

「**認知症かもしれない**」と思ったら、まずは
「**かかりつけ医**」 または 「**地域包括支援センター**」、
介護認定を受けている方は「**担当のケアマネジャー**」に相談しましょう。

【**かかりつけ医**】 ご自分のかかりつけ医についてご記入ください。



医療機関名	電話番号

【**庄内町地域包括支援センター**】

高齢者の保健・福祉・権利など生活のあらゆる面から高齢者の皆さんをサポートするための総合機関です。

余目字町 132-1	庄内町福祉総合相談センター内	☎ 4 5 - 1 0 3 0
狩川字大釜 22	庄内町役場立川複合拠点施設内	☎ 5 1 - 2 5 0 5



【**認知症の専門医療機関(庄内地域)**】

早期診断、認知症の症状が悪化した場合の相談や治療などに対応できる医療機関です。

山容病院	☎ 3 3 - 3 3 5 5	酒田市浜松町 1-7
酒田東病院 (※)	☎ 2 2 - 9 6 1 1	酒田市こあら三丁目 5-2
くろき脳神経クリニック	☎ 3 1 - 7 1 5 1	酒田市富士見町三丁目 2-3
さくらこころのクリニック	☎ 2 1 - 0 1 4 8	酒田市東大町二丁目 6-4
瀬尾メンタルクリニック	☎ 2 1 - 2 2 3 0	酒田市曙町二丁目 18-6
富樫クリニック	☎ 2 6 - 2 6 5 5	酒田市本町三丁目 10-5
わたベクリニック	☎ 4 3 - 1 3 3 7	酒田市みずほ一丁目 2-20
ゆたかメンタルクリニック	☎ 3 1 - 7 8 8 8	酒田市ゆたか三丁目 2-14
三川病院 (※)	☎ 0 2 3 5 - 6 8 - 0 1 5 0	三川町大字横山字堤 39
鶴岡協立病院 (※)	☎ 0 2 3 5 - 2 3 - 6 0 6 0	鶴岡市文園町 9-34
こころの花クリニック	☎ 0 2 3 5 - 2 9 - 4 1 8 7	鶴岡市西茅原町 13-24
なごみクリニック	☎ 0 2 3 5 - 2 9 - 3 7 5 3	鶴岡市桜新町 13-3

※三川病院は事前に電話相談、酒田東病院・鶴岡協立病院は事前予約が必要となります。

【**日本海総合病院 認知症疾患医療センター**】

認知症についての高度な画像診断・鑑別診断等を行います。	☎ 2 6 - 2 0 0 1	酒田市あきほ町 30 ※完全予約制（かかりつけ医等の紹介状必要）
-----------------------------	-----------------	-------------------------------------

【**山形県立こころの医療センター**】

救急時の対応や重症例の受入れについては、ご相談ください。	☎ 0235-64-8100	鶴岡市北茅原町 13-1 ※完全予約制（かかりつけ医等の紹介状必要）
------------------------------	----------------	---------------------------------------

【**庄内余目病院**】(精神科・神経内科)

軽度認知障害(MC I)検査可 ※事前予約必要	☎ 4 3 - 3 4 3 4	庄内町松陽 1-1-1
-------------------------	-----------------	-------------

【**行政機関**】

庄内町保健福祉課高齢者支援係	☎ 4 3 - 0 4 9 0	余目字町 132-1 庄内町役場内
庄内保健所	☎ 0235-66-4931	三川町大字横山字袖東 1 9-1



どうしても受診につなげられない場合は・・・

本人が、病気だと認識できないことが多いので、受診を嫌がり医療につなげられない場合
①先に家族だけで相談する方法、②庄内町認知症初期集中支援事業による専門職の訪問支援もありますので、**地域包括支援センター**か**保健福祉課高齢者支援係**へご相談ください。

庄内町認知症安心ガイド

～認知症になっても安心して暮らし続けられるまちへ～

◆このガイドは、認知症の予防や症状、相談機関等を簡単にまとめたものです。



認知症 とは

認知症は、脳の細胞の働きが低下することにより、記憶力や判断力などに障害が起こる病気です。

誰でもなり得る可能性がある病気なので、**一人一人が自分ごととして理解することが大切です**。早く気づいて対応することで症状の改善や進行を遅らせることがあります。認知症の原因となる代表的な疾患には、次のような種類があります。

認知症の4大原因疾患

- ・アルツハイマー型認知症
- ・レビー小体型認知症
- ・前頭側頭型認知症
- ・血管性認知症

疾患にあった治療を受ける必要があります。

新しい認知症観

令和6年1月、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、**認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方(新しい認知症観)**が示されました。

チェックしてみましょう！

- ☐ もの忘れが増えた
- ☐ 日付や曜日がわからない
- ☐ 簡単なお金などの計算ができなくなった
- ☐ 料理や家事などがてきばきできなくなった
- ☐ 話しかけられると今までしていたことを忘れてしまう
- ☐ 今まで楽しかったことへの意欲がなくなった
- ☐ ふるえやこわばり、幻視等の症状がある

- いくつか当てはまるようなら、認知能の衰えのサインかもしれません。
- 正常な時期と認知症を発症する中間的な時期を「**軽度認知障害(MCI)**」といいます。この段階で**認知症予防**に取り組んだり**治療を受けたり**することが大切です。

認知症予防 のポイント

- ① **生活習慣病対策(運動や食事など)**は、発症を遅らせる効果が認められています。
- ② **脳の活性化**を図りましょう。なんといっても**楽しく行う**ことが大切です。

- 社会との接触が失われると、認知機能の低下を促進させます。
友人や家族などと、楽しく過ごすことが大切です。
- **人の役に立つことを日課に取り入れる**ことが、生活を充実させ、認知機能を高めます。
- **ほめても、ほめられてもドーパミン**（意欲をもたらす脳内物質）がたくさん放出されます。
- 「何をしたらよいか」ではなく、**どう刺激ある日常を送るか**が重要です。