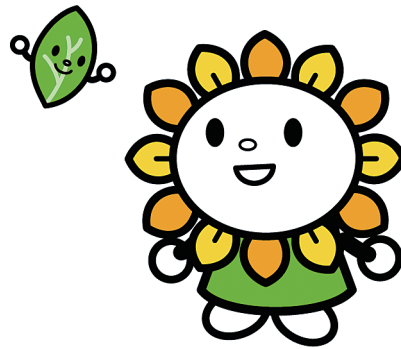


尾張旭市

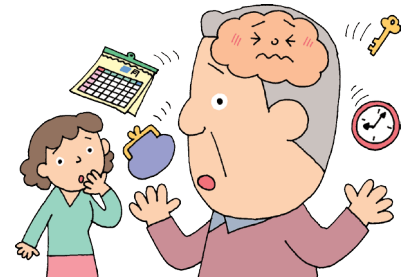
認知症 おたすけ パス



認知症は誰でもかかる可能性のある身近な病気です。怖がったりあきらめたりするのではなく、正しく知って、地域の資源を活用しながら自分らしく生活することが大切です。

引き続き地域で生活できるよう、この冊子をお役立てください。

認知症とはどんな病気？



認知症は脳の病気です

年を取れば誰でももの忘れなどをするようになりますが、認知症は老化ではなく、脳の病気です。記憶や思考などの能力が少しずつ低下して、日々の生活に支障が出るようになります。原因となる脳の病気や障害が出る脳の部位などによってさまざまな種類や症状があります。

もの忘れと認知症の違い

もの忘れ

記憶の帯



体験の一部を忘れる

- 体験や出来事の一部を忘れる。
- ヒントがあれば、忘れた部分を思い出すことができる。
- 忘れたことの自覚がある。

認知症

記憶の帯



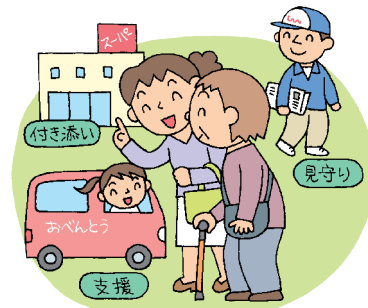
体験全体が抜け落ちる

- 体験や出来事のすべてを忘れてしまう。
- ヒントがあっても思い出せない。
- 忘れたことの自覚がない。

若年性認知症について

64歳以下の若い世代でも認知症になることがあり、若年性認知症と呼ばれています。若年性認知症になっても適切な支援を受けることで働き続けている方もいます。ひどいもの忘れなど、気になる症状があったときには早めに診断を受けることが大切です。

認知症の経過と対応



本人の状態

認知症の疑い

見守りがあれば 日常生活は自立

この時期の 本人の様子や症状

- もの忘れの自覚がある
- 新しいことを覚えるのが苦手
- ことばが出にくく「あれ」「これ」と言う
- 片付けが苦手になる
- ヒントがあれば思い出せる

- 同じことを繰り返し聞く
- 置き場所がわからず探しまわる
- 約束したことを忘れる
- 物を盗られたと話す
- 買い物で小銭が払えない
- 料理がうまくできない
- 不安・イライラ・抑うつ

本人の思いや 感じ方

- 色々なことが思い出しにくく、「何となくおかしい」と感じている。
- 周囲に指摘されてばかりで、落ち込んだり、疲れやすく感じたりする。
- 今までできていたことがやりにくくなり、不安になる。


こんな対応が うれしいです

- 自分でできることはやりたい。代わりにやるのではなく、ちょっと待ってほしい。
- やりたいことを続けられるように、応援してほしい。
- 認知症サポーターの証であるオレンジリングを、見えるところにつけてほしい。

周囲の人の 接し方のポイント

- 自信をなくさないように、うまくできていることは本人の役割として任せましょう。
- ゆっくり、短い言葉で、分かりやすく伝えましょう。
- 本人の記憶に残っていない出来事は、事実関係を説明しても納得するのは困難です。本人の気持ちが落ち着くような対応を工夫しましょう。

家族や周りの人の 心がけ

- 認知症という病気や介護について正しい情報を得て、理解を深めましょう。
〔参考〕政府広報オンライン“知っておきたい認知症の基本” → 
- 親族や親しい人には病気のことを伝えて、見守りの目を増やすことも考えましょう。
- 本人が今後どのような生活を希望しているか話し合っておきましょう（人生会議）。

認知症の経過のたどり方や必要な支援は、個人の状況によって違いがあります。
目安としてお読みください。



日常生活を送るには支援・介護が必要

常に介護が必要

- 季節に応じた服が選べない
- トイレの場所を間違える
- 外出先から帰宅できない
- 薬の管理ができない
- 電話や来訪者への対応がうまくできない
- 使い慣れた電化製品が使えない
- しょう油やドレッシング類の使い方や量をまちがえる

- 排泄の失敗が増える
- 一人で着替えができない
- 昼と夜との区別がつきにくい

- 日中うつらうつらしていることが多い
- ことばが減り、声掛けへの反応が少なくなる

- 歩行が不安定になる
- 飲み込みがしにくくなる

- 歩行が困難
- 食事を口からとりにくくなる

- できないことが増えて、不安や焦りを感じる。
- 慣れた場所でも、急に知らない場所のように感じ、戸惑うことがある。
- なぜ注意されたのかは覚えていないが、「注意されて嫌だった」「怖かった」という感情は覚えている。

- ことばで伝えるのは難しいが、「うれしい」「気持ちいい」「不快だ」という感情はある。

- 何かを決めるときには、家族とだけで相談せず、自分の意見を聴いてほしい。
- どうしたら良いのかを一つ一つ順番に、ゆっくり教えてほしい。
- 困っている様子なら「お困りですか」と正面から声をかけてほしい。

- 体調の変化を表現できないことがあるため普段と違う様子がないか気にかけてほしい。
- 笑顔で話しかけたり、スキンシップをしてほしい。

- 視線を合わせて、ゆったりと対応しましょう。
- できないことは割り切り、できることを大切にしましょう。
- 周囲に攻撃的な態度をとってしまうことがあります。本人の不安感に寄り添って対応するようにしましょう。

- 表情や動きから、本人の出すサインを考えてみましょう。
- 本人の気持ちが和む環境や関わりを考えてみましょう。

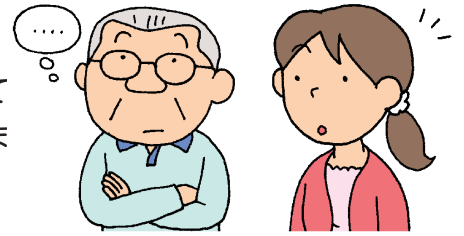
- 介護者自身の健康も大切にしましょう。
- 介護サービスや家族の交流会などを利用して、ご家族だけで抱え込まないようにしましょう。
- 外出時には名前や連絡先が分かるものを身につけておきましょう。

- 本人の視点にたって、延命処置や医療をどの程度行うのか家族で相談しておきましょう。

認知症の主な症状

脳の細胞が壊れることによって、様々な症状が起こり、それに伴って行動や心の状態に変化が出てきます。これらの変化に、本人が一番とまどい不安を感じています。

初期であれば、服薬等により進行を遅らせることも可能です。



主な症状

記憶障害

- 新しいことを覚えられない。

見当識障害

- 場所・時間・季節感が分からなくなる。

理解・判断力の低下

- 2つ以上のことが重なるとうまく処理できない。

実行機能の低下

- 計画を立て、段取りをすることができなくなる。

行動や心のようす

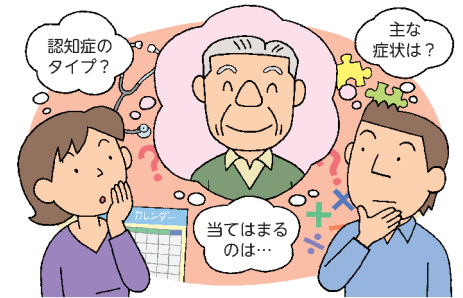
本人の性格や環境、人間関係などの要因がからみ合って、精神症状や日常生活における行動上の問題が起きてきます。

不安・焦燥・うつ状態・幻覚・妄想・はいかい・興奮・暴力・睡眠障害など

認知症にはこんなタイプがあります

認知症の原因となる病気の代表的なものは、以下の4種類です。

※症状は一例であり、全ての症状がみられるものではありません。



アルツハイマー型認知症

脳の神経細胞が徐々に減少し、脳が萎縮するために起こる病気。認知症で最も多いタイプ。

主な症状

- 最近のことを忘れる。
- 同じことを何回も言う。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血等により、脳細胞に十分な血液が送られずに、脳細胞が壊死する病気。

主な症状

- 脳のどの部分で障害が生じたかにより症状が異なる。
- 手足のマヒや歩行障害等を伴うことがある。

レビー小体型認知症

「レビー小体」というたんぱく質が脳の神経細胞にたまる病気。

主な症状

- 手足のこわばりや小刻み歩行等がみられる。
- 人物・動物・昆虫などのはっきりとした幻覚がある。

前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉を中心に徐々に萎縮する病気。

主な症状

- こだわりが強くなり、同じ行動を繰り返す。
- 自分の思いのままに行動することがある。

認知症と間違えやすい「うつ病」

高齢期は近親者との死別など「うつ病」になりやすい環境にありますが、うつ病による一時的な記憶力低下などを認知症の症状と間違えてしまうことがあります。正しい診断や治療のためにも、認知症が疑われる症状があったら早めに専門医を受診しましょう。

認知症の経過に応じて利用できる支援

本人の状態

認知症の疑い

見守りがあれば 日常生活は自立

相談したい	<ul style="list-style-type: none"> ◆市役所長寿課 ◆地域包括支援センター ◆地域相談窓口 ◆愛知県若年性認知症総合支援センター ◆愛知県認知症電話相談
受診したい	<ul style="list-style-type: none"> ◆かかりつけ医 ◆認知症サポート医 ◆専門外来(神経内科・もの忘れ外来等) ◆認知症疾患医療センター ◆認知症初期集中支援チーム
介護サービスを利用したい	<ul style="list-style-type: none"> ◆市役所介護保険課(要介護認定の申請) ◆地域包括支援センター(要支援の方の支援計画作成・相談)
健康を保ちたい	<ul style="list-style-type: none"> ◆あたまの元気まる ◆らくらく筋トレ体操等の地域の教室 ◆一般介護予防事業 ◆介護予防・生活支援サービス事業
外出・交流の機会がほしい	<ul style="list-style-type: none"> ◆シニアクラブ ◆サークル・趣味の活動 ◆自主グループ ◆高齢者教室(長寿学園) ◆シルバー人材センター ◆ミニデイサービス ◆おでかけガイド「いこまいか」 ◆市営バス(あさぴー号)・タクシーの利用料助成(80歳以上)
家事・生活の支援を受けたい	<ul style="list-style-type: none"> ◆シルバー人材センター ◆あさひ生活応援サービス ◆配食・給食サービス(手渡しによる安否確認) ◆民間の家事支援サービス
住まいや施設を考えたい	<ul style="list-style-type: none"> ◆軽費老人ホーム ◆グループホーム(要支援2以上) ◆サービス付き高齢者住宅 ◆有料老人ホーム
見守りを受けたい 一人歩きが心配	<ul style="list-style-type: none"> ◆ご近所の方 ◆自治会 ◆民生委員児童委員 ◆あんしん見守りネットワーク(ゆるも〜り) ◆緊急通報装置 ◆配食・給食サービス(手渡しによる安否確認)
介護の悩みを話したい 介護の仕方を知りたい	<ul style="list-style-type: none"> ◆認知症カフェ「かたろ〜な」 ◆あさひ介護者の集い ◆認知症サポーター養成講座 ◆家庭介護教室
お金や財産管理が心配	<ul style="list-style-type: none"> ◆日常生活自立支援事業 ◆法律相談 ◆消費生活センター

あなたへ.. 運転免許証の自主返納

運転に自信がなくなったら運転免許証を自分で返すことをお勧めします。自主返納後、申請により「運転経歴証明書」が交付されます(有料)。運転免許証に代わる公的な本人確認書類として利用することができます。

【申請場所】 運転免許試験場、各警察署 等

サービスの詳細は「尾張旭市高齢者福祉のしおり」「尾張旭市すこやか介護保険利用の手引き」「尾張旭市の元気応援ブック」をご参照ください。
利用にあたっては、市役所・地域包括支援センター・担当ケアマネジャー等にご相談ください。



日常生活を送るには支援・介護が必要

常に介護が必要

- ◆ 居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）、介護保険サービス事業所
- ◆ 認知症地域支援推進員

- ◆ 居宅介護支援事業所（要介護の方の支援計画作成・相談）
- ◆ 介護保険サービス事業所（通い・訪問・泊まりサービス、福祉用具の貸与や購入、住宅改修等）

- ◆ 自宅で医療サービスを受ける（訪問診療・訪問歯科診療・訪問看護・訪問薬剤師）
- ◆ もーやっこダイヤル（在宅医療に関する相談）

- ◆ 認知症カフェ「かたろ～な」
- ◆ 介護保険サービスを利用した外出・交流

- ◆ 移送サービス（要介護4・5）

- ◆ あさひ訪問収集（戸別ゴミ収集）
 - ◆ 紙おむつの給付・寝具クリーニング・調髪サービス（要介護3以上）

- ◆ 介護老人保健施設（老健：要介護1以上） ◆ 介護老人福祉施設（特養：要介護3以上）

※住まい・施設は認知症の程度や身体状況により変わります。

- ◆ 地域相談窓口 ◆ はいかい高齢者おかえり支援事業・シール事業
- ◆ 地域包括支援センター ◆ 位置検索装置（GPS）の初期費用助成

- ◆ 認知症介護家族交流会（笑顔の会）
- ◆ 認知症介護家族教室（家族支援プログラム）

- ◆ 成年後見制度

ご家族の方へ.. 一人での外出に備えましょう

認知症の早期の方でも、慣れた場所で道に迷う場合があります。見守りネットワークに事前に登録する・身近な人に前もって伝える等の見守りの目を増やしておくことが大切です。万が一、行方不明になった場合はすぐに警察に相談しましょう。



早期の発見が大切です

認知症は完治が難しい病気とされていますが、早期に発見し適切に対処すれば、その人らしい充実した暮らしを続けることができます。

特に、軽い記憶障害などはあっても日常生活は大きな支障がなく送れている軽度認知障害の段階で発見できれば、認知症への移行の予防や先送りができると言われています。



認知症の診察を受けたいとき

まずは「かかりつけ医」で受診を

認知症について心配事があれば、まずは「かかりつけ医」に相談しましょう。

- 本人の目の前で相談することが難しい場合は、状況を箇条書きにしたメモを受付等で事前に渡しておくなど工夫しましょう。
- 受診には本人の状況をよく知るご家族等が同行しましょう。



● お近くの「認知症サポート医」でも相談ができます

【認知症サポート医】

早期から地域の中で必要な医療や介護に繋がるよう案内役やパイプ役を担う医師

※ただし認知症サポート医は認知症専門医ではありませんので、くわしい検査、診断については専門外来へ受診する必要があります。

認知症サポート医 (認知症初期集中支援チーム医のみ掲載)

城山クリニック	☎ 51-1170
松尾医院	☎ 052-771-8017
しんたに医院	☎ 55-3577
日比野外科医院	☎ 54-8666
飯田クリニック	☎ 53-1711

- 認知症の診断ができる
- 「神経内科」「もの忘れ外来」等の
- 専門外来を受診する

- 事前に予約やかかりつけ医からの紹介状が必要な場合があります。

● 認知症疾患医療センターで受診する

- 事前にかかりつけ医からの紹介状・予約が必要です。

【認知症疾患医療センター】

認知症の鑑別診断・症状悪化時の対応等を行う専門医療機関。愛知医科大学病院等、愛知県内に14か所あり。

● 認知症初期集中支援チームに相談する

【認知症初期集中支援チーム】

早期診断・早期対応に向けた支援を行います。受診やサービス導入に、家族のみで対応が難しい場合は尾張旭市地域包括支援センターにご相談ください。

認知症かもと感じた時に家族から受診をすすめるコツ

「認知症かもしれない」という本人の不安は大きなものです。本人に自覚がない場合、受診はなおさら大変です。「認知症の検査をする」という直接的な表現は避け、「高齢期の健康チェック」などと伝え、なるべく不安をあおらない方法で誘ってみましょう。



このケアパスを
手にとって
くださった方へ

ひとりで悩んでいませんか？
聞かせてください、あなたの思いを。
あなたはひとりじゃない。
今までどおり尾張旭市で暮らせるように、まずはご相談ください。



尾張旭市の高齢者に関する主な相談窓口

名称	電話	主な相談内容	受付時間 平日(土日・祝日・年末年始は除く)
尾張旭市役所			
長寿課	76-8143	高齢者向けの事業	8:30~17:15
介護保険課	76-8144	要介護認定の申請	
尾張旭市 地域包括支援センター	55-0654	高齢者の総合相談 認知症初期集中支援チーム あんしん見守りネットワーク「ゆるも〜り」	8:30~17:15
地域相談窓口 (小学校区別3カ所)		地域の身近な場所での 相談窓口	
・敬愛園	53-9507	旭・城山・白鳳小学校区	8:30~17:15
・アメニティあさひ	51-5222	東栄・旭丘・三郷小学校区	
・サンヴェール尾張旭	52-2992	渋川・本地原・瑞鳳小学校区	
尾張旭市 社会福祉協議会	54-4540	あさひ生活応援サポーター おむつ給付	8:30~17:15
瀬戸旭医師会 もーやっこダイヤル	21-8822	在宅医療に関する相談	9:00~17:00
尾張東部権利擁護 支援センターあすライツ	75-5008	成年後見制度の相談	9:00~17:00
尾張旭市 消費生活センター	53-2111	消費者トラブル	〈月・水・金〉 9:00~12:00 〈火・木〉 13:00~16:00
守山警察署	052-798-0110	行方不明 詐欺にあった	—————
愛知県若年性認知症 総合支援センター	0562-45-6207	65歳未満で発症した 認知症の方の相談	月~土 10:00~15:00
愛知県認知症電話相談	0562-31-1911	介護経験者による電話相談	10:00~16:00