



# 9月はアルツハイマー月間です。

国際アルツハイマー病協会（ADI）は、世界保健機関（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症への理解を呼びかけています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、様々な取り組みを行っています。



認知症になったらと思うと不安で…。

そうですね。今までと違う“違和感”を感じたら、かかりつけ医や物忘れ相談医へ相談してみるのはいかがでしょうか。また、もし認知症と診断された際には、『本人にとってよりよい暮らしガイド』などを参考にしてみるのも良いと思います。



## 『本人にとってよりよい暮らしガイド』

～ 一足先に認知症になった私たちがあなたへ ～

新たに診断を受けた方が絶望せず、自分なりによりよい日々を暮らしていけるようにと考え、認知症になった方々の体験をもとに作られました。



『本人にとってよりよい暮らしガイド』を読みました。認知症になっても地域で活動している方はたくさんいるんですね。

はい。認知症の人ご本人の声を発信する機会が増えるよう、「希望大使」として活動する認知症の方々もいますよ。認知症への理解を広めたり、『認知症とともに生きる希望宣言』の紹介等に取り組んでいらっしゃいます。



## 『認知症とともに生きる希望宣言』

認知症とともに暮らす本人一人ひとりが、体験と思いを言葉にし、それらを寄せ合い、重ね合わせる中で生まれました。「認知症になったらおしまい」では決してなく、「よりよく生きていける可能性を私たちは無数に持っています」と発信しています。



上の2つはどちらも、日本認知症本人ワーキンググループが作成したものです。それぞれ、インターネットで調べると読むことができますよ。あんしんセンターでもお渡し出来ますので、ご興味のある方はぜひお声掛け下さい。



❀ 高齢者あんしんセンターみどの新町 ❀ (開設時間 平日 8:30～17:15)

高崎市新町 3053-5

0274-42-0200

小野寺(保健師・認知症地域支援推進員)

齋藤(主任ケアマネ)

宮崎(社会福祉士)