



# 認定看護師だよ



## 超高齢社会と認知症の推移

### 認知症看護認定看護師 篁 薫

2025年9月現在の高齢者人口は3,619万人、  
高齢者人口率は29.4%となりました。

2024年の日本の平均寿命は男性が81.09歳、  
女性が87.13歳となっています。

超高齢社会が進むと切り離すことができないテーマが認知症です。

### 高齢者 ＝ 認知症の高齢者が増える

2025年 約471.6万人の認知症患者が存在すると  
見込まれており、65歳以上の高齢者の約7人に1人が  
認知症であることを示しています。

また、2025年度版高齢者白書によると、

2040年 認知症患者約584.2万人、MCI 612.8万人になると予想されて  
います（約5人に1人が認知症あり）

この問題に対して、日本政府は「施策推進大綱」を策定し、認知症の  
早期発見・診断、予防、治療、介護などの総合的な取り組みを進めて  
おり、認知症に対する理解を深めるための啓発活動や、認知症を早期  
に気づくための検診の実施などが行われています。

しかし、認知症対策はまだ不十分であり、一人ひとりが認知症につい  
て正しい知識を持ち、予防や早期発見に努めることが重要です。

### 【認知症予防に効果的な生活習慣】

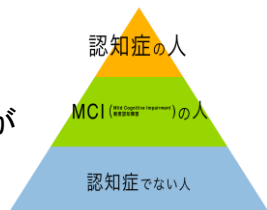
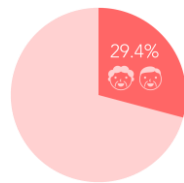
①運動②食事③脳トレ④睡眠⑤社会交流

特に重要なのが“**食生活**”！！

地中海式食事法や和食中心の生活が、  
認知症予防に効果的とされています。



入院生活の中でも予防に努め、悪化・進行などに気をつけましょう。



## 熊本県感染症情報（週報）を活用しましょう

### 感染管理認定看護師 上土井 麻紀

熊本県内では9月にインフルエンザが流行期に入り、去年より1か月ほ  
ど早い流行期入りだそうです。熊本県感染症情報をご存じですか？県内  
で患者がどのくらい発生したのかを調査・集計されたデータが、原則毎週木  
曜日の15時頃に、前週の（月曜日～日曜日）分をホームページにて  
公表されています。

「熊本県感染症情報」や「熊本県週報」と入力・検索すると以下が  
表示されます。

令和7年(2025年)分・

- 令和7年(2025年)第40週 令和7年(2025年)9月29日～令和7年10月5日感染症発生動向 (PDFファイル:719KB)

令和7年10月9日

### 熊本県感染症情報（第40週：9/29～10/5）

#### 腸管出血性大腸菌感染症（EHEC）に注意しましょう

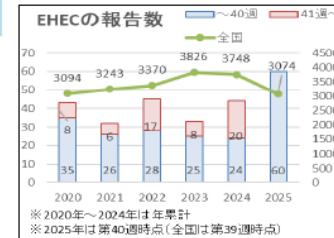
○今週（第40週）の報告数は2件で、今年の累計は60  
件となりました。県内では、10月に、今年2例目とな  
る、溶血性尿毒症症候群（HUS）を発症した患者が発  
生しており、注意が必要です。

○腸管出血性大腸菌感染症は、激しい腹痛をとまなう複数  
回の下痢の後に血便が現れます。特に、子どもや高齢者  
は、HUS・脳症などの重篤な合併症を起こす場合があ  
るため、注意が必要です。

○「トイレ後や調理前に必ず手洗いをする」「食品を十分に加熱する」「調理器具を清潔  
に保つ」などの感染対策を心がけましょう。

#### 百日咳に注意しましょう

○今週の報告数は11件で、今年の累計は934件になりました。県内では、9月末に、新たに重症  
患者が発生しており、注意が必要です。



各週ごとや、県内の保健所別の患者数の増減や感染流行状況も公表  
されています。また、注意が必要な疾患の症状や感染経路、対処方  
法などが記載されており、勉強にもなりますよ。

インフルエンザ様疾患による学級閉鎖等についてもアップされて  
います。情報をキャッチして感染対策を行いましょう☆

