

あゆむ

今話題の認知症カフェとは？

○認知症カフェの施策

平成27年に「新オレンジプラン（認知症施策推進総合戦略）」が政府から発表され、その中に「認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解しあう認知症カフェ等の設置を推進する」と記述されました。

○認知症カフェに期待される効果

①若年性認知症の支援

若年性認知症そのものの理解が進んでいないため、本人・家族だけでなく周囲にも理解されにくい現状です。認知症カフェは本人・家族の居場所として活用され、情報提供の場や理解者・友人作りの場としての機能が期待されています。

②認知症の早期支援体制づくり

認知症に関する情報を得ようとしても相談先がわからない、様々あってよくわからないということがあります。認知症カフェには様々な専門職が集まるので、認知症の方への早期の支援体制をつくることができます。

③介護家族の社会的孤立の防止

認知症は本人だけでなく家族全体の病であるといわれています。介護を通して家族が精神的な病気を患ったりすることもあります。また、地域からも孤立しうつや自殺の問題に発展することもあります。認知症カフェには介護家族同士の交流を通して社会的孤立を防止する効果があります。

○あゆむ会が運営する認知症カフェ

あゆむ会では、平成30年度まで正会員のみを対象にあゆむカフェとして集まりを開催していました。平成31年度からは認知症カフェとして新たに内容を見直し、正会員以外の認知症当事者の方や介護家族も認知症カフェに参加できるように役員会で検討中です。地域の「居場所」づくりのため、今後も努力していきまますので、皆様のご参加・ご協力をよろしくお願い致します。



三二講座

認知症高齢者の整容について

1. 整容とは

洗顔、整髪、口腔ケア、爪きり、ひげ剃り、更衣など身だしなみを整えることを「整容」と言います。身体の清潔を保つだけでなく、生活意欲を向上させたり、身体状況に良い影響を与えます。

2. 洗顔

できる方は洗面所で、できない方は蒸しタオルをお渡ししてご自分で行ってもらいましょう。

3. 整髪

髪が絡まっている時は根元を押さえて優しく梳かしましょう。

4. 口腔ケア

口腔ケアは口腔内の清潔を保ち、食欲増進や肺炎予防など健康維持のためにとっても大切です。

5. 耳、鼻の掃除

粘膜が傷つきやすいので、指などで行わず綿棒を使用しましょう。

6. 爪のケア

爪の切り方として、①相手に爪を切ることを伝えて同意を得ます。②できれば入浴で清潔にし、爪を柔らかく切りやすい状態にします。③楽な姿勢でよく見ながら爪を切ります。④やすりで整えます。巻き爪は、角を落とさない爪の切り方をしましょう。

☆シリーズ☆ 認知症最新ニュース

【京大・アルツハイマー病発症の初期過程を解明】

京都大学医学研究科のグループが、アルツハイマー病の神経毒性物質の形成と伝搬機構を解明したと発表しました。アミロイドβはアルツハイマー病の原因といわれていますが、どこで産生されているか不明でした。研究グループは実験を重ねた結果、アミロイドβの産生される神経細胞の特定と、それが細胞内に広がっていく過程を解明しました。さらに、細胞のタンパク質の構造異常を調べ、異常タンパク質を壊す「プロテアソーム」の活性低下がアルツハイマー病の発症を促すことを発見しました。この研究成果により、将来的に新しいメカニズムによるアルツハイマー治療薬の開発が可能になると期待されています。

活 動 予 定

★ つどい定例会（対象：正会員・一般介護者）
・4月17日（水）13:30~15:00
※会場：小佐野コミュニティ3階

★ 認知症の人とあゆむ会総会・講演会
日時：5月末を予定
会場：アミーガはまゆり地域交流スペース
※日時・内容が決まり次第ご案内致します。