

お元気ですか



認知症看護認定看護師
馬場直哉

「認知症かな?」と思ったら

「認知症」は、雑誌やテレビなどでみる機会が多くなっていますが、令和7年には65歳以上の5人に1人は認知症になると推計されています。

認知症は、「病气」そのものの名前ではなく、いろいろな病気が原因となって、生活に支障がみられるようになった「状態」のことを指します。

アルツハイマー型認知症という名前を聞いたことがある人も多いと思いますが、65歳以上の人で一番多い認知症はアルツハイマー病が原因となるものです。

アルツハイマー型認知症の特徴は、はじめに物忘れがみられることが多いことから、「物忘れ」認知症」というイメージにつながっているのかもしれませんが、ただ、認知症の中には、「物忘れ」が目立たないタイプもあるのです。

最近、「認知症ではないか」

と気にされて、かかりつけの医師に相談され、紹介されて来院される人が多くなってきています。

また、「認知症の診察はどんなことをするのか」と聞かれる人もおられますが、認知症とは、生活に支障がみられる「状態」であるため、問診や認知機能の検査のほか、MRIや血液の検査なども行います。「なぜ血液検査をするのか」と思う人がいるかもしれませんが、認知症は「脳の萎縮」が原因というイメージがありますが、「身体」の病気が原因で認知症のような症状がみられることもあるからです。

認知症の受診で、「どの(診療)科を受診すればいいのか」という問い合わせをいただくことがあります。認知症の診療科は、長浜市立湖北病院では「精神科」ですが、病院によっては「神経内科」や「老年内科」が診療を担当するところもあります。認知症の専門医療機関への受診については、定期的にかかっている医師に、かかりつけの医師がいない人は市の相談窓口か、お近くの地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。

問 長浜市立湖北病院

☎ 82・3315(代表)

このコーナーでは、病院施設や事業のほか、生活に役立つ“健康豆知識”などを紹介します。

ファミリースポーツ交流会&体力測定会の参加者を募集します

問 スポーツ振興課 ☎ 65・8787

自分の体力を知ることが健康への第一歩です。長浜市スポーツ推進委員会では、体力測定会とニユースポーツの体験会を開催します。家族や仲間と一緒に楽しく体を動かして自分の体力を知り、健康な毎日を過ごしましょう。

【と き】10月24日(土)

12時30分～16時

※開催時間中は、途中参加できます。

【と き】長浜伊香ツインアリーナ (木之本町西山)

【内容】

体力測定
握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、開眼片足立ち

※年齢によって測定内容が異なります。

ニユースポーツ体験

○ユニカール
カーリングのように、専用のカーペットの上でストーンを滑らせて点数を競います。

○ポッチャ

パラリンピックの正式種目であり、投げたり、他のボールに当てながら、目標にいかに近づけるかを競います。

○ストラックアウトほか

【定員】100人(先着順)

【参加費】無料

【持ち物】体育館シューズ、タオル

【申込み】

電話またはメールで左記までお申込みください。当日参加もできます。

問合せ・申込先

長浜市スポーツ推進委員会事務局

(市民体育館内) ☎ 63・9806



▲メール申込みフォーム



●広報ながはまに関するご意見 (今後、特集を希望するテーマ)

年齢 歳 (男性 ・ 女性)

※担当課からの返事をご希望の場合は、氏名・ご住所・連絡先(電話・メールなど)をご記入ください。

●市政に関するご意見

紙芝居とおはなし会を楽しもう

問 長浜市言葉を大切にすまちづくり推進協議会(生涯学習文化課) ☎ 65・6552 ☎ 65・6571 syoubun@city.nagahama.lg.jp

親子向けと大人向けに分け、紙芝居と読み聞かせのおはなし会を開催します。おはなしの世界を楽しんでみませんか。

【と き】11月29日(日)

13時～15時

【と き】神照まじゅくりセンター (神照町)

【内容】第1部(親子向け) 13時～14時

○幼児向け紙芝居

○市内の読み聞かせ団体によるおはなし会
※未就学園児から小学1年生ぐらいのお子さんが楽しめる内容となっております。

第2部(大人向け) 14時～15時

○大人向け紙芝居

○紙芝居上演のポイント講座

【講師】紙芝居作家 桐畑珠里氏

【定員】各50人(先着順)

【参加費】200円(中学生以下は無料)

【申込み】

10月12日(月)から受付を開始します。
①名前(お子さんは年齢も)②電話番号
③住所④参加希望の部を電話、FAX
またはメールで担当課までお申し込みください。

