

令和7年度牛津高等学校地域連携講座 「小城市出前講座」

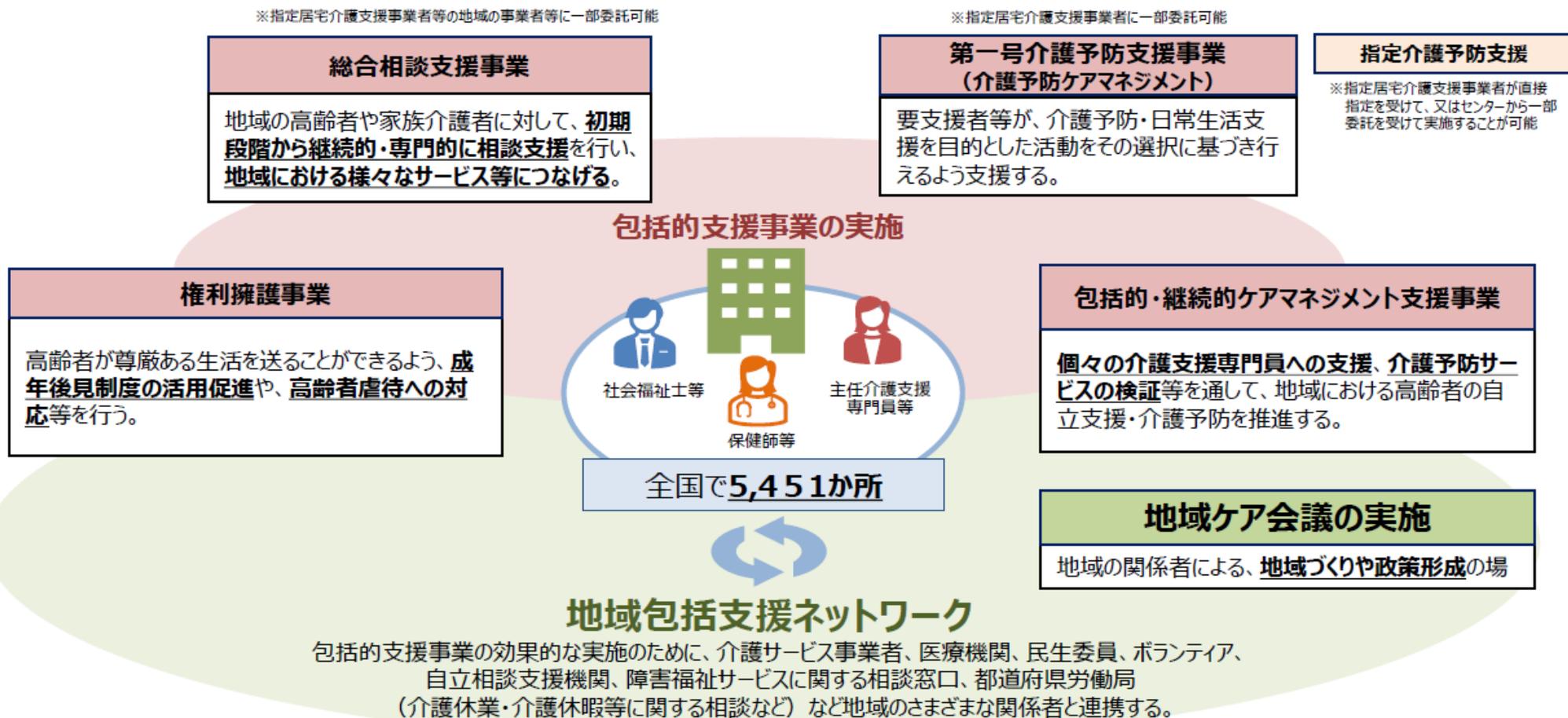
認知症についてもっと知ろう！ ～part 1～

令和8年2月25日(水) 14:45～16:35

小城市高齡障がい支援課 地域包括推進係
小城市地域包括支援センター
保健師 淵上

地域包括支援センターについて

地域包括支援センターは、市町村が設置主体となり、**保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員**等を配置して、**地域住民の心身の健康の保持及び生活の安定のために必要な援助を行うことにより、その保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援する**ことを目的とする施設（介護保険法第115条の46第1項）



（注）地域包括支援センターの設置数は令和6年4月現在（資料出所：厚生労働省老健局認知症施策・地域介護推進課調べ）

出典：厚生労働省

地域包括支援センターの職員

3職種

チームオレンジ
コーディネーター

主任介護支援
専門員
(主任ケア
マネジャー)

介護支援専門員
(ケアマネジャー)
への助言や支援、
関係機関との調整
などを行います。

保健師

健康づくり(介護
予防)についての
助言や指導、介護
予防教室の紹介
などを行います。

社会福祉士

高齢者の虐待防
止や、成年後見制
度など高齢者の
権利擁護につい
ての支援や助言
を行います。

介護支援
専門員
(ケアマネジャー)

介護保険で要支
援の認定を受け
た人への介護予
防プランの作成
をお手伝いしま
す。

認知症地域
支援推進員
および
生活支援コー
ディネーター

高齢者や認知症
の人が地域で安
心して過ごせるよ
う、地域づくりを
行います。

地域包括支援センターの業務

地域包括支援センター 運営の業務

①介護予防ケアマネジメント

②総合相談支援事業

③権利擁護事業

④包括的・継続的ケア
マネジメント支援事業



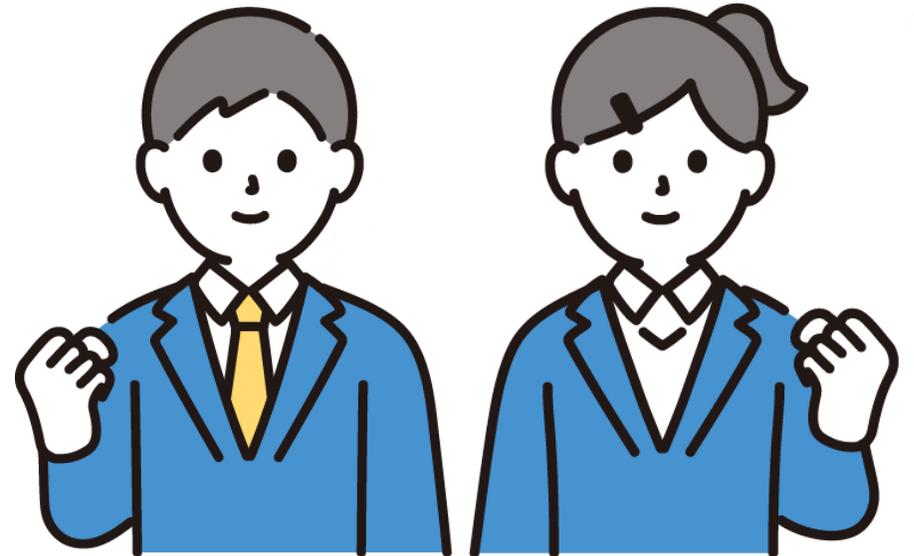
在宅医療・
介護連携推進事業

認知症総合支援事業

生活支援体制整備事業

地域ケア会議推進事業

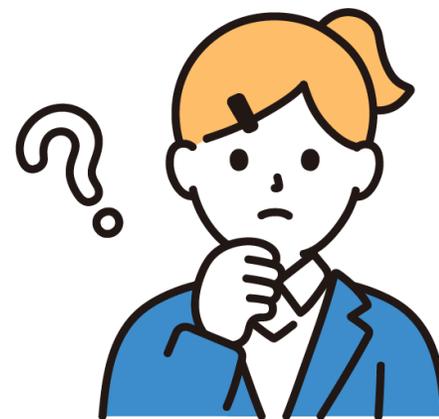
認知症クイズ



第1問

「高齢者」とは何歳以上の人のことを言うでしょう？

- ① 65歳以上
- ② 70歳以上
- ③ 75歳以上



第1問

正解は

①

65歳以上

第2問

小都市の高齢者の人口は昔と比べて、
どうなってきたのでしょうか？

- ① 増えてきている
- ② 変わらない
- ③ 減ってきている



第2問

正解は

①

増えてきている

第3問

現在、認知症高齢者（65歳以上）は何人に1人とされている
でしょうか？

- ① 10人に1人
- ② 7人に1人
- ③ 5人に1人



第3問

正解は

3

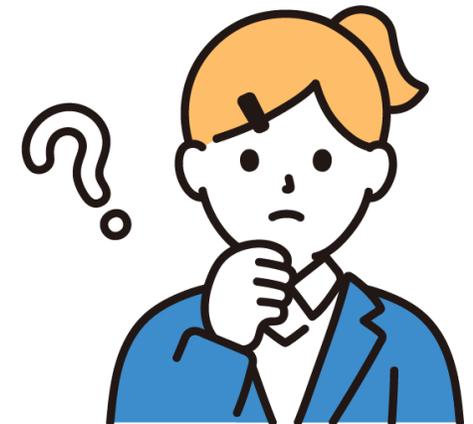
5人に1人



第4問

認知症とはどのような病気でしょう？

- ① 物の忘れをして少しずつ色々なことを覚えていられなくなる病気
- ② 感情が消えて何をしてしても同じ反応しか返ってこなくなる病気
- ③ 筋肉が衰えてどんどん歩けなくなる病気



第4問

1

正解は

認知症とは…

脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し、

日常生活全般に支障が出てくる状態（およそ6カ月以上継続）を

言います。



第5問

認知症によるもの忘れの特徴はどれでしょう？

- ① 遠い昔のことを忘れる
- ② ヒントを与えられても思い出せない
- ③ もの忘れをしている自覚がある



第5問

正解は

2



認知症の症状

①中核症状

脳の障害で“苦手なこと”が増える
認知症の初期から現れる
⇒治りにくい

記憶するのが
苦手になる

時間・場所・人の認識が
あいまいになる

物事の手順に
戸惑う

会話や計算に
つまづきやすい

本人の混乱、落ち込み
本人を取り巻く環境や人間関係

防ぐ
秘訣

安心感

②行動・心理症状

“苦手なこと”が増え、精神的に追い込まれて起こる
⇒起こらない可能性がある

情緒が不安定に
なる

思い違いで
人を責める

声を荒げたり、
手をあげる

同じ行動を
繰り返す

無気力になる

認知症の人の頭の中

脳の衰え

記憶が苦手

思考が苦手

行動が苦手



困りごとや不安が
あると…

脳の元気な部分

解決しようと頑張る

「迷惑かけたくない」

「自分で解決したい」

よくわからない言動は、不安から発生していることがあります

第6問

認知症の説明で正しいものはどれでしょう？

- ① 認知症にならない予防法はない
- ② 認知症には治療薬がない
- ③ 認知症は高齢者になる病気である



第6問

1

正解は



① 認知症にならない予防法はない

ただし、ライフスタイルの改善から発症リスクを減らすことはできます。また、認知症になってからも進行をゆるやかにすることが期待できます。認知症に誰もがなる可能性があるため、生活習慣を整え、脳の活性化をしましょう。そして、もし認知症かも…?と思ったら、すぐ相談しましょう！

若年性認知症

65歳未満で発症した場合「若年性認知症」と言います。

医学的には高齢者の認知症と違いはありませんが、若年性認知症は仕事・家事・子育ての真っ最中に発症し、認知症で失職すると経済的に困窮すること、親の介護が重なる場合は介護負担も増大します。

配偶者や親が介護者になると、身体的にも精神的にも、経済的にも大きな負担となります。

小城市ではこれからも少子高齢化が予測されます。
高齢化が進むことで認知症の人も増え、
少子化が進むことで高齢者を支える人が減ります。

私たちは認知症になっても住み慣れた小城市で、
自分らしく暮らすために、どんなことができるか考えて日々働いています。

では、皆さんはどんなことが必要だと思えますか？

ここで**ヒント！**

右近 守(うこん まもる)様

令和6年 さが認知症すまいるリーダーに任命。

認知症と診断を受けてからも命ある限り「平和の尊さ」「戦争の悲惨さ」を未来ある子供たちに伝えていきたい、それが私の使命だと話されます。

ここで**ヒント**として、
右近さんのメッセージ動画を
視聴します。

「さが認知症すまいるリーダー」とは

- ・ 「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が令和6年1月施行。
- ・ 地方公共団体が、「認知症の人が生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、認知症の人が自ら認知症に係る経験等を共有することができる機会の確保」に取り組むことが明確化。
- ・ 佐賀県は認知症の理解を深めるために、認知症本人大使「さが認知症すまいるリーダー」を任命。本人の思いや新しい認知症観の発信に取り組む。

令和7年度牛津高等学校地域連携講座 「小城市出前講座」

認知症についてもっと知ろう！ ～part2～

令和8年2月25日(水)14:45～16:35

小城市高齢障がい支援課 地域包括推進係
小城市地域包括支援センター
認知症地域支援推進員 高橋直子



認知症地域支援推進員…知っていますか？

- ① 相談・支援（聴く・話す）
- ② 医療・介護連携（つながる）
- ③ 地域づくり（支える）

共生社会の実現を目指すこと！

※認知症地域支援推進員の業務は上記の3つです。

地域の実情に合わせて、高齢者などが安心して生活できる環境を包括的に整える役割を担っています。

そもそも認知症とは

さまざまな原因で記憶や思考などの認知機能が低下し

日常生活や社会生活に
支障をきたすことをいいます

若い皆さんに、お尋ねします…

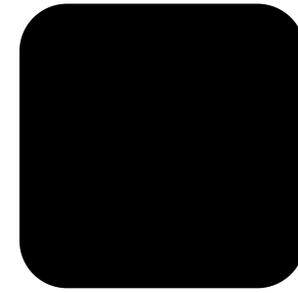
認知症と聞いて

どんなイメージをいただきますか？

色でイメージしてみましよう



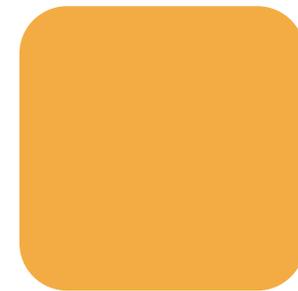
あなたの
認知症に対する
イメージカラーは
何色でしょうか？



黒



グレー



オレンジ

あなたは
認知症に対して
どんなイメージを
お持ちですか？

すぐ忘れる

高齢者の
病気

怖い病気

かわいそう

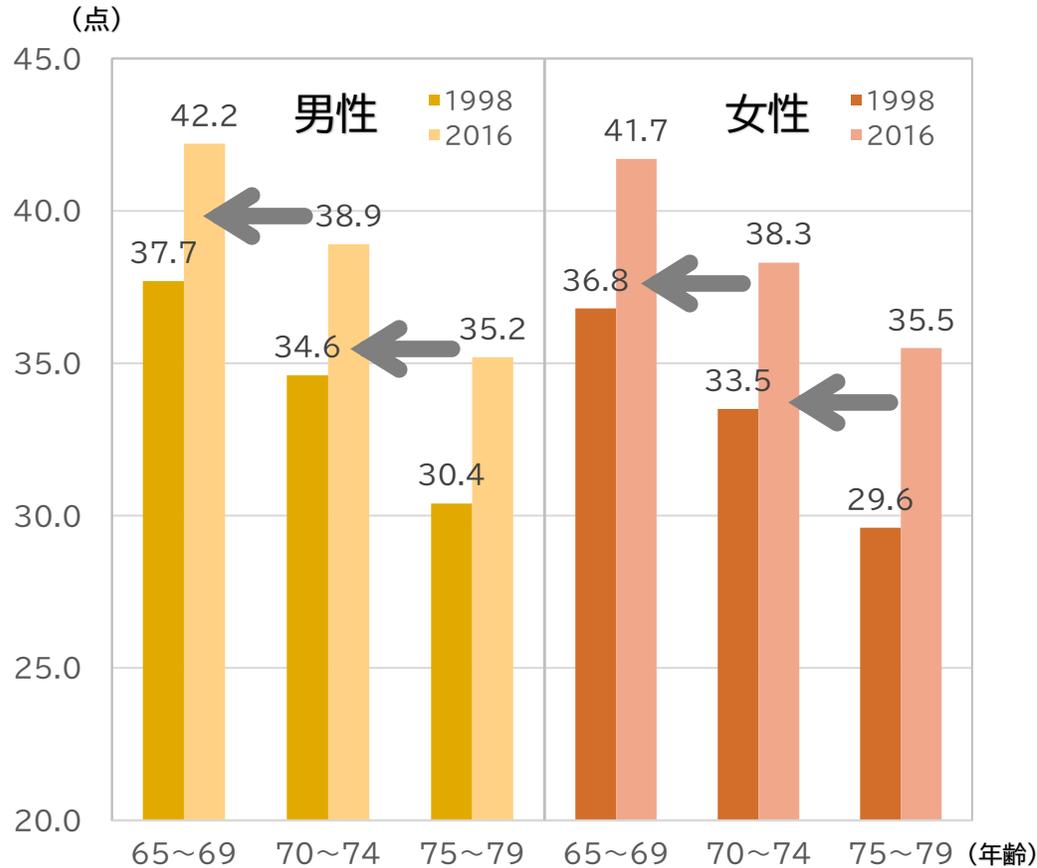


認知症は
長生きの
勲章



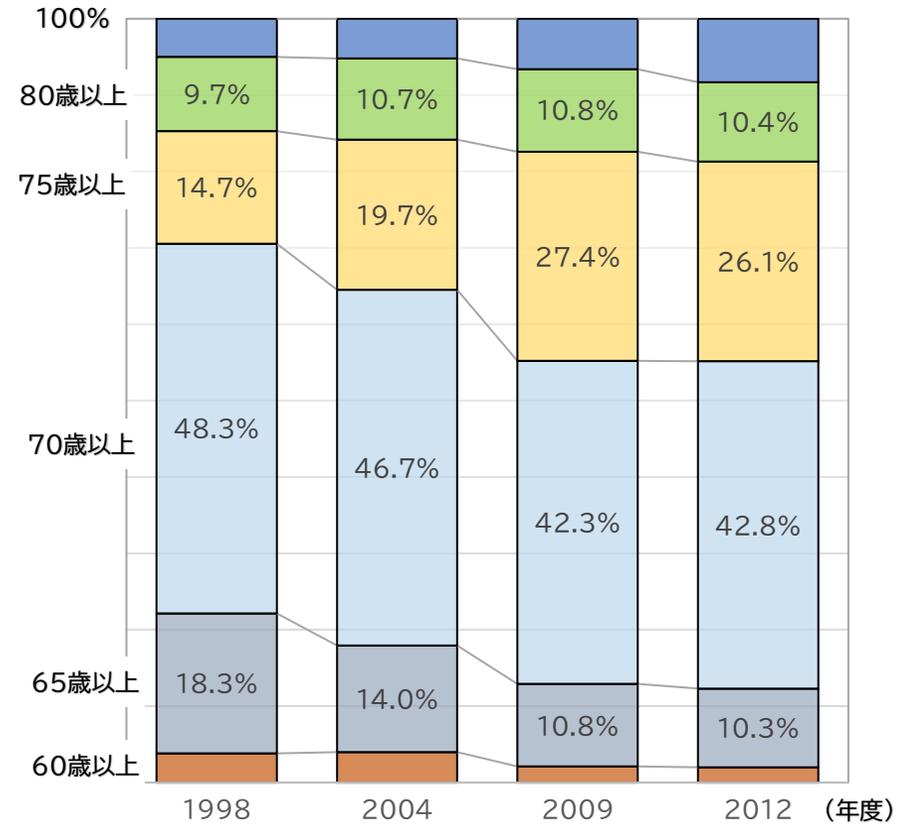
若返りが見られる高齢者

新体力テストの合計点の年次推移



(資料出所) 文部科学省「平成28年度体力・運動能力調査」

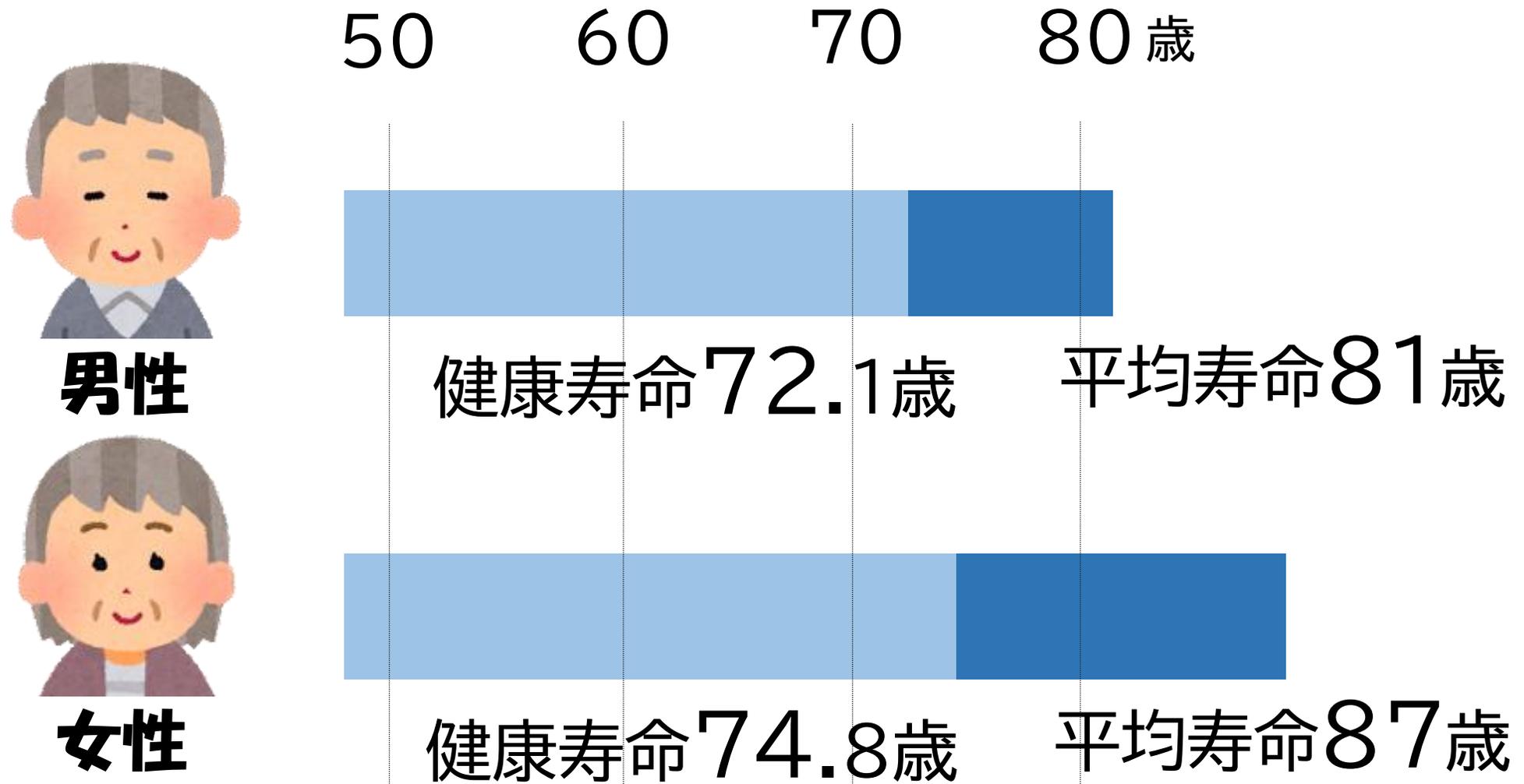
「高齢者とは何歳以上か」との質問への回答



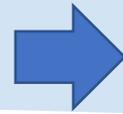
(資料出所)

- ・ ~2009年度: 全国60歳以上の男女へのアンケート調査(内閣府「高齢者の日常生活に関する意識調査結果」より)
- ・ 2012年度: 昭和22年~24年生まれの全国の男女へのアンケート調査(内閣府「団塊の世代の意識に関する調査結果」より)

平均寿命と健康寿命



「恐れる」認知症から



「備える」認知症へ

古い認知症観
(他人ごと、問題重視、疎外、絶望)

- ①他人ごと、目をそらす、先送り
- ②認知症だと何もわからない、できなくなる
- ③本人は話せない／声を聞かない
- ④おかしい言動で周りが困る
- ⑤危険重視
- ⑥周囲が決める
- ⑦本人は支援される一方
- ⑧認知症は恥ずかしい、隠す
- ⑨地域で暮すのは無理
- ⑩暗い、萎縮、あきらめ、絶望感

新しい認知症観
(わがこと、可能性重視、ともに、希望)

- ①わがこと、向き合う、備える
- ②わかること、できることは豊富にある
- ③本人は声(サイン)を出せる／声を聞く
- ④本人が認知症バリアの中で一番困っている
- ⑤あたりまえのこと(人権)重視
- ⑥本人が決める(決められるような支援)
- ⑦本人は支え手でもある。「ともに」ある、支えあう
- ⑧認知症でも自分は自分、オープンに
- ⑨地域の一員として暮らし、活躍
- ⑩楽しい、のびのび、あきらめず、希望を





これからも高齢化が進み、
それに伴い認知症の人も増えていきます。

【質問】

認知症になっても住み慣れた所で、
自分らしく暮らすには、どんなことが
必要だと思いますか？

仕事や家庭で
役割をもち続ける

話を聞いてもらえる
居場所がある

活躍できる
場所がある

イキイキできる
場所がある

共通点

〇ん〇ん〇ん

安心感

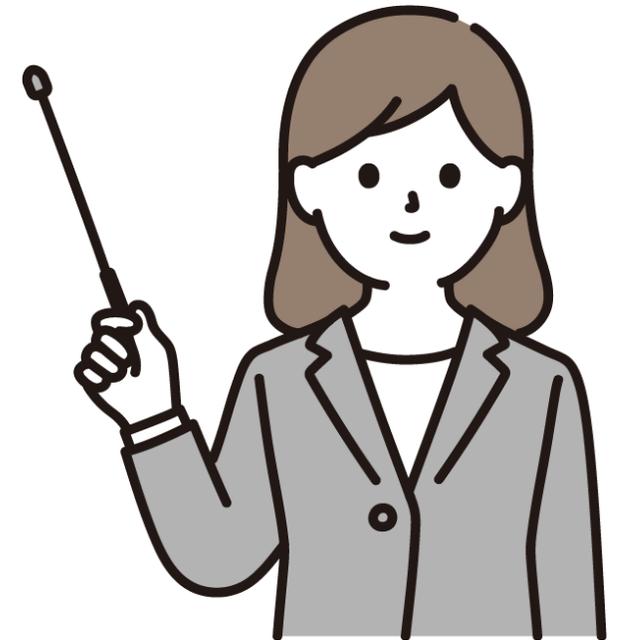
自分らしく
生きる！

できないところだけの
支援が受けられる

誰もが正しい
認知症を理解する

認知症の人と限らず すべての人
対応の心得 ～3つの『ない』～

- 1. 驚かせない**
- 2. 急がせない**
- 3. 自尊心を傷つけない**



具体的な対応の**7つのポイント**

- 1. まずは見守る**
- 2. 余裕を持って対応する**
- 3. 声をかける時は1人で**
- 4. 後ろから声をかけない**
- 5. 相手に目線を合わせて、やさしい口調で**
- 6. おだやかに、はっきりした話し方で**
- 7. 会話は本人のペースに合わせて**



こんな時、あなたならどうする？

牛津在住 小城牛津子さん（83歳）

・あるスーパーのお惣菜コーナーで、牛津子さんがお金を払わず
コロッケを食べているのを発見しました。

牛津子さんは、あなたの向かいの家に住んでいるおばあさんです。

挨拶程度はしますが、話したこともありません…

お隣の方、後ろの方と話し合ってみましょう…

小城市が抱える課題

- ・ 少子高齢化 ・ 高齢者の増加 ・ 独居世帯の増加
- ・ 恐れる認知症から備える認知症へ
 ➡新しい認知症観の発信や広報不足
- ・ 移動手段（免許返納後の不安）の課題
- ・ 閉じこもりや買い物難民の課題



⇒課題解決のためには、**こころの関係をどう作るかが 鍵**

共生社会の実現を推進するための

認知症基本法

- ・ 認知症になってもその人らしく自分の事を自分で決め、希望を持って暮らせる
- ・ 意思決定を支援する仕組みの構築や地域全体で支えあう『共生社会』の実現を目指す



⇒自ら意思決定をすることが生きる希望に繋がる

鍵

皆さんに知っていただきたい事！

認知症になったから「終わり」ではなく、
いつまでも住み慣れた街で「自分らしく」生きる

知る

認知症を正しく深く理解し、
誤った偏見を持たず、新しい
これからの認知症観を知り
ましょう

見守る

誰も年齢を重ねればもの忘れ
は出てきます。まずは温かい
目で見守ってください。

支える

「認知症バリアフリー」
本人から見たバリアをなくし
ともに支えていきましょう。

そのためには

**皆さんの理解と協力が必要です
新しい時代を一緒に築きましょう**

