

恐るべき

認知症の怖さ

認知症予防新聞

少しでも思い出さ覚えていてほしい

発行者

名前

戸山聖菜

花畑 中学校
2年 2組



最近、私の母はよくスマホをなくします。もうそんな年頃かと軽い気持ちでいました。たまたま認知症についての記事を見かけたので興味を湧き読んでみました。その記事には認知症の症状と特徴、予防に役立つこと、認知症の体験談が載っていました。その記事を見て軽い気持ちでいた私の考えが変わりました。認知症は怖いもの。だと心に深く残りました。親には少しでも思い出さ覚えておいてほしいと思います。この新聞をかこうと思いつきました。この新聞を読んで私がのよらに認知症を軽い気持ちでみている人の考えを変えられたら嬉しいです。

認知症の特徴

- 物の忘れなど
- 記憶障害。時間や場所が分からなくなる
- 判断力の低下。
- 理解力や

特徴

- 同じことを繰り返す
- 以前はできたことができなくなる
- 同じ服ばかり着る
- 物忘れや探しの回数が増える

認知症の人にやっつけてはいけません。怒鳴ったり叱りつけたりする。無理に思い出させようとすること。失敗したことを責める。間違いを指摘すること。子ども扱いする。行動を息がす。命令や強制する。行動を制限すること。

認知症になりやすい？人の口癖!!

- 今の若い人は、昔は良かった。
- 自分は自分。
- 人は人。
- 社会が悪い。
- などねがテイブなことが多いぞう!!

認知症にならないための予防力条

- 脳血管を大切にすること。
- 食生活を整えるようにすること。
- 運動を心がけること。
- 飲酒、喫煙が過度にならないようにすること。
- 活動、思考を端緒にしないようにすること。
- 生き生きとした生活をすること。
- 家族、隣人、社会との人間関係を普段から円滑にしておくこと。
- 自分の健康管理を心掛けること。
- 病気の予防や治療に努めること。
- 寝たきりにならないようにすること。

