



愛知医療学院大学 紙上講義

健康のためのワンポイントアドバイス

認知症の気配に気づくコツ

〈愛知医療学院大学 作業療法学専攻 教授 石井文康(医学博士・作業療法士)〉

認知症は脳の神経細胞が徐々に変化し、記憶、判断力等の認知機能が低下して、社会生活に支障を来す状態となります。そして、介護を必要とする原因の1位は「認知症」(16.6%)、以下2位:「脳血管疾患(脳卒中)」(16.1%)、3位:「骨折・転倒」(13.9%)(※)の順で、人のお世話となる病気のトップは認知症で予兆のサインを早めにキャッチすることが大切となります。

認知症の初期のサインは、主に「もの忘れ」「見当違い」が中核的で、例えば最近の出来事を忘れる、現在の月日や時刻が分からなくなる等です。それに加えて「判断力・理解力の低下」「集中力・注意力の低下」等が挙げられます。使い慣れたテレビ等の電気製品の使用に手間取る、家事や買い物にミスが出るといったことが見られます。

その中で料理は認知症の気配に気づきやすい場面です。料理を作る時には手順を考え、味つけをする等効率よく、順序よく

く進めていく必要があります。料理は記憶力・判断力・注意力等、さまざまな認知機能を動員する作業となり、そのため認知症によって料理がいつものように上手くできなくなることがあります。

〈認知症の気配に気づく場面〉

- ・ 醤油を入れることを忘れる
- ・ 塩と砂糖を間違える
- ・ フライパンを火にかけたことを忘れてしまう
- ・ 料理の味がいつもと違う

このように今まで出来ていた料理が認知機能の低下によって、「順序立てて進める」ことにミスが生じている場面なのです。何気ない日常での出来事に今までとは違う「アレ、おかしいな」という状況を周りの人たちが気づくことで早期発見につながるようになります。

※厚生労働省:2022(令和4)年 国民生活基礎調査の概況



医療法人 清須呼吸器疾患研究会
はるひ呼吸器病院
東海地区で唯一、呼吸器疾患専門病院
二次救急指定
24時間 救急外来対応
内科・呼吸器内科・呼吸器外科・アレルギー科
消化器内科・循環器内科・病理診断科
清須市春日流8番地1 ☎052-400-7111
<http://www.kiyosu-kokkyuki.jp/>

「セレモ友の会」
会員募集中
入会金のみ、月々の掛金・年会費一切不要
セレモニー鳳凰殿 ☎0120-09-8128
お問合せ・ご相談 24時間年中無休 ☎052-409-4430 清須市一場福島1244-1
清須市・あま市の セレモニー美和 セレモニー朱雀殿
ご葬儀はお任せ下さい。 あま市花正七反地 40-1 あま市七宝町川部出屋敷73

有料広告を募集中です

	広報紙	市ホームページ
1枠単価/月	22,000円	7,000円
申込・問合せ	(株)中日総合サービス ☎0586-64-6030	人事秘書課 ☎052-400-2911
参考	毎月発行 約31,000部/月 市内全戸配布	年間アクセス件数 R6年度 2,484,815件 R5年度 2,497,085件

※清須市広告掲載基準等に基づき、掲載をお断りする場合があります。

年末の大掃除で出る**ごみの出し方**等でお困りなら「**さんあ〜る**」が便利です

さんあ〜るとは？

資源・ごみ分別アプリ

- ・ 収集日の表示
- ・ 分別のカンタン検索

App store用QRコード Google Play用QRコード

↑ダウンロードはこちらから↑

問 生活環境課(北館2階)