

# 認知症と気づかず、診断が遅れやすい!? 「若年性認知症」をご存じですか

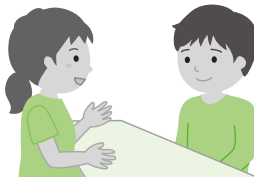
認知症は加齢とともに発症しやすくなりますが、若い世代でも発症することがあり、65歳未満で発症した場合を「若年性認知症」と言います。働き盛りの世代であり、本人だけでなく家族の生活に大きな影響を与えます。若年性認知症は初期の対応が大切です。

## 「若年性認知症支援コーディネーター」や「かかりつけ医」に相談を

若年性認知症は、65歳以上で発症するケースに比べ、病気の進行が早いほか、年齢が若いと症状が現れても他の病気を疑ってしまい、受診が遅れることが多くなります。また、更年期障がいやうつ病などとの区別が難しく、診断にも時間がかかります。おかしいなと思ったら早めに相談し、必要に応じて専門医を紹介してもらいましょう。

## 若年性認知症支援コーディネーターの役割

各都道府県に配置され、若年性認知症のかたやその家族を支援するために職場や関係機関との調整役として、総合的なコーディネートを行います。



### 相談窓口

- 愛知県若年性認知症総合支援センター（若年性認知症支援コーディネーターを配置）  
月～土曜日（祝・休日、年末年始を除く）午前10時～午後3時 ☎0562-45-6207
- 保健福祉センター内地域包括支援センター（認知症地域支援推進員を配置）  
月～金曜日（祝・休日、年末年始を除く）午前8時30分～午後5時15分 ☎55-0654

問い合わせ先／保健福祉センター内地域包括支援センター ☎55-0654

今年に入ってから、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、日々状況が変わり、私たちの日常生活は大きな影響を受けています。また、感染症の拡大防止は、世界共通の課題となっています。近年、WHO（世界保健機関）は、SDGs（持続可能な開発目標）の取り組みの中心に目標3（健康・福祉）を位置付け、他の目標を関連付けながら取り組むことを促しています。そこで、身近な例として、健康的な生活習慣が、どのようにSDGsと関係するかを考えてみます。

私たち一人一人が健康的な暮らしを心掛けることで、免疫力が高まり、病気になるにくい体がつくられ、医療費の抑制につながります。そして、必要に応じて適切な医療を受けられる医療基盤が維持されます。そのことは、ひいては経済的なゆとりや安定した社会環境をつくり出すことにもつながっていきます。SDGsといっても、いきなり難しいことに挑戦する必要はありません。まずは身近にできる健康習慣づくりから始めてみませんか。

## 「私の健康習慣、SDGsにも貢献」



# 健康都市 尾張旭

第78回

### 私の健康習慣(例)

- 手洗い・うがいをこまめにする
- ウォーキングや散歩に出掛ける（時期により人混みは避ける）
- ラジオ体操やストレッチを行う
- 早寝早起きをする
- 朝ごはんを食べる
- 栄養バランスの良い食事をする
- 毎食後、歯を磨く
- 十分な睡眠をとる
- 1日1回声を出して笑う

他にもできることを考えてみましょう

- 早寝早起き朝ごはん
- 手洗い・うがいをこまめにする



問い合わせ先／市役所健康都市推進室 ☎76-8101