

にん ち しょう

認知症って 知ってる？

お年よりになると、なる人が多いんだよ。
家族や近所の人のためにも、
子どもでも知っておいたほうがいいよ。



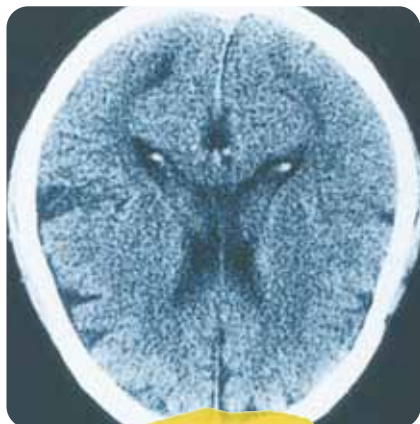
見守り
ふくろうさん

このリーフレットは千葉県消費生活の安定及び向上に向けた県民提案事業「認知症でも安心して暮らせる地域を学校から作ろう」(2015年度)として作成しました。

企画発行：千葉県 我孫子市消費者の会
協力：我孫子市商業観光課 我孫子市教育委員会
問い合わせ：04-7183-1434 和田 三千代

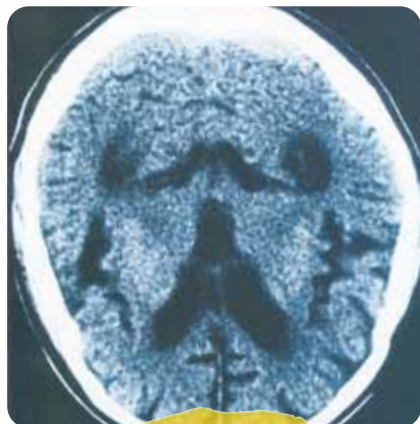
それは脳の変化から

痴呆性疾患の画像診断シリーズ1 (ワールドプランニング株式会社1997年出版より)



ふつうの脳

すきまが
多くなる



認知症の脳

それでいろいろな障害が

やり方を
忘れる

今のようすが
分からない

ひどい
物忘れ

家に
いられない

おこりっぽく
なる



たとえば…

食事したばかりなのに



「ごはん まだ
食べてない」
と言い張ります

そんなときは

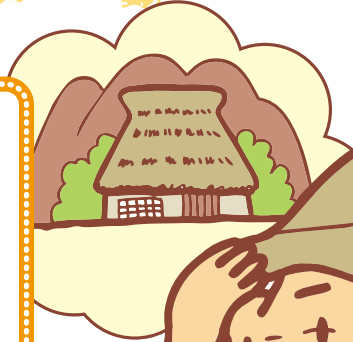
「おばあちゃんの
好きなもの何だっけ？」
とか
「これからいっしょに
買物に行こう」とか
ちょっと話題をずらして
あげましょう



たとえば…

家にいるのに夕方になると

「帰らないと…」
と出かけようと
します



そんなときは

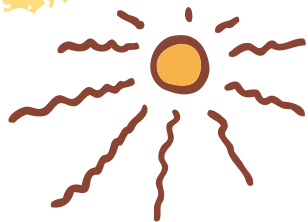
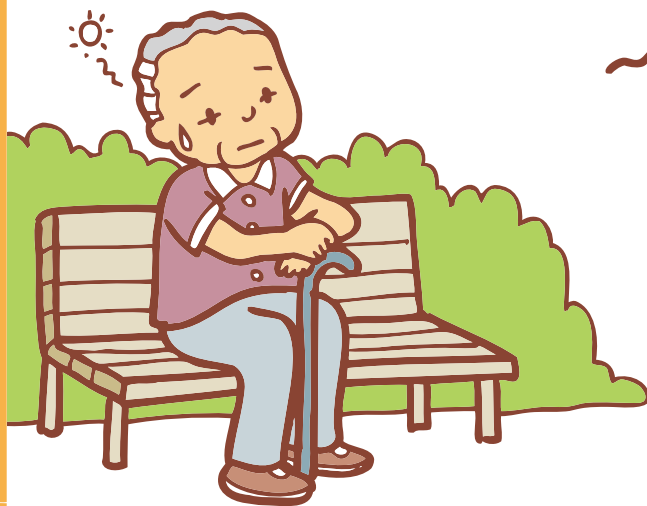


「いっしょに散歩しよう」と
さそって「おじいちゃん子ども
のときは何をしておそんだの？」
とか
「もうすぐごはんだから食べて
から帰ったら？」とか
帰りたい気持ちを大切にして
あげましょう



たとえば・・・

一人で長い時間ボートと
している人を見かけたら・・・



すぐにまわりの
大人や交番の
おまわりさんに
知らせましょう



認知症はまわりの人の対応で
ひどくならないようにもできます

ゆっくり
やさしく
ほほえんで

ひとり
ぼっちに
しない

まちがった事を
しても怒ったり、
強く注意したり
しない

かぞくで
よく
相談をする

できることを
見つけて
あげる



認知症にならないように 子どものときから気をつけて！

◎カロリーや塩分に気をつけて

とう によ う びょう の う けつ かん
糖尿病や脳血管の病気にならないように



ポテチ



缶ジュース



お肉だけの食事

◎添加物の多い食べものに気をつけて



マーガリン
(トランス脂肪酸)

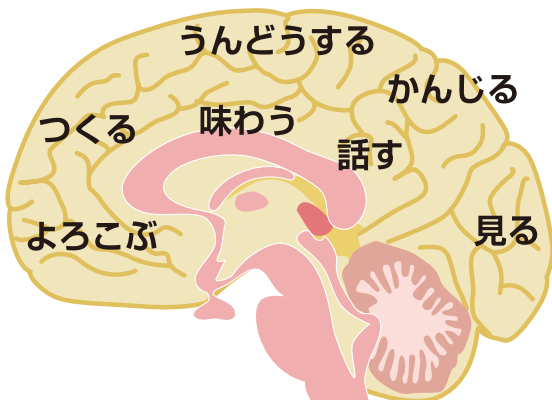


クッキー
(アルミ入り
ベーキングパウダー)



キャンデー
(合成着色料)

◎ゲームばかり
しないで脳の
いろいろな部分
を使うように
しましょう。





認知症って知ってる？

たとえば…

認知症の人はサギに
かかりやすい



たすけて！
おばあちゃん
オレだけど…



はなれて住んでいても、
ときどき電話をして
本当の孫の声を
きかせてやって下さい

ご相談は

我孫子市消費生活センター

☎7185-0999