

晴れの国 おかやま

認知症とともに
いきいきと暮らせる岡山県へ

急速な高齢化の進展に伴い、わが国の認知症の人数は増加しています。15年後の令和 22 (2040) 年には、高齢者の約 3.3 人に 1 人が認知症またはその予備軍とされる軽度認知障害になると推計されています。認知症は誰もがなりうるものであり、家族が認知症になることを含め、多くの人にとって身近なものとなっています。

認知症になってからも希望を持って自分らしく暮らし続けることができ、認知症の人も含めたすべての県民が明るい笑顔で暮らす「生き生き岡山」の実現に向けて、しっかりと取り組んでまいります。



岡山県知事
伊原木 隆太

「新しい認知症観」へ転換

「新しい認知症観」とは、認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人ひとりが個人としてできること・やりたいことがあり、できる限り住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。

古い認知症観

認知症になったら…

- ・何もわからなくなって、できなくなってしまう
- ・地域で暮らすのは無理
- ・全部周囲が決める
- ・認知症は恥ずかしい、隠す



新しい認知症観

認知症になっても…

- ・わかること、できることがたくさんある
- ・地域の一員として共に暮らし、活躍できる
- ・本人が決める（決められるように支援する）
- ・認知症でも自分は自分、自然体でオープンに



「新しい認知症観」の理解のための一歩

地域の理解者・応援者に

認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」は、認知症を正しく理解し、地域や職場で温かく見守る応援者です。

認知症についての知識を学び、あなたも認知症サポーターになりませんか。



認知症への理解を深める

認知症カフェ

県内には、地域住民、介護や福祉等の専門家など、誰でも気軽に集える「認知症カフェ」がたくさんあります。

認知症について知りたい、考えたいという方は、ぜひ一度訪れてみてください。



こんな取り組みも

自分ごととして考えるきっかけに

VR 認知症体験研修会



県では、認知症特有の症状を、VR システムによって疑似体験できる研修会を開催しています。

共生社会の実現のために、私たち一人ひとりが認知症を自分ごととして考え、理解を深めるきっかけにしてください。



申し込みはこちら



認知症のひとと家族の会
岡山県支部 代表 安藤光徳さん

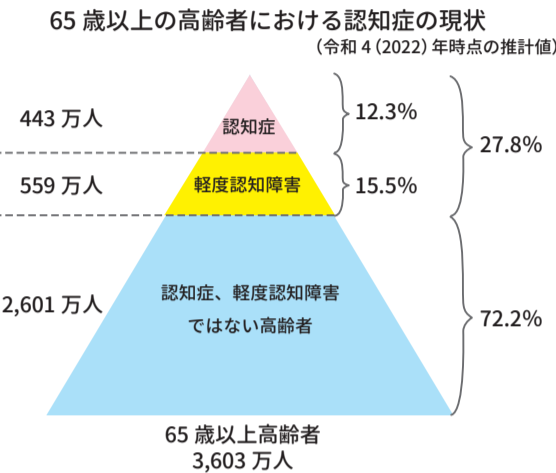
認知症はいつ、誰がなっても おかしくない身近なものです

認知症とは

認知症とは、さまざまな病気により、脳の神経細胞の働きが徐々に変化し、認知機能が低下して、社会生活に支障をきたした状態をいいます。

認知症と軽度認知障害（※）の高齢者数は1000万人以上。高齢者の約3.6人に1人が認知症またはその予備群といえる状況です。

※記憶障害などの軽度の認知機能の障害が認められるが、日常生活にはあまり支障がないため、認知症とは診断されない状態



資料：厚生労働省「認知症および軽度認知障害(MCI)の高齢者数と有病率の将来推計」から政府広報室作成



認知症は高齢者だけがなるものではありません

若年性認知症とは

65歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」といいます。若年性認知症の人の数は全国で約3.6万人と推計され、今日、認知症は誰もがなりうると考えられています。

【相談窓口】

おかやま若年性認知症支援センター

☎ 086(436)7830

🕒 月～金曜 10:00～16:00
(祝日、8/13～15、12/29～1/3を除く)

おかやま若年性認知症支援センター

検索



家族がつくった 「認知症」早期発見のめやす

※出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。

いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

もの忘れがひどい

- ☐ 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- ☐ 同じことを何度も言う・問う・する
- ☐ しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- ☐ 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

人柄が変わる

- ☐ 些細なことで怒りっぽくなった
- ☐ 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- ☐ 自分の失敗を人のせいにする
- ☐ 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

判断・理解力が衰える

- ☐ 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- ☐ 新しいことが覚えられない
- ☐ 話のつじつまが合わない
- ☐ テレビ番組の内容が理解できなくなった

不安感が強い

- ☐ ひとりになると怖がったり、寂しがったりする
- ☐ 外出時、持ち物を何度も確かめる
- ☐ 「頭が変になった」と本人が訴える

時間・場所がわからない

- ☐ 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ☐ 慣れた道でも迷うことがある

意欲がなくなる

- ☐ 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ☐ ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

もしかしてと感じたときは、迷わず相談・受診しましょう 認知症に関する相談窓口

🍀 おかやま認知症コールセンター

認知症全般の相談、問い合わせ等に対して、認知症介護経験者や専門家等が対応しています。

☎ 086(801)4165

🕒 月～金曜 10:00～16:00
(祝日、8/13～15、12/29～1/3を除く)



🍀 地域包括支援センター



県内各市町村が設置しており、介護、福祉、医療などに関するさまざまな相談・支援を行います。お気軽にご利用ください。



🍀 医療機関の利用



認知症のことが気になり始めたら、身近なかかりつけ医にご相談ください。医療機関の利用について、詳しくは県のホームページをご覧ください。



問 長寿社会課 ☎ 086(226)7326



イベントなどについては変更となる場合があります。事前にご確認ください。

先天性風しん症候群の予防に 風しん抗体検査を無料で実施



赤ちゃんの先天性風しん症候群（難聴や心疾患、白内障や緑内障などの障害）の予防のために、県内の医療機関で、風しんの抗体検査が無料で受けられます。対象者は、妊娠を希望する女性、その配偶者、風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者などです。実施医療機関の一覧等、詳しくは岡山県ホームページをご覧ください。



問 疾病感染症対策課 ☎ 086 (226) 7331

地域や職場の会合に 消費者啓発の講師を派遣します



消費者被害を未然に防止するため、地域や職場、学校など、10人以上の会合に講師を派遣します。分かりやすい講話や楽しい寸劇などで、悪質商法の現状と対策等を学びましょう。派遣は随時、希望日の1カ月前までに申込書の提出が必要です。

問 消費生活センター ☎ 086 (226) 1019

飲酒運転の根絶と 年末年始の交通事故防止



飲酒運転は悪質・危険な犯罪です。年末年始はお酒を飲む機会が増えますが、飲酒運転は絶対に「しない」「させない」。

夕暮れ時や夜間は歩行者が被害に遭う交通事故が多発します。自動車は早めのライト点灯、歩行者や自転車の方は夜光反射材やLEDライトを身に付けましょう。

問 警察本部交通企画課 ☎ 086 (234) 0110 (代表)

農業者の皆さん！ リスクへの 備えはできていますか



農業経営には、自然災害や市場価格の下落など、さまざまなリスクがあります。このようなリスクに備え、国の公的な保険制度である「農業保険」に加入しましょう。加入方法など詳しくは、岡山県農業共済組合にご相談ください。



岡山県農業共済組合サイト

問 岡山県農業共済組合 ☎ 086 (224) 5588

注目 おでかけ情報

岡山後楽園

岡山後楽園写真展

時 12/20 (土) ~ 1/4 (日)

初春祭

時 1/1 (木・祝) ~ 1/3 (土)

☎ 086 (272) 1148

生涯学習センター

科学キッズフェスティバル in 京山祭

時 12/14 (日) 10:00 ~ 15:00

☎ 086 (251) 9751

県立美術館

美と祈り—近現代日本美術にみるキリスト教

時 1/9 (金) ~ 3/1 (日)

☎ 086 (225) 4800

県立博物館

特別展「岡山の文化と出会う

—宗教美術から超絶技巧まで—

時 11/28 (金) ~ 1/12 (月・祝)

1/17 (土) ~ 3/8 (日)

☎ 086 (272) 1149

天神山文化プラザ

関崎哲 版画の仕事・絵画の仕事

時 12/9 (火) ~ 14 (日)

Material Library @ 天プラ

時 1/7 (水) ~ 11 (日)

☎ 086 (226) 5005



岡山後楽園



県立博物館



県内文化情報

トップクラブチーム情報

SVリーグ (バレーボール)

岡山シーガルズ

時 1/10 (土)・11 (日)

vs PFU ブルーキャッツ石川かほく

1/24 (土)・25 (日)

vs KUROBE アクアフェアリーズ

場 シゲトアーリーナ岡山

Vリーグ (バレーボール)

倉敷アブレイズ

時 1/10 (土)・11 (日) vs リガーレ仙台

場 水島緑地福田公園体育館

Tリーグ (卓球)

岡山リベッツ

時 1/10 (土) vs 金沢ポート

1/11 (日) vs 静岡ジェード

場 笠岡総合体育館

B3リーグ (バスケットボール)

トライフープ岡山

時 12/13 (土)・14 (日) vs 金沢武士団

1/26 (月)・27 (火) vs 山口パッツファイブ

場 シゲトアーリーナ岡山

時 12/20 (土)・21 (日) vs ヴィアティン三重

場 津山総合体育館



県内スポーツ情報

問 スポーツ振興課 ☎ 086 (226) 7440

※日程・会場などは変更になることがあります。詳しくは各チームのHPをご覧ください。

プレゼント クイズ

岡山県マスコット
「ももっち・うらっち」

おかやま検定の過去問に挑戦！

岡山県北部の一部の地域で「はんざき」「あんこう」と呼ばれることもある生き物は次のうちどれ？

- ① アマゴ
- ② オオサンショウウオ
- ③ トカゲ
- ④ ヤマメ

回答者の中から抽選で
7名にプレゼント

白桃と県産飼料米で育った

岡山市場発のブランド牛

「清麻呂」肩ローススライス300g



応募締め切り 1月9日 (金)

応募方法

郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、クイズの答え(①~④)、本紙の感想を記入して、WEB サイトまたは、はがきでご応募ください。

● WEB サイト (県ホームページ)

岡山県広報紙

検索

● はがき

〒700-8570 (住所不要)

岡山県公聴広報課

「晴れの国おかやま 12月号」係

※当日消印有効。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

※個人情報、はがきには使用しません。

応募は
こちら



アイコンについて

時	日時・期間	場	場所	人	対象・募集人数
問	問い合わせ	¥	料金	締	応募・申込締切
休	定休日	☎	電話		

この紙面に掲載している情報は2025年10/27(月)時点のものです。次号は2月発行 (予定)

岡山県への施策提案や、事務事業の改善提案は「県政への提言」にお寄せください。

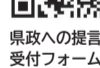
正確に対応させていただくため、次の方法によりお願いいたします。

はがき・封書／〒700-8570 (住所不要)

岡山県庁「県政への提言」係

FAX / 086-234-0500

※お寄せいただいた個人情報は、目的外に使用しません。



県政への提言
受付フォーム

- 県庁、県民局、市町村役場、郵便局、コンビニ (ファミリーマート、セブン-イレブン、ローソン) などでも入手できます。
- 岡山県では財源確保のため広告を掲載しています。

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

この広報紙は環境に配慮した植物油インキを使用しています。