



## 認知症の原因となる病気

～脳の働きを低下させる原因はさまざま～

病気によって  
現れ方や経過  
が異なります

### 神経変性疾患

脳の神経細胞の変性が原因で起こる

#### アルツハイマー型 認知症

もっとも多い。脳にアミロイドβなどが溜まることで脳の働きが低下する。記憶障害、見当識障害、実行機能障害などが起こる。

#### レビー小体型 認知症

幻視（現実には無いものが見える）などの症状や、手足のふるえや立ちくらみ、歩行障害、動作が鈍くなるなどのパーキンソン症状、睡眠障害が出現する。

#### 前頭側頭型 認知症

もの忘れよりも、性格の変化や社会的な常識とは異なる行動が目立つのが特徴。同じ行動を繰り返すことも多い。難病指定を受けている。

### 血管性認知症

#### 脳血管の病気で脳の働きが低下

脳梗塞や脳出血、クモ膜下出血などにより脳の血流が悪くなる。部位に応じて手足の麻痺や飲み込みの障害などとともに、記憶や判断力の障害などが起こりやすい。

### その他

※治療などで治る場合もある

#### 脳外傷や脳腫瘍、脳炎など 多様な病気で起こる

- 神経ペーチェット、多発性硬化症など
- 慢性硬膜下血腫
- 正常圧水頭症
- 甲状腺機能低下症、副甲状腺機能亢進症等
- アルコール依存症、ビタミンB1・B12欠乏症 他

### 認知症になった専門医からのメッセージ

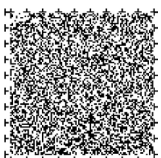
- 認知症になったからといって突然、人が変わるわけではない
- 自分が住んでいる世界は、昔も今も連続している
- 認知症は固定したものではない
- 認知症になったら、もう終わりだと思わないでほしい
- 認知症の本質は暮らしの障害
- 大事なのは、今を生きること

長谷川和夫さん（精神科医）

認知症医療の権威

2017年に認知症になったことを公表

2021年11月、92歳で世界



# 認知症の症状について

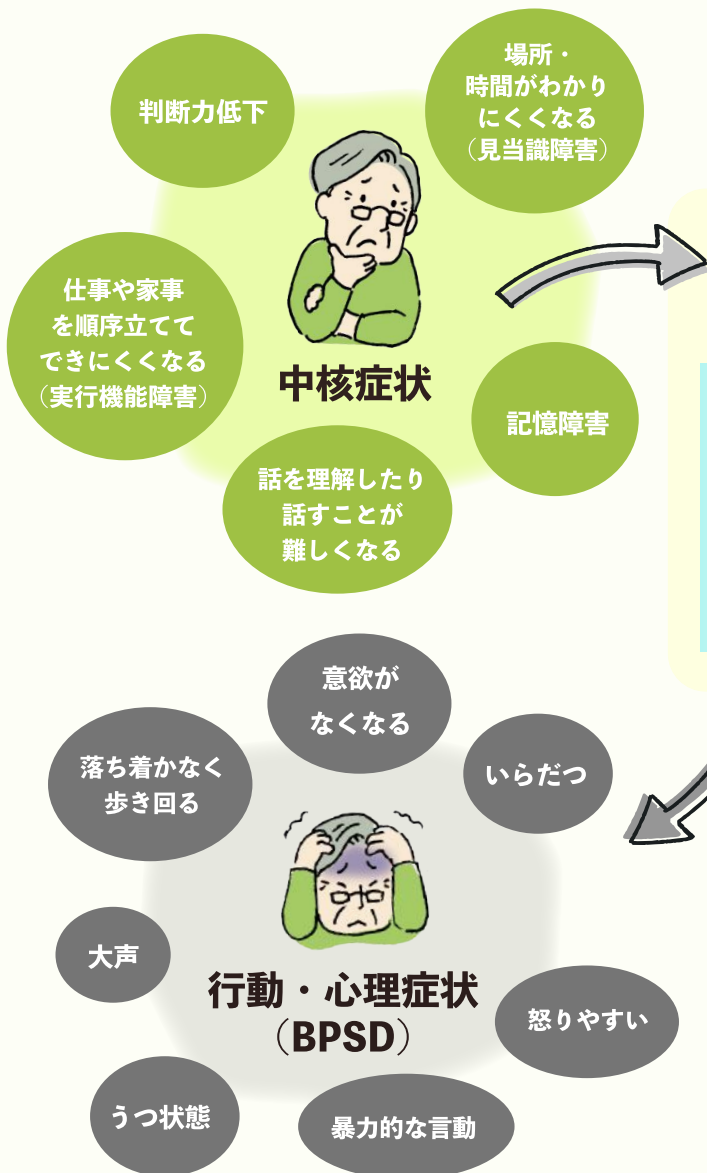
本人が暮らしやすい環境だとこれらの症状は現れにくくなります



## 中核症状

脳の神経細胞の障害によって、生活していく上で重要な認知機能がうまく働かなくなり、下図のような**中核症状**が現れます。

- ただし、いきなりすべての症状が現れるわけではなく、年単位の長い時間をかけて、少しずつ症状が現れ、徐々に進行していきます。
- 症状が現れても、**残されている認知機能**が多くあります。まだ本人が**わかること・できることに着目**することが、本人が自信を保ち自分らしく暮らし続けるために非常に重要です。認知症の進行を緩やかにすることにもつながります。



## 行動・心理症状 (BPSD)

認知機能の障害があるとストレスに耐える力が低下します。下図のような不適切な環境で暮らしていると、ストレスに耐えきれず、行動・心理症状が現れる場合があります。

- これらの症状は、決して認知症の人**すべてに生じるわけではありません**。
- 症状が現れた場合でも、**ずっと生じているわけではありません**。
- 認知症になってから、行動・心理症状が現れることなく暮らし続けられるように（現れた場合に、できるだけ短時間で解消できるように）、**身体面や心理面、物理面、そしてなによりも社会的な環境**を、地域ぐるみで区民、専門職、行政が**連携して整えることが重要**です。

## 不適切な環境

### 身体的環境

他の病気・ケガ  
栄養不足  
水分不足  
便秘・下痢  
聴力低下  
視力低下  
不適切な薬

### 心理的環境

存在不安  
自信喪失  
楽しみや快の不足  
孤独  
絶望

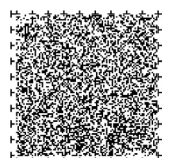
### 物理的環境

スピードが速い  
情報が多すぎる  
音・声がうるさい  
なじみのないモノ・場所・人

### 社会的環境

偏見・無理解  
仲間・味方がいない  
居場所がない  
安心・安全な外出先がない  
出番・役割がない  
関わり・ケアの不足

**病気や症状だけを見ないで  
本人がよりよく生きていけるように、  
暮らしやすい環境を  
いっしょにつくろう！**



お役立ち  
情報

# 地域・介護編

## 【世田谷区】

早めに  
つながりましょう



### あんしんすこやかセンター一覧

地域	名称	所在地	電話番号	FAX 番号	担当区域
世田谷	池尻	池尻3-27-21	03-5433-2512	03-3418-5261	池尻1~3、池尻4(1~32番)、三宿
	太子堂	太子堂2-17-1 2階	03-5486-9726	03-5486-9750	太子堂、三軒茶屋1
	若林	若林1-34-2	03-5431-3527	03-5431-3528	若林、三軒茶屋2
	上町	世田谷1-23-5 2階	03-5450-3481	03-5450-8005	世田谷、桜、弦巻
	経堂	宮坂1-44-29	03-5451-5580	03-5451-5582	宮坂、桜丘、経堂
	下馬	下馬4-13-4	03-3422-7218	03-3414-5225	下馬、野沢
	上馬	上馬4-10-17	03-5430-8059	03-5430-8085	上馬、駒沢1・2
北沢	梅丘	梅丘1-61-16	03-5426-1957	03-5426-1959	代田1~3、梅丘、豪徳寺
	代沢	代沢5-1-15	03-5432-0533	03-5433-9684	代沢、池尻4(33~39番)
	新代田	羽根木1-6-14	03-5355-3402	03-3323-3523	代田4~6、羽根木、大原
	北沢	北沢2-8-18 B1階	03-5478-9101	03-5478-8072	北沢
	松原	松原5-43-28	03-3323-2511	03-5300-0212	松原
	松沢	赤堤5-31-5	03-3325-2352	03-5300-0031	赤堤、桜上水
玉川	奥沢	奥沢3-15-7	03-6421-9131	03-6421-9137	東玉川、奥沢1~3
	九品仏	奥沢7-35-4	03-6411-6047	03-6411-6048	玉川田園調布、奥沢4~8
	等々力	等々力3-4-1 2階	03-3705-6528	03-3703-5221	玉堤、等々力、尾山台
	上野毛	中町2-33-11	03-3703-8956	03-3703-5222	上野毛、野毛、中町
	用賀	用賀2-29-22 2階	03-3708-4457	03-3700-6511	上用賀、用賀、玉川台
	二子玉川	玉川4-4-5 2階	03-5797-5516	03-3700-0677	玉川、瀬田
	深沢	駒沢4-33-12	03-5779-6670	03-3418-5271	駒沢3~5、駒沢公園、新町、桜新町、深沢
砧	祖師谷	祖師谷4-1-23	03-3789-4589	03-3789-4591	祖師谷、千歳台1・2
	成城	成城6-3-10	03-3483-8600	03-3483-8731	成城
	船橋	船橋4-3-2	03-3482-3276	03-5490-3288	船橋、千歳台3~6
	喜多見	喜多見5-11-10	03-3415-2313	03-3415-2314	喜多見、宇奈根、鎌田
	砧	砧5-8-18	03-3416-3217	03-3416-3250	岡本、大蔵、砧、砧公園
烏山	上北沢	上北沢4-32-9	03-3306-1511	03-3329-1005	上北沢、八幡山
	上祖師谷	上祖師谷2-7-6	03-5315-5577	03-3305-6333	上祖師谷、粕谷
	烏山	南烏山6-2-19 2階	03-3307-1198	03-3300-6885	給田、南烏山、北烏山

世田谷総合支所  
保健福祉センター  
(世田谷 4-22-33)

保健福祉課 地域支援担当

☎ 03-5432-2850  
FAX 03-5432-3049

北沢総合支所  
保健福祉センター  
(北沢 2-8-18 北沢タウンホール内)

保健福祉課 地域支援担当

☎ 03-6804-8701  
FAX 03-6804-8813

玉川総合支所  
保健福祉センター  
(等々力 3-4-1)

保健福祉課 地域支援担当

☎ 03-3702-1894  
FAX 03-5707-2661

砧総合支所  
保健福祉センター  
(成城 6-2-1)

保健福祉課 地域支援担当

☎ 03-3482-8193  
FAX 03-3482-1796

烏山総合支所  
保健福祉センター  
(南烏山 6-22-14)

保健福祉課 地域支援担当

☎ 03-3326-6136  
FAX 03-3326-6154

### 地域・仲間とつながる

認知症カフェ



<https://setagaya-ninsapo.jp/programs/ninchishocafe.html>



介護者の会・家族会



<https://setagaya-ninsapo.jp/programs/kaigoshanokai.html>

認知症本人交流会



「楽しく語ろうつどいの会  
~いくつになっても仲間  
と元気に~」

<https://setagaya-ninsapo.jp/programs/meetup.html>

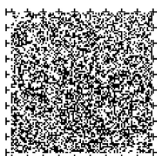
### お問い合わせ先

世田谷区認知症  
在宅生活サポート  
センター

☎ 03-6379-4315

FAX 03-6379-4316

<https://setagaya-ninsapo.jp/>



# 【全国・東京都】



## 厚生労働省 ホームページ



「希望の道」全国各地で暮らす本人の動画



[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi\\_kaigo/kaigo\\_koureisha/ninchi/kibou.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/ninchi/kibou.html)



厚生労働省 希望大使

検索



## 認知症本人の全国組織

### 一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ (JDWG)

認知症になった本人が活動していくための組織（一般社団法人）。希望と尊厳をもって暮らしていける地域社会を創ることをめざして、交流会やシンポジウム開催のほか、「認知症とともに生きる希望宣言」を発表している。



[www.jdwg.org](http://www.jdwg.org)

## 認知症の人と家族の全国組織

### 公益社団法人 認知症の人と家族の会

全国 47 都道府県に支部があり、本部（京都市）と協力しながら様々な事業を実施。全国で介護者・本人が交流する「つどい」の開催、電話相談、研修会、行政への提言・要望などを行っている。



[alzheimer.or.jp](http://alzheimer.or.jp)



## 若年性認知症に関する相談窓口

電話相談  
通話料  
無料

若年性認知症  
コールセンター

☎ 0800-100-2707

※月～土曜日 / 午前 10 時～午後 3 時

東京都若年性認知症  
総合支援センター

☎ 03-3713-8205

※平日 / 午前 9 時～午後 5 時

東京都多摩若年性認知症  
総合支援センター

☎ 042-843-2198

※平日 / 午前 9 時～午後 5 時



若年認知症  
サポートセンター

☎ 03-5919-4186

※月・水・金曜日 / 午前 10 時～午後 5 時

## 医療の相談

地方独立行政法人東京都立病院機構  
都立松沢病院 認知症疾患医療センター

☎ 03-3303-7211 (代表)

※平日 / 午前 9 時～午後 5 時

