



まめなかね

Vol.204 発行: 2025.9.15 出雲市立総合医療 C 病院だより編集委員会

ご存じですか？認知症のこと



9月21日は、「ま、いっかの日!?!」



認知症看護認定看護師

竹内 純子

『ま、いっか』で笑い合える社会へ

皆さんは、「注文をまちがえる料理店」というユニークなお店をご存じですか？

「注文をまちがえる料理店」なんて、不思議なネーミングですよね。このお店は2017年から不定期にオープンしていて、ホールで働くスタッフはみんな認知症の方々です。「注文は時々間違えるかもしれないけど、間違えても寛容に受け入れてくださいね」といったコンセプトで運営されています。島根県にはありませんが、一度は行ってみたいと思いませんか？

この活動は日本中に広まり、最近では厚生労働省や自治体、有名和菓子店ともコラボレーションして開催されるほどです。お店の様子は公式ホームページやYouTubeでも公開されていて、誰でも観ることができます。

注文を
まちがえる
料理店



【公式ホームページ】注文をまちがえる料理店

<http://mistakenorders.com>

その中でも、特に印象的なのは、お店のスタッフが「あれ、なんだったっけ?」「あら、間違っちゃった。けど、ま、いっか」と話すと、スタッフだけでなく、お客さんも一緒に笑い合う温かい空間です。

もし、皆さんが注文した料理と違うものが運ばれてきたら、どんな反応をしますか？

「ま、いっか」と言えたら素敵だと思いませんか？たとえ間違えていたとしても、それを「ま、いっか」と受け入れる。そんなおおらかな気持ちが社会に広がっていくことで、認知症があるかないかに関わらず、みんながもっと暮らしやすい社会になればいいなと、強く感じました。

次ページに続く⇒

法律が示す新しい認知症観と私たちの役割

実は、このような「ま、いっか」の心は、社会の大きな変化とも深く結びついています。

令和6年（2024年）1月、誰もが尊厳と希望をもって暮らせる社会の実現を目指す「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。この法律をきっかけに、国は「新しい認知症観」の普及を始めました。これは、「認知症になったら何もできなくなる」という従来の考え方から脱却し、認知症になっても一人ひとりができることや、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる、というものです。

「では、具体的に私たちは何をすればいいの？」と考える方もいるでしょう。9月21日は、世界アルツハイマーデーです。もちろん、認知症について正しい知識を積極的に学ぶことや、認知症の人の社会参加を応援するといった心構えも非常に重要です。

しかし、最も大切なのは、日常生活の中で「ま、いっか」とおおらかな気持ちで過ごす日を、一日でも増やしていくことではないでしょうか。他者のちょっとした間違いを温かく受け入れる。そして、自分自身の失敗も「ま、いっか」と許容する。その小さな心の変化こそが、社会を大きく変えていくための、第一歩になると私たちは信じています。

当院は、認知症を抱える方々が、住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らしていくためのサポートを続けています。認知症やそのご家族の不安についてのご相談は、どうぞお気軽に当院の「もの忘れ看護相談室」までお声がけください。

もの忘れ看護相談室のご予約:医事課 紹介患者窓口 <<電話>> 0853-63-5680



9月21日は

World Alzheimer's Day 2025

あなたの地域で
認知症とともに
いきいきと暮らす

写真:カヌー作りの実現が、認知症とともに生きる力に
(本人グループ山陰ど真ん中とその仲間たち)

「認知症の日」
世界アルツハイマーデー [令和7年度版]

World Alzheimer's Day 2025

公益社団法人
認知症の人と家族の会

総合医療センターホームページにて

看護補助者の業務を紹介しています！

こちらのQRコードからご覧いただけます⇒



夜勤可能な方
歓迎します！

《乳がん検診》

乳腺エコー検査を受けてみませんか？

乳がんは年々増加傾向を示し、女性の罹患率第1位のがんです。30代から増え始め、40代～60代をピークに発症し、日本人女性の9人に1人がかかる病気とされています。

しかし、乳がんは早期発見・早期治療で生存率が高まります。定期的に検診を受診しましょう！



【全国がん登録罹患データより作成】

○ 乳腺エコーってどんな検査？



- 超音波（周波数が高く耳に聞こえない音）の反射を利用して、触ってもわからないくらいの小さな「しこり」を見つけることができます。
- X線を使用しないため、被曝の心配はありません。
- 検査方法は乳房にゼリーをつけ、プローブという機械を乳房に沿って滑らせながら乳房全体を観察します。
- 検査時間は15分程度です。

○ マンモグラフィと乳腺エコーはどっちがいいの？

現在、死亡率が減少する効果が認められている乳がん検診として、マンモグラフィが推奨されています。マンモグラフィは乳がんの初期症状である微細石灰化の発見が得意ですが、40歳未満の若年女性の場合、乳腺が発達しているためマンモグラフィの画像が全体的に白っぽくなり、しこりの有無がわかりにくいことがあります。こうした乳房を「高濃度乳房」といい、このような場合は乳腺エコー検査が有用です。

乳腺エコー検査は痛みがなく、体への負担はほとんどありません。妊娠中の方や20～30代の方、またマンモグラフィ撮影時の乳房の圧迫の痛みが耐えられない方等は、乳腺エコー検査がおすすめです。

実施日

平日（月曜日～金曜日）午後

料金

3,850円（税込）

お申し込み
問い合わせ

出雲市立総合医療センター（健康管理センター）

TEL：0853-63-5111（代表）

0853-63-5119（直通）