



今号の主な内容▶/3面：マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになります/4面：清瀬の農業を体験したい方募集/5面：税申告に関するよくある質問

## 知ろう、支えよう、予防しよう 認知症



誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、福祉のまちづくりを推進しています

☎地域包括ケア推進課地域包括支援センター ☎042-497-2082

### 認知症は「身近」な存在です

厚生労働省によれば、「団塊の世代」が75歳以上となる令和7年には全国で約700万人(全人口の約20%)、高齢者の5人に1人が認知症になると推計されています。

清瀬市の高齢化率は28.16%であり、75歳以上の方の割合は15.7%

と年々増加しています。また、何らかの認知症状があり日常生活に支障がある、認知症高齢者日常生活自立度Ⅱa以上の方は2,326人で、人口の約3%を占めています。(※高齢化率等の数値は令和2年10月1日現在のものです)

### 認知症は「いつか」「誰もが」なる?

認知症はさまざまな要因で認知機能が低下し、生活に支障が出る状態を言います。認知症のなりやすさは主に年齢に起因し、70歳代前半では3%、80歳代後半を過ぎると40%を超え、90歳代以上では実に60%の人が認知症になりやすくなります。若くして認知症(若年性認知症)になる方もおり、決してひとごとではありません。



### 認知症になった人の気持ちに気づいてください

「認知症は治らない」ものと思われていましたが、早期発見・早期治療により進行を遅らせたり、原因疾患の治療により治るものがあると分かりました。認知症が進むと「できないこと」は増え、同時に不安や焦りを抱えてしまいます。身近な家族から叱られたり笑われたりすれば傷つき悲しみます。認知症になった方自身が最も苦しみ、悲しんでいることを知ってください。

### もしかして認知症…? 身近な人やお客さまに感じたら

家族や友人が認知症かもしれない

認知症を診断できる病院を教えてください

認知症と診断された…どうすればいいの?

お店にいつも来るお客さまが認知症のようだ

このようなことを感じたら、一人で悩まず、地域包括支援センター(右記参照)へご相談ください。ご本人、ご家族、ご近所の方やお店の方など、どなたでも気軽にご相談ください。

家族や地域のみんなで支えあいましょう



### 各地域の相談窓口

#### きよせ社協 地域包括支援センター

〒204-0011 下清戸1-212-4  
コミュニティプラザひまわり内  
☎042-495-5516  
担当地域▶上清戸・中清戸・下清戸・元町

#### 清瀬市 地域包括支援センター

〒204-8511 中里5-842  
健康センター内  
☎042-497-2082  
担当地域▶松山

#### きよせ信愛 地域包括支援センター

〒204-0024 梅園2-3-15  
特別養護老人ホーム 信愛の園内  
☎042-492-1850  
担当地域▶竹丘・梅園・野塩

#### きよせ清雅 地域包括支援センター

〒204-0003 中里5-91-2  
特別養護老人ホーム 清雅苑内  
☎042-495-1370  
担当地域▶中里・下宿・旭が丘

いずれも平日午前8時30分から午後5時まで。新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、地域包括支援センターへの各種相談をご希望の場合は、電話もしくは来所の予約をお願いいたします。

## 新型コロナウイルス感染症 緊急事態宣言発令中(2月7日まで)

不要不急の外出自粛、特に午後8時以降の徹底した不要不急の外出自粛をお願いします