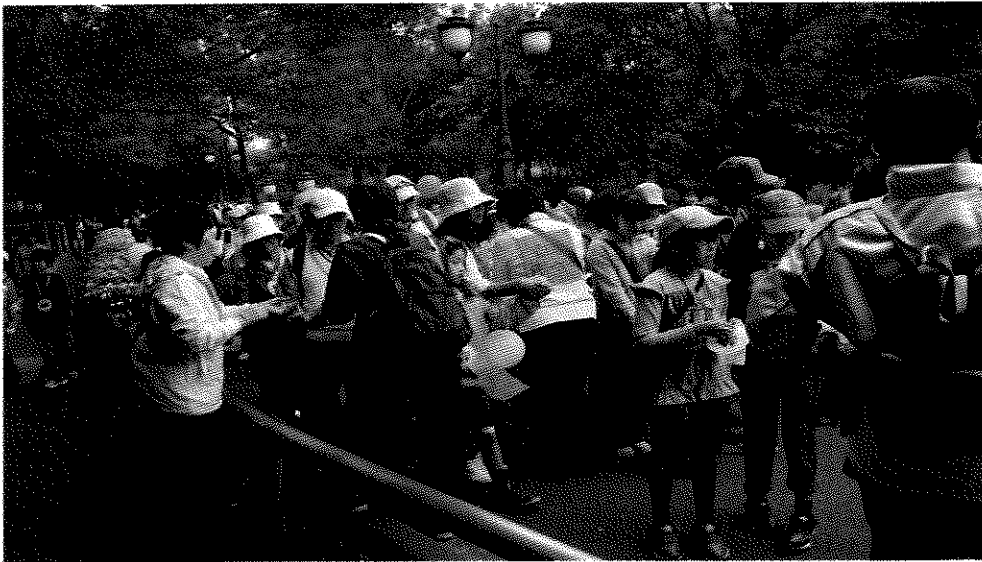


当日の風景（10月2日）

クイズポイント ⇨

認知症をわかりやすく理解するため
難問?!クイズを12か所設置



ゴ〜ル
↓



⇨ シールポイント

コース案内をかねたシールポ
イントは11か所。
シールはチーバくん。
メダルに貼ります。



お疲れさまでした

今年度クイズポイントに設置されたクイズと解答

①「認知症になったら、一人で電車に乗って外出することもできなくなるって、本当？」

- 1 本当です。認知症の人は絶対できません。一人で外出させてはいけません。
- 2 ちょっと嘘です。認知症になっても、一人で電車に乗って外出できる人もいます。

正解 2

認知症になったとしてもすぐに日常生活が出来なくなるわけではありません。不便なことや一人では難しいことも出てきますが、家族や周りの人、介護サービスなどを利用することで今までの生活を続けていくことが可能です。

②次の症状のうち、もっとも認知症の疑いがあるのはどれ？

- 1 外出の際、鍵をかけ忘れた
- 2 昨日の晩御飯のメニューを忘れた
- 3 朝ご飯を食べたことを忘れた

正解 3

1や2は単なる物忘れですが、3のようにしたことがすっぱり抜けてしまっているのは認知症の疑いがあります。

③認知症が発症する年齢は？

- 1 65歳以上でしか発症しない
- 2 75歳以上でしか発症しない
- 3 60歳未満でも発症する

正解 3 認知症は年齢にかかわらず、誰にもなる可能性があります。

④変なものが見えたり、音が聞こえると騒ぐお年寄りをどうしますか？

- 1 何も見えません。何も聞こえませんと否定する。
- 2 「そんなはずないでしょ」と叱る
- 3 不安の原因をさがし、「だいじょうぶ」と肯定的に言って安心させる。

正解 3

幻覚の背景には、さまざまな理由が考えられます。単純に否定せず本人の訴えを良く聞いて対処することが大切です。

⑤ 認知症を正しく理解し、地域で支える「認知症サポーター」の人数は、全国で何人？（平成22年度末）

- 1 2万5千人
- 2 25万人
- 3 250万人

正解 3

認知症サポーターは、「認知症を知り地域をつくる10カ年」のなかで平成21年度までに100万人を目指して養成してきました。現在は、平成26年度末までに400万人を目標にしています。認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく生活するためには地域の方々の理解と協力が不可欠です。認知症サポーター養成講座は、お住まいの自治体に問い合わせをして頂ければ、受講方法が分かります。

⑥食事をしたばかりなのに、まだ食べてないと催促する時、どうしますか？

- 1 「さっき食べましたよ」と言い聞かせる。
- 2 「今作っています。」といて、小さなお菓子や果物をあげる。
- 3 「ちゃんと食べさせましたよ」人聞きの悪いと言って怒る。

正解 2

忘れてる人に、「今、食べたばかりでしょ」と説明しても効果ありません。「わかりました」と肯定的な返事をして、様子を見ましょう。少しのお茶やお菓子で、おちつくことがあります。

⑦認知症の進行をゆっくりさせることのために必要な課題は？

- 1 薬と同時に、生活のケアがとても大切。
- 2 認知症は薬で全治することが出来るようになった。
- 3 認知症は残念ながら現時点では全治はしないから、あきらめる。

正解 1

薬は合わないものだと余計に症状が強くてたりすることがあります。本人は今まで出来ていたことが出来なくなったり、わかっていたことがわからなくなって非常に不安が強くなっています。認知症になったからといって特別なことをするのではなくて今までと同じような生活習慣を大事にすることで落ち着くことがあります。

⑧☆同居しているおばあちゃんが初期のアルツハイマーと診断されました。さあ、どうしよう。

- 1 治らないからすぐにでも施設に入れたほうがよい。
- 2 治ることはなくても対応しだいで進行は遅らせることは出来るから、役所や中核に相談する。

正解 2

⑨認知症と診断されたが、体が元気で動けるので介護保険は使えない。

- 1 正しい
- 2 間違い

正解 2 体が元気でなくても要介護認定をうけ、要支援・要介護になれば介護保険が使えます。

⑩「会社に行く」と何度も外に出ようとする時、どうしますか？

- 1 「今日は、日曜日でおやすみですよ」納得させる。
- 2 「危ないですよ。ひとりででかけないで」と言って連れ戻す。
- 3 自分の部屋から勝手に出ないように鍵を付ける。

正解 1

不安な現在から、自分が最もいきいきと生活していた古き良き時代へ戻りたいと言う思いが、背景にあることがあります。納得しやすい言葉で、上手く「演じてあげる」ことも必要です。