



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 篠 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います。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。

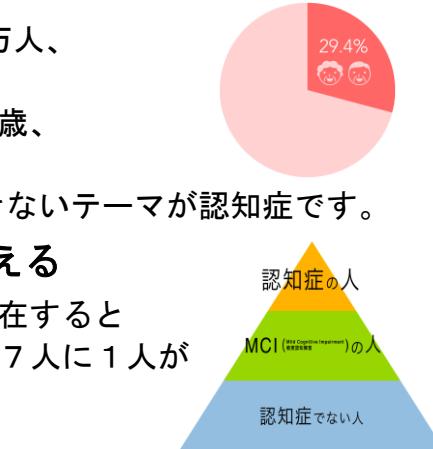
しかし、認知症対策はまだ不十分であり、一人ひとりが認知症について正しい知識を持ち、予防や早期発見に努めることが重要です。

【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、激しい腹痛をとも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☆彡

