

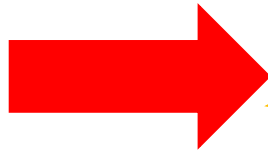
新型コロナウイルスに負けず、認知症予防！

新型コロナウイルスの感染者数は、日々増加し、国内でも10万人を超えました。今後も、見えない敵と向き合いながらの生活が想定されます。

新型コロナウイルスの感染拡大は、認知症患者にも多大な影響を及ぼしています。



認知症の専門医
357人



認知症の症状悪化を
「認める」・「やや認める」

40%

◎悪化した主な症状

- ◆ 認知機能（記憶力など）の悪化 → 47%
- ◆ 行動心理症状の悪化（意欲の低下など） → 46%
- ◆ その他、うつ症状の発生増加など

軽度の認知障害の方（認知症予備軍）の症状にも影響が出ています。



受診のための移動や、医療現場における感染の不安が、受診の控えに繋がっています。



◎その他の影響

- 病院やクリニックへの受診頻度の減少
- 施設内における家族との面会中止
- 外出自粛や環境変化に伴う混乱や筋力低下

（令和2年8月に公表された「日本認知症学会」による調査結果より）

★自粛中でもできる！認知症予防

- 友人や家族と電話
- 生活リズムを整える
- 家の中でおしゃれをする
- 人の少ないところで散歩
- 家の中でラジオ体操
- 複数の料理を作る
- 料理のレシピや新聞の書き写し
- 行ってみたい場所の旅行計画を立てる
- アロマセラピーでのんびりする
- 好きな歌を歌う
- トランプ、クロスワード、折り紙など



令和2年12月

宝塚市営住宅管理センター