

# こんにちは！包括です

2024年  
~Vol.43~



★地域包括支援センターは、札幌市から委託を受けた公的な相談機関です。



## 身近にこんな方、いませんか！？



よくなくし物を探す



怒りっぽくなった



覇気がなくなった



転びやすくなった



自宅に帰れず迷う

## 65歳以上で認知症の方は5人に1人

### 認知症の症状は原因により様々な症状が出ます

上のイラストは認知症の方で出現する症状の一例です。認知症はアルツハイマー型認知症、脳血管性認知症、レビー小体型認知症など様々な分類があり、それぞれ特徴的な症状があります。「あれっ、いつもと違う」と感じたら医療機関や包括支援センターに相談してみてもいいでしょうか。軽度認知障害の場合は早期発見、早期対応で進行を遅らせられる場合があります。

### 2025年に認知症の人の数は5人に1人

年齢と共に認知症になりやすくなります。認知症の高齢者人口の将来推計では2025年に5人に1人の高齢者が認知症になると予測しています。



### 皆でお互いの生活を考えていきましょう

国では超高齢社会は地域社会全体で支える必要があると考えています。住み慣れた地域で自分らしく暮らすためには地域の工夫が必要になります。

## チェック 3つの「ない」…対応の心得

認知症の方に安心してもらう対応方法です。  
(すべての人にこのような対応ができると  
良いと思います)



### 2. 急がせない

余裕をもって対応する、相手の言葉に耳を傾けゆっくりと会話する。

### 1. 驚かせない

後ろから声を掛けない、声掛けは一人で、目線を同じにする、穏やかにはっきりとした口調で話す、笑顔で接する。

### 3. 自尊心を傷つけない

さり気なく様子を見守る、相手の言葉を使って話の内容を推測する・確認する、「何かお困りですか」の声掛けなど。

# 「チームオレンジ」準備中！

～地域で支えあう超高齢社会～

## 本人・家族の声

- 「認知症になった事を近所の人に知られたくない」と外出できなくなった。
- 地域の人から「そんな状態だったら早く施設に入った方がいい」と言われてしまった。
- 「ゴミ出しのルールを守らない」と強く責められ近所付き合いが怖くなった。



## 地域は“お互い様”でできています

- 住み慣れた地域で安心していつまでも暮らしたいと思いませんか？
- 誰でも尊厳を持って安心して生活できる地域を目指しましょう。
- 地域住民皆さんが支える側、支えられる側として繋れると良いですね。支えている方もいつかは支えられる側になれるような地域を共に作っていきましょう。



チームオレンジとは：“認知症サポーター”養成講座を受けた地域のあらゆる方がチームを組んで、認知症の方や家族の支援を行う取り組みの事です。認知症の方自身もメンバーとして参加します。

## チームオレンジ始動！

- ◆札幌市でも今年度から先行 5 区でチームオレンジが始動しました。北区でも開始の準備をしています。



- ◆認知症サポーター養成講座を受講して、チームオレンジメンバーとして活動しませんか。

- ◆地域の皆さんで認知症の理解を深めて、みんなが生活しやすい地域作りを進めましょう
- ◆「お互い様の地域」実現を目指しましょう！



認知症サポーター養成講座についてのお問合せは包括支援センターまで



## 札幌市北区第2地域包括支援センター

所在地：札幌市北区北 40 条西 4 丁目 2-7 札幌 N40 ビル 2 階  
電話番号：011-736-4165 FAX：011-746-1665

