

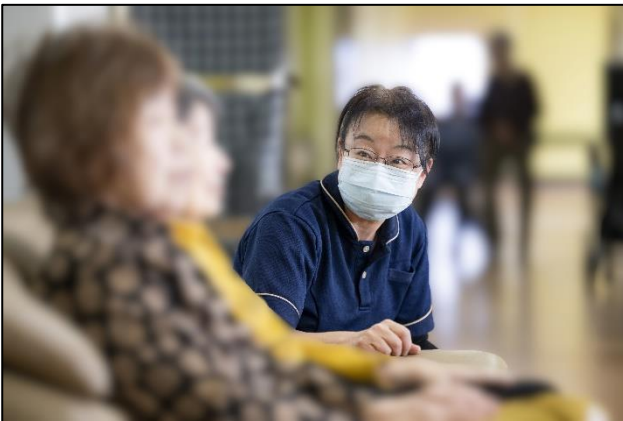
# Newsletter vol.2

2025年2月19日  
特定医療法人南山会

## 【精神科医が解説】もし家族が認知症かもと思ったら… 将来起こることを正しく知り、冷静に準備を始めよう ～認知症の高齢者は推計 443 万人 今や身近な病気に～

特定医療法人南山会（所在地：山梨県南アルプス市、理事長：川崎洋介、以下「当法人」）は、日本の医療や福祉、介護における現状と課題、また当法人の取り組みなどを紹介するニュースレターを発信しています。第2回目は、もし自分の家族の言動に「認知症の可能性」を感じたとき、どのように対応するとよいかを、日々、認知症高齢者の治療にあたっている認知症専門医である峡西病院の川崎が解説します。

※認知症の進行速度や出現する症状等には個人差があります。



### ■心配しすぎは禁物 冷静に家族や周りの人が何をすべきか「知る」ことから

認知症は、脳の働きが徐々に低下し、記憶力や判断力が衰えていく病気です。特に多いのがアルツハイマー型認知症で、これは脳に「ゴミ」のような物質（ $\beta$ アミロイドたんぱく）が溜まり、神経細胞が傷つくことで起こります。超高齢社会といわれる現代の日本において、認知症は深刻な健康問題や社会問題のひとつとして注目されています。政府の統計によると、2022年の認知症の患者数は443.2万人（有病率12.3%）にのぼります。<sup>1)</sup> 認知症は早期発見・早期対応が大切だと言われますが、あまり心配しすぎると過度な不安はストレスとなり、かえって脳の健康に良くありません。「最近、もの忘れが増えたから認知症かもしれない…」と心配になることもあるかもしれません。しかし、加齢に伴い「うっかり忘れ」が増えるのは自然なことで、それだけで認知症とは限りません。大切なのは、正しい知識を持って冷静に対応することです。そして、気になることがあれば、できるだ

け早めにかかりつけのお医者さんなど医療機関に相談することをおすすめします。

また、たとえ認知症と診断されても、適切な治療を受けることで、認知症の進行を遅らせたり、症状を軽減させたりすることもできます。さらに、しっかりと“話を聞いてくれる場所”や“助けてくれる制度”があります。認知症を過度に恐れたり、一人で抱え込んだりするのではなく、その“場所”や“制度”を上手に利用することが大切です。そのためには、ご本人だけでなく、ご家族や周りの人も「将来どのような変化が起こるのか」「今からどんな準備をすべきか」「その時が来たら、どのように対応すればよいか」を知っておくことが良いと思います。正しい知識と適切なサポートを活用しながら、安心して過ごせる環境を整えていきましょう。

## ■主なチェック項目は6つ 数年前に比べて変化したかを確認

「うっかり忘れ」のようなことは加齢によっても起こりますが、それではどのような時にお医者さんに相談すると良いのでしょうか。認知症を早期に発見するためのポイントは「数年前にはできていた日常生活の変化」に気付くことです。そして、こうした変化があった時は、まずは「かかりつけのお医者さん」がいる場合は、その先生に相談してみてください。そうではない場合は、適切な医師や医療機関を探していただくこととなりますが、「もの忘れ外来」や「認知症サポート医」という認知症の診断に関する研修を受けたお医者さんに相談するのが良いと思います。どちらもウェブサイトで検索していただくと見つけられると思います。

「認知症かも？」と早期に気付くポイントは以下の6つです。

### ① 記憶の変化

最近の出来事や会話を全体的に忘れてしまい、たとえば朝食に何を食べたかではなく、朝食を食べたこと自体を忘れてしまうようなことがあります。

### ② 判断力の低下

考え分けることができなくなったり、混乱しやすくなったりして、たとえば2つの作業をしていたら、1つの作業を忘れてしまうようなことがあります。

### ③ 言語能力の変化

言葉を思い出せない、適切な言葉を使えない、会話が続かないというようなことがあります。

### ④ 見当識の問題

時間や場所、方向を把握し難くなって、時間を間違えたり、道に迷ったり、物を置いた場所を忘れてりするようなことがあります。

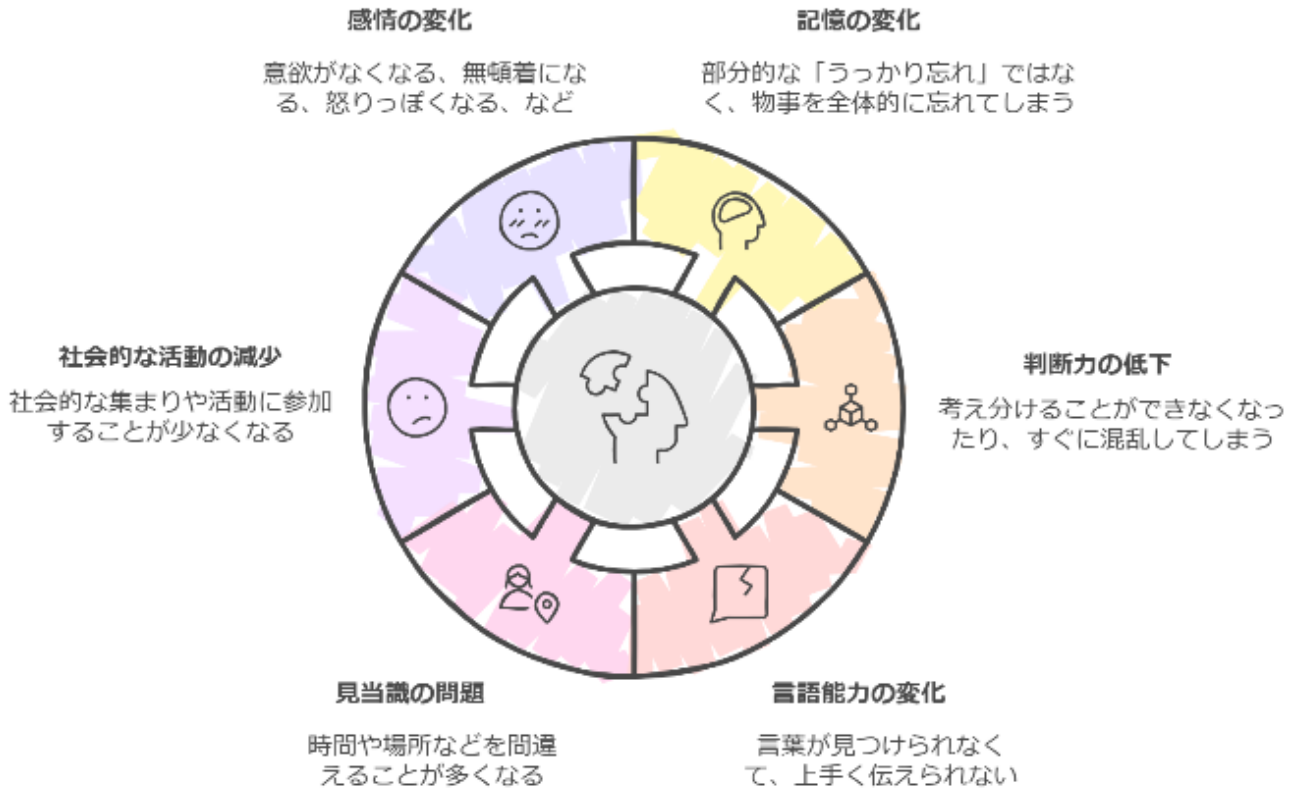
### ⑤ 社会的な活動の減少

以前は楽しんでいた趣味などにも参加しなくなったり、社会との交流を避けるようになっていたりするようなことがあります。

### ⑥ 感情の変化

気分の変動が激しくなったり、無気力感を感じたりすることがあり、以前に比べて、怒りっぽかったり、無頓着になるようなことがあります。

## 認知症かも？と気付くポイント



### ■家族だけで抱え込まず「誰かの手助け」や「制度の支え」に頼ろう

現在、認知症の進行を遅らせる薬の開発が世界的に進められていますが、進行してしまった認知症を治す薬は、残念ながら今のところは開発されていません。そのため、症状が進行していく中で「誰かの手助け」や「制度の支え」が必要になる時が来るかもしれません。他の人に相談することに抵抗のある人もいるかもしれませんが、高齢化の進んでいる日本では認知症は決して珍しい病気ではありません。医療機関のほかにも、利用できる施設や制度、家族会・認知症カフェなどもあります。ご家族だけで抱え込まずにさまざまな施設や制度を利用してください。

#### <入所施設の例>

月々の費用、必要な介護の度合い、希望する暮らし方によって、いろいろな種類の施設が選べます。大きく種類を分けると『介護保険の「要介護」認定が必要な施設』、『介護保険の認定が不要な施設』があります。

#### 【介護保険の「要介護」認定が必要な施設】

##### ・特別養護老人ホーム(介護老人福祉施設)

常時介護が必要な高齢者が入所する施設です。入所すると、長期的に同じ施設で生活することが一般的であり、そのため入所待機者が多いです。通常、要介護3以上の認定が必要とされています。

##### ・介護老人保健施設

介護が必要な方が入所し、リハビリテーションを受けながら在宅復帰を目指します。入所には、要介護1から5までの認定が必要です。

#### 【介護保険の認定が不要な施設】

##### ・サービス付き高齢者向け住宅

高齢者向けにバリアフリー設計された賃貸住宅です。入居に際して、介護保険の認定は必要ありません。この種類の施設は年々増加しており、比較的短期間で入居できることが多いとされています。

※他にも様々な種類の施設があります。

<制度の例>

制度名	内容	ポイント
介護保険制度	65歳以上（または40歳以上で特定疾病がある場合）の人が利用できる制度です。自宅で介護サービスを利用する時や施設入所する時に必要になります。	要介護認定を受けると、介護度に応じて以下のようなサービスが利用できます。 訪問介護、デイサービス、ショートステイ、介護老人保健施設などへの入所、福祉用具貸与・購入補助など
成年後見制度	認知症や障害などで判断能力が不十分な人が、不利益を被らないように支援する制度です。ご家族や第三者が成年後見人となり、金銭管理や契約などの代行を行います。	高齢者をターゲットにした詐欺や契約トラブルの予防などになりますが、手続きに費用や時間がかかるため、早めに検討すると良いです。
精神障害者福祉手帳	精神疾患による生活への支障が長期間続く人が取得できる手帳です。認知症によって日常生活が大きく制限される場合、申請が可能になることがあります。	税金の軽減や公共料金の割引などの支援を受けられます。ただし、認定には医師の診断と発症から6ヶ月以上経過しているといった一定の条件が必要になります
高額介護サービス費制度	介護保険サービスを利用したとき、自己負担額が一定の上限額を超えた場合、その超過分が払い戻される制度です。	申請が必要で、上限額は所得に応じて異なります。
高額療養費制度	入院や治療など医療費の自己負担額が一定額を超えた場合に、超過分が払い戻される制度です。	申請が必要で、上限額は年齢や所得に応じて異なります。
障害年金制度	障害年金は、病気や障害で生活や仕事が困難になった人が受け取れる公的年金です。認知症でも、発症時期や重症度によって受給できる場合があります。	認知症でも65歳未満で発症し、生活や仕事に支障がある場合は障害年金を受給できる可能性があります。申請には医師の診断書が必要です。

■認知症専門医からひと言



ご家族が『もしかして認知症かも?』と感じると、不安や戸惑いが大きくなるのは自然なことです。そして、よく聞くのが、「本人にどう伝えて良いか悩んでしまう。」ということです。認知症は身近な病気だとは言っても、誰しも認知症になりたくないと思うので、ご本人の自尊心を傷つけてしまうのではないかと心配になります。「認知症かもしれないから検査してもらいましょう。」と言われると、ご本人

が素直に受入れられない気持ちもよく分かります。そういうときは「脳の健康も大事だから、一度脳健康診断を受けて、お医者さんからアドバイスをもらってみたい?」と伝えてみてください。

認知症は早期発見・早期対応がとても大切です。初期の段階で適切なケアや治療を行うことで、ご本人の生活の質を維持し、ご家族の負担を軽減することも可能です。まずは、お一人で悩まずに、専門の医療機関に相談してください。一緒にできることを考えていきましょう。

特定医療法人南山会 理事長 川崎洋介

1) 内閣府ホームページ 令和6年版 高齢社会白書 2 健康・福祉

[https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2024/zenbun/pdf/1s2s\\_02.pdf](https://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2024/zenbun/pdf/1s2s_02.pdf)

## ■ 峡西病院

【社名】 特定医療法人南山会 峡西病院

【設立】 1953年8月

【代表】 院長 川崎 洋介

【住所】 〒400-0405 山梨県南アルプス市下宮地 421

【事業内容】

精神科病院（外来、精神科急性期治療病棟、精神科療養病棟、認知症治療病棟）

【URL】 <https://www.nan-zan.or.jp/hp-kyosai/>

## ■ 会社概要

【社名】 特定医療法人南山会

【設立】 1957年7月2日

【代表】 理事長 川崎 洋介

【住所】 〒400-0405 山梨県南アルプス市下宮地 421

【事業内容】

精神科病院 峡西病院

障害者地域活動支援センター きがる館

訪問看護事業所 アルプス訪問看護ステーション

介護老人保健施設 峡西老人保健センター

就労継続支援 B 型事業所 アルプスファーム

【URL】 <https://www.nan-zan.or.jp/>

### <お問い合わせ先>

特定医療法人南山会

TEL : 055-282-2151 (代表) 055-244-7715 (直通) FAX : 055-284-4886

担当 : 川口