

沼津市立病院広報誌

numa

pi

tal

ぬまピタル

vol.38
Jul.2026

見開き
特集

認知症の新時代へ - 早期発見と治療が人生を支える -



いま知りたい
認知症との向き合い方

認知症の新時代へ 〜早期発見と治療が人生を支える〜

副院長兼 脳神経内科部長 姉崎 利治



Profile 姉崎 利治

昭和61年3月 新潟大医学部医学科卒
平成6年3月 新潟大大学院医学研究科卒
平成11年8月 聖隷沼津第二クリニック
在宅事業部診療科

平成15年5月 沼津市立病院 神経内科
沼津の好きなおとこ：沼津の海・山・川
趣味：庭いじり

資格：日本内科学会認定内科医、日本神経学会認定神経内科専門医・指導医、臨床研修指導医

今回は、副院長兼脳神経内科部長の姉崎医師に、認知症の基本、最新の治療、そして、今日できる予防について、お話を伺いました。

Q. 認知症とはどのような病気ですか？

A. 認知症とは、認知機能の低下により、これまで普通にできていたことが少しずつ難しくなり、社会生活に困る場面が出てくる病気です。記憶力だけでなく、時間や場所がわかりにくくなる、判断がしにくくなるなど、さまざまな力がゆっくり低下していきます。認知症の方は、65歳以上の約12%、その手前の「軽度認知機能障害」の方は約15%といわれ、誰にとっても身近な病気です。



Q. 「ふつうの物忘れ」と「認知症の物忘れ」は、どのように違うのですか？

A. 年齢とともに物忘れが増えることは自然なことですが、「ふつうの物忘れ」と「認知症の物忘れ」には違いがあります。

「ふつうの物忘れ」の多くは、体験の一部を忘れることで、「複数の友人と昼食を食べたことは覚えていてるが、そのなかの友人の名前を思い出せない」という状態です。進行せず、生活に大きな支障はありません。

一方、「認知症の物忘れ」は、昼食を食べたこと自体を覚えていないなど、「体験そのものを忘れてしまう」状態です。また、時間や場所がわからなくなる、同じ話を何度も繰り返すなど、記憶以外の症状も出てきます。

その中間に当たるのが、「軽度認知機能障害」で、物忘れが増えてきますが、生活はほぼ問題なく送れます。「軽度認知機能障害」の一部は認知症に進行しますが、元に戻る方もいます。

Q. 物忘れのほかに認知症にはどのような特徴がありますか？

A. 認知症にはいくつかタイプがあり、それぞれ特徴があります。最も多いのが、「アルツハイマー型認知症」で、脳に「アミロイドβ」というたんぱく質がたまることで、神経細胞がゆっくり壊れていきます。ほかにも、脳の血管が詰まったり破れたりすることで起こる「血管性認知症」、見えないものが見える「幻視」や、体が動きにくくなる「パーキンソンニズム」が特徴の「レビー小体型認知症」などがあります。

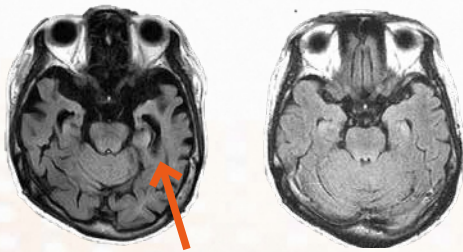
Q. 「アルツハイマー型認知症」について、詳しく教えてください。

A. 「アルツハイマー型認知症」は、

認知症全体の約7割を占める最も多いタイプです。初めのころは物忘れが目立ち、計算が苦手になったり、言葉が出にくくなったりします。病状が進んでくると、時間や場所がわからなくなったり、徘徊や幻覚がみられたりすることもあります。さらに進むと、会話が難しくなり、食事や排泄に介助が必要になることがあります。

アルツハイマー型認知症が進行し、萎縮した脳

正常な脳



海馬の萎縮

Q. 「アルツハイマー型認知症」は、どのように治療するのですか？

A. 治療には、症状をやわらげる薬と、病気の進行をゆるやかにする薬を用います。最近では、脳にた

まった「アミロイドβ」を減らすことで進行を抑える抗アミロイドβ抗体薬の「レカネマブ」など新しい薬も登場しています。使用には検査が必要ですが、早い段階で治療を始めることで、自立した生活をより長く続けられる可能性があります。

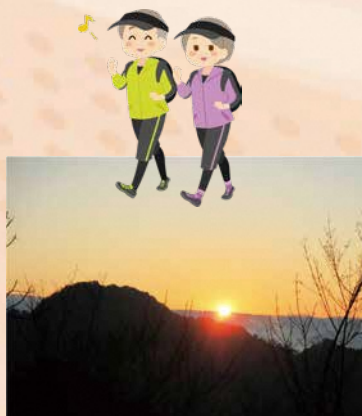
Q. 認知症は予防できますか？

A. 完全に防ぐことは難しいものの、発症を遅らせたり、進行をゆるやかにすることはできます。日常生活の中でできる小さな工夫が予防につながります。

まず、体を動かす習慣が大切です。散歩やラジオ体操など、無理のない運動で十分です。市内または近隣に在住の方でしたら、天気の良い日に香貫山に登ってみませんか？坂道をゆっくり歩くと、脳への血行がよくなります。また、人との会話や交流は、脳を活性化させます。家族や友人とのおしゃべり、地域の集まりや趣味のサークルへの参加など、誰かと

関わる時間を持つことが予防になります。

そのほか、読書や手芸、料理、園芸、パズルなど、楽しみながら続けられる活動は脳に刺激を与えます。食事では、魚や野菜を中心としたバランスのよい食事をおすすめします。高血圧や糖尿病など、生活習慣病の管理も、認知症予防には欠かせません。



Q. 読者にメッセージをお願いします。

A. 認知症は、早く気づくことで、その後の生活をよりよく保つことができます。ご自身やご家族の方で、気になる変化があれば、一人で抱え込まず、早めに医療機関に相談してみてください。

「市民カレッジ」で姉崎医師の講義決定！詳細は裏面へ。

「- 人生 100 年時代を支える - 認知症ケア」講師：副院長 兼 脳神経内科部長 姉崎 利治

令和 8 年 11 月 14 日（土曜日）14 時 00 分～15 時 00 分

会場：沼津市立図書館 視聴覚ホール 参加費：500 円 対象：中学生以上

※駐車場は台数が限られていますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

- 認知症の基本から最新治療まで、今日から役立つ大切なポイントをわかりやすく解説。
- 毎日の生活でできる予防のコツや、脳を元気に保つヒントも紹介。
- “知って安心、気づいて支え合う” …ご家族で役立つ内容がぎゅっと詰まった講義です。

申込先：株式会社 SBS プロモーション 沼津支社（TEL：055-952-1551）

問い合わせ先：生涯学習課 市民学習係（TEL：055-934-4870）

主催：沼津市教育委員会事務局 生涯学習課



申込専用フォーム

～認知症サポートチームが支える～ 入院中から退院後までの安心サポート

認知機能の低下がみられる患者さんが、入院という慣れない環境でも落ち着いて治療に向き合えるよう、「病棟スタッフ」と、多職種で構成する「認知症サポートチーム」でタッグを組んで工夫を重ねています。

入院中から退院後まで安心して過ごせるよう継続して支援します。

■入院中の安心サポート

入院時には、すべての患者さんに簡単なチェックを行い、認知機能の低下がみられる方には早めに支援を始めます。

- 医師・看護師・薬剤師・リハビリスタッフ・医療ソーシャルワーカー（社会福祉の立場から、療養中の相談を担当する専門職）が、週1回巡回し様子を見守ります。
- 必要に応じてカンファレンスを開き、その患者さんにあつたケアを話し合います。
- せん妄（環境の変化で一時的に意識が混乱し、落ち着かなくなること）を予防するため、環境調整や声かけなどの工夫を行い、できるだけ身体拘束に頼らないケアを進めます。



■退院後の生活までしっかり支援

認知症サポートチームが連携して、不安なく退院後の生活を続けられるように、患者さんご家族をサポートします。

- 療養先選定の相談
- 介護保険・成年後見制度など、利用できる制度の活用
- 地域の支援機関への橋渡し など

認知症サポートチームは、医療だけでなく「その人らしく安心して過ごせること」を大切にしています。患者さんご家族の思いを大切にしながら支援に取り組んでいます。

— 市民のために 共に歩む病院 —



沼津市立病院

NUMAZU CITY HOSPITAL

沼津市立病院広報誌「ぬまピタル」

発行：広報委員会・病院管理課

沼津市東椎路字春ノ木 550 番地

055-924-5100

byoin-so@city.numazu.lg.jp

<https://www.numazu-hospital.shizuoka.jp>

バックナンバー



〔初めて受診される方へ〕

原則、医療機関からの予約と紹介状が必要です。紹介状をお持ちでない場合、特別初診料がかかります。詳しくはコチラ

