によっては、精密検査を紹介されます。

精密検査は、一般的に大きな医療機関の脳神経内科や精神科などで実施されます。

通常は、（X線での撮影）、MRI（磁気による撮影）などの画像診断によって認知症の診断をします。

	長谷川式 認知症 スケール	MMSE
検査方法	口頭での 質問形式	口頭、記述、 動作など
検査 項目数	9	11
検査時間	5～10分程度	10～15分程度
満点	30点	30点
認知症の めやす	20点以下	23点以下
特徴	記憶力の評価 に重点が置か れている	見当識、記憶力、 言語能力など 複数の観点で 評価する



推進員コラム

『認知症当事者のことば』

私は先日、認知症の方からお話をうかがいました。「道に迷って、何度も警察のお世話になっていて、そのたびにひどく落ち込むんだよ」「仲間の理解もあって趣味のバンド活動を続けています」「できないことが増えるけど、まだまだ、できることもたくさんある！」

自分がどんどん変わっていく不安や、失敗した時の辛さを受け止めながらも、希望をもって過ごしているというお話でした。

私も、認知症で不安を抱いている方々の思いに、少しでも寄り添えたら…と思いました。

認知症の方のアンケートから、ご本人の気持ちを知る。これは、もしかして「パーソン・センタード・ケア」!?（裏面につづく）



トピックス

「パーソン・センタード・ケアとは？」

2000年頃から、イギリスの大学教授トム・キットウッドが、“認知症ケアは、誰でも一人の人として認められることが最も重視されるべき”という考え方が提唱されました。

彼のケアの考え方は、“**パーソン・センタード・ケア**”と名付けられ、認知症と共により良く生きることを支え合う取り組みとして、今も世界的に大きな影響を与えています。

介護者のペースで物事を進めず、“認知症の人が、なぜその行動をしているのか？”その人の健康状態、性格、本人のそれまでの歴史、人間関係などを考え、コミュニケーションを大切にしながら対応することが、認知症のケアの基本であると主張しました。



TAMA 認知症介護者「いこいの会」

- 病ゆえに、当事者と歩む道は24時間365日続きます。
- わかっていても、ついつい声が大きくなることもあります。迷い道に入り込んで、どうにもならない気持ちになってしまうこともあります。
- 悩みを話しても、黙って耳を傾けて聞いているだけでも…。時には、思い出話や季節の話題などで盛り上がることもあります。
- ▶毎月第1火曜日13:30～
聖蹟桜ヶ丘ヴィータコミュニネ7階
ワークショップルーム
- ▶毎月第3金曜日13:30～
ベルブ永山5階消費生活センター 科学室

まちのもの忘れ相談室 「みらいの会」(当事者会)

- 外に出るきっかけになる場所です。自由に話せる場所です。あなた自身を大切にしたいと思える場所です。
- 認知症と診断されて、この先どうなっていくのだろう…と、不安が先行している方、ひとりで悩まずに、気軽に立ち寄りください。
- 仲間と一緒に楽しいことを探しましょう。
- ▶毎月第3日曜日13:30～
聖蹟桜ヶ丘ヴィータコミュニネ
7階 活動交流室

あなたのまちの高齢者の相談窓口

「認知症地域支援推進員」もいます！

お住まいの地域	地域包括支援センター	電話番号／住所
東寺方（3丁目を除く）・落川・百草・和田（3丁目を除く）・桜ヶ丘・関戸6丁目・貝取（地番）	西部	☎ 042-389-8850 和田1532
連光寺・聖ヶ丘・馬引沢・諏訪	東部	☎ 042-373-7850 諏訪5-1 諏訪複合教育施設内
落合・鶴牧・南野2～3丁目・唐木田・中沢・山王下	多摩センター	☎ 042-376-2941 山王下1-18-2
永山2～7丁目・貝取2～5丁目 豊ヶ丘2～6丁目・南野1丁目	中部	☎ 042-375-0017 永山4-2-5-105
関戸1～5丁目・一ノ宮	北部	☎ 042-357-3711 関戸4-19-5 多摩市立健康センター3階
愛宕・東寺方3丁目・和田3丁目・ 乞田・永山1丁目・貝取1丁目・ 豊ヶ丘1丁目	北部 愛宕支所	☎ 042-319-6411 愛宕1-1-2-106 愛宕第一住宅