



認知症

オレンジガイド

このパンフレットは、認知症の人とその家族が、地域や社会とつながりやすくするための「道しるべ」です。認知症があっても、家族や友人・ご近所の人たちと一緒に、地域の中で自分らしく暮らせるようこの冊子をお役立てください。

認知症とともに生きるお二人の声を紹介します

私は、皆さんよりちょっと先に
認知症になりましたが、
楽しく自分らしく過ごしています。
認知症も怖くないんだなということが
分かってもらえたらいいな。



第二期愛知県認知症希望大使
近藤 葉子 さん

認知症になっても楽しむことが大事。
頑張ろうとするより、
楽しむことをどうやってやるか。
そうすると、いろんなことが、
もっといい方向にいくと思っています。



第二期愛知県認知症希望大使
土赤 伸生 さん

愛知県認知症希望大使とは

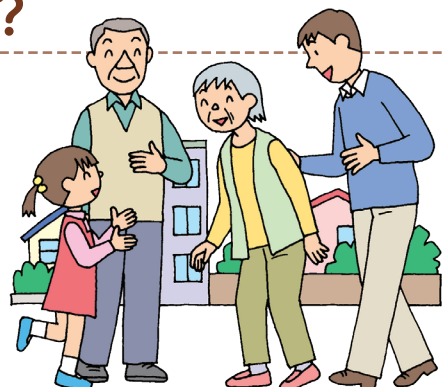
認知症の正しい理解を広めるため、2021年7月に、愛知県が2名の認知症のかたご本人に委嘱したものです。2024年4月1日から2期目の大使として、近藤さんと土赤さんが活動されています。大使は「認知症に理解の深いまちづくり」に向けて、「認知症とともに生きる」姿を発信しています。

「新しい認知症観」を知っていますか？

認知症になると、何もできなくなると思いませんか。

「新しい認知症観」とは、「認知症になってからも、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等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という考え方です。

認知症は、誰もがなる可能性があります。「他人ごと」ではなく、「自分ごと」として捉え、認知症のかたやその家族の気持ちに寄り添い、ともに支え合える社会をつくっていきましょう。



認知症の主な症状

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が影響を受け、働きが悪くなってしまったために様々な変化が起こり、生活するうえで支障が出ている状態（およそ6カ月以上継続）をいいます。

認知症の原因となる病気により、どのような症状が出てくるのかに違いはありますが、苦手になることが増えてきます。それに伴って、行動や心の状態に変化が生じることがあります。

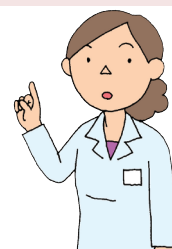
苦手になりやすいこと(例)

- 最近の出来事を記憶する
- 日付や時刻を理解する
- 予期していないことに対応する
- 複数のことを同時に判断する
- 計画を立てて実行する

行動や心の状態の変化(例)

- 不安や焦りが強まる
- 気持ちが落ち込む
- 感情の起伏が激しい
- 衝動的に行動する
- 昼夜逆転する

認知症を引き起こす代表的な病気



認知症の原因となる病気には、いくつか種類があります。

▶ アルツハイマー型認知症

脳内に「アミロイドβ」というたんぱく質がたまり、神経細胞が影響を受け、脳に萎縮がおこる。

主な症状(例)

- 最近のことから思い出しにくくなる。
- 確認を繰り返すことが多い。

▶ 脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などにより、脳細胞に十分な血液が送られずに障がいが残る。脳血管障がいがおこるたびに段階的に進行する。

主な症状(例)

- 脳の影響を受けた部分により症状が異なる。

▶ レビー小体型認知症

脳内に「レビー小体」というたんぱく質がたまり、神経細胞が影響を受ける。

主な症状(例)

- 手足の震えや、筋肉のこわばり、歩幅が小刻みになるなどの変化が現れることが多い。
- 人物・動物・昆虫など、実在しないものがはっきりと見えることがある。

▶ 前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉で、神経細胞が減少して脳が萎縮する。

主な症状(例)

- 感情が抑えにくくこだわりが強くなりやすいタイプや、言葉の意味の理解が苦手になるタイプなどがある。

若年性認知症について

65歳未満で認知症を発症した場合は、若年性認知症とされます。病気に加えて、現役世代ならではの悩みがある場合もあります。就労を続けたり経済的な支援を受けたりするためには、早期診断が重要です。

若年性認知症総合支援センターや障がい者基幹相談支援センターなどの専門職につながることも有効です。

🌸 早めに相談・受診をしましょう

認知症と診断されたら、原因疾患に合わせた治療を受けることにより、進行を緩やかにできる場合があります。また、認知症のような状態を引き起こしている別の病気が見つかり、治療につながることもあります。

大切なのは認知症と診断されたあとの暮らしです。自分ひとりでかかえこまず、家族や身近な人、相談機関のスタッフ等と一緒に仲間や支援者を探し、これからの暮らしを考えていきましょう。



🌸 診察を受けたいときは

まずは「かかりつけ医」に相談を

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。

- 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。
- 医師に落ち着いて伝えられるように、状況を箇条書きにしたメモを用意すると安心です。

受診にあたってまとめておくと良い内容

- 気になる症状とそれが始まった時期
- 生活に支障が出ており心配なこと
- 今までかかったことのある病気
- 飲んでいる薬の情報
- 医師に相談したいこと

お近くの「認知症サポート医」でも相談ができます

認知症サポート医とは、早期から地域の中で必要な医療や介護につながるよう案内役やパイプ役を担う医師です（※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、状態に応じて専門の病院を紹介されることがあります）。

認知症サポート医

- 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 ☎54-8666
- 飯田クリニック ☎53-1711

(認知症初期集中支援チーム医のみ掲載)

認知症の診断ができる「脳神経外科」「神経内科」「精神科」「老年科」「もの忘れ外来」などがあります

近辺の専門外来

(かかりつけ医からの予約・紹介状が必要)

旭ろうさい病院 脳神経内科 認知症外来	尾張旭市
公立陶生病院 脳神経内科 もの忘れ外来	瀬戸市

上記の他に、本人・家族が予約可能な病院・クリニックがあります。

認知症疾患医療センターがあります

認知症疾患医療センターとは、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です。

近辺の認知症疾患医療センター

- 愛知医科大学病院 長久手市
(かかりつけ医からの予約・紹介状が必要)
- もりやま総合心療病院 守山区
(本人・家族が予約可能)
- 藤が丘さくらなみきクリニック 名東区
(本人・家族が予約可能)

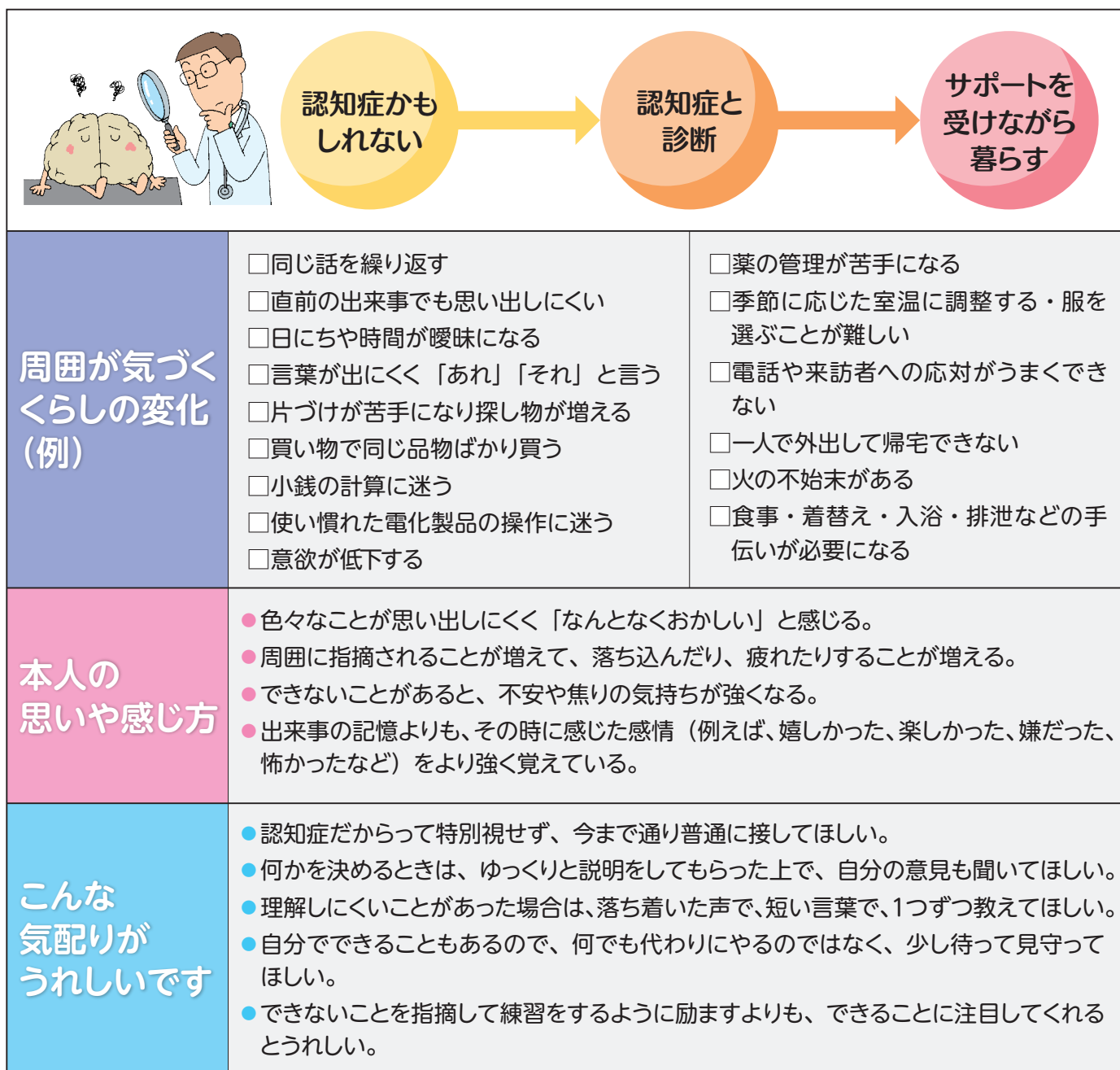
認知症初期集中支援チーム

早期診断・早期対応に向けた支援を行います。本人が受診やサービス導入に対して消極的などの理由で、家族のみで対応が難しい場合は、地域包括支援センターにご相談ください。

(病院の情報は令和8年3月現在)

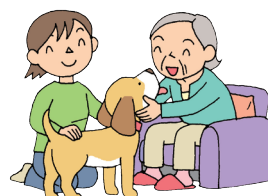
認知症の進行に伴う変化（例）

進行の仕方は原因となる病気や人によって違います。経過は個人差が大きく、進行の速さもさまざまです。



介護をされているかたへ

認知症の介護で介護家族が精神的にもっとも大変なのは初期から中期です。この時期の認知症の人との関わりはとても難しく、「怒らないで優しく」と言われても、そう簡単に対応できるものではありません。ぜひ介護者交流会に参加してみましょう。介護のコツが学べ、困っているのは自分だけではなかったと気持ちも楽になります。そして何より介護は介護者の健康があってこそです。一人で抱え込まないで介護サービスを利用し、認知症の人と離れる時間を作りましょう。頑張りすぎないことがよりよい介護につながります。そしてぜひ自分の人生を楽しむことにも時間を使いましょう。



公益社団法人 認知症の人と家族の会 理事／愛知県支部代表 尾之内 直美さんより



認知症の人とともにある家族の権利宣言

活用できる制度やサービス

各サービスの問い合わせ先の番号は、7ページの番号と対応しています。



元気なときからできること

参加できる場所は

- **認知症カフェ「かたろ～な」** 問合せ①⑦
地域にお住まいのかた、どなたも参加可能。
- **あさひおでかけガイドいこまいか** 問合せ⑦
地域のサロンや認知症に対応しているサロンを掲載した冊子。
- **介護予防のための教室** 問合せ①
栄養講座・お口のケア講座・もりもり回復プログラム（総合体育館トレーニング室の運動プログラムを作成する事業）・買い物リハビリ・摂食嚥下障害予防教室等。
- **高齢者教室（長寿学園）** 問合せ①
60歳以上のかたを対象とした講話とクラブ活動。

あたまの健康づくりをしたいときは

- **あたまの元気まる** 問合せ③
VR装置を用いて、認知機能の低下をチェックする。MCI（軽度認知障がい）のリスクが分かる。
- **らくらく脳の健康教室** 問合せ⑨
「読み書き」「計算」「すうじ盤」の教材を使った脳の健康づくり教室。
- **脳力アップ教室** 問合せ①
認知症予防のための運動や脳トレを行う教室。

今できる「備え」をしたいときは

- **緊急通報装置の設置** 問合せ①
65歳以上のひとり暮らしのかたが対象 設置した機器を介して通報を受けた警備会社の警備員が駆けつける。
- **あんしん見守りネットワークゆるも～り** 問合せ⑦
日常的に見守りが必要なかたに、登録ナンバー入りのキーホルダーを配布。
- **運転免許証自主返納支援制度** 問合せ⑤
65歳以上 80歳以下の自主返納したかたを対象に、尾張旭市営バス回数券（11枚つづり2冊）を交付。
- **運転免許返納後の生活の検討** 問合せ⑦
「移動に関する便利情報」「暮らしのお買い物便利情報」など、役立つ情報をまとめたチラシを配布。
- **特殊詐欺対策装置購入費補助金** 問合せ⑤
65歳以上のかた対象 特殊詐欺対策装置の購入費の1/2を助成（上限5000円）。
- **日常生活用具の給付または貸与** 問合せ①
心身機能低下に伴い防火の配慮が必要なひとり暮らしのかたに、電磁調理器や火災報知器や自動消火器を給付または貸与。

「人生会議」は元気なうちから何度でも

万が一の時に備え、自分にとって大切なこと・自らが希望する医療やケアなどを前もって考え、身近な人と話し合い共有することを人生会議と言います（人生会議について知りたいかたは瀬戸旭医師会に問合せ、エンディングノートは長寿課で配布）。

地域のみなさんに知ってほしいこと



認知症について学びたいときは

- **認知症サポーター養成講座** 問合せ⑦
認知症を理解し、認知症のかたやその家族を見守り支援するため、適切な対応を学ぶための講座。

チームオレンジが活動しています 問合せ①

認知症の人や家族の「ちいさな望み」に対し実際に支援する仕組み。研修を受けたオレンジサポーターが、認知症カフェでのボランティア活動や、認知症の正しい知識を普及・啓発する活動などに取り組んでいる。

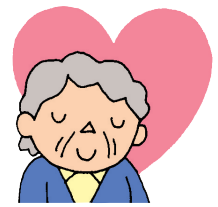
道に迷っている人に出会ったときは

- **守山警察署に連絡を** 問合せ⑩
警察官が到着するまで、落ち着いて過ごせるように、すぐそばで見守ることが大切。

高齢者おかえり支援サポーターに登録を 問合せ①

市内で行方不明の高齢者が発生した際に、捜索協力依頼のメールを受け取り、可能な範囲で捜索のための情報提供にご協力いただくかたを募集中。携帯電話等のメールアドレスの事前登録が必要。

心配ごとが出てきても、安心して暮らすために



相談したいときは

- 市役所長寿課長寿支援係 問合せ①
- 地域包括支援センター 問合せ⑦
- 地域相談窓口 問合せ⑧
3カ所ともに、高齢者に関する相談ができる。
- 愛知県若年性認知症総合支援センター 問合せ⑬
若年性認知症に特化した相談ができる。
社会保障制度や支援機関とつながるための助言を受ける。
- 市役所地域福祉課障がい福祉係 問合せ④
若年性認知症の自立支援医療受給者証の申請、
精神障害者保健福祉手帳の取得の相談ができる。
- 障がい者基幹相談支援センター 問合せ⑫
障がいがあるかたへの福祉サービスや福祉的就
労に関する相談ができる。
- 愛知県認知症電話相談 問合せ⑭
認知症のかたやその家族むけの電話相談窓口。
認知症の介護経験者に相談ができる。
- 瀬戸旭医師会もーやっこダイヤル 問合せ⑩
在宅医療に関する相談ができる。
- 尾張旭市消費生活センター 問合せ⑮
購入した商品・サービス・契約に関するトラブル
などの問題解決のための助言を受ける。
- 法律相談 問合せ⑥
法律問題について弁護士に相談できる。

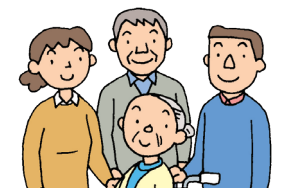
暮らしのサポートを受けたいときは

- 市役所長寿課介護保険係 問合せ②
介護サービス利用に必要な要介護認定の申請を
する。
- 地域包括支援センター 問合せ⑦
介護サービス（訪問・通所・泊り・福祉用具レ
ンタルなど）や施設入所、地域資源等の相談が
できる。介護予防のための活動の相談ができる。
- あさひ生活応援サービス 問合せ⑨
生活応援サポーターによる有償の生活支援を受
ける。

手続きやお金の管理の心配があるときは

- 日常生活自立支援事業 問合せ⑨
福祉サービスを利用する際の手続きや契約、お
金の出し入れ、預金通帳の預かりなどの手助け
を受ける。
- 成年後見制度 問合せ⑪
判断能力の不十分なかたは、財産を管理したり、
契約を結んだりすることなど、自分するのが難
しい場合があります。このようなかたを保護し、
支援するのが成年後見制度です。

本人を支える周囲の人が元気であるために



支える側も元気でいてください

- 認知症介護家族交流会（笑顔の会）問合せ⑦
介護者同士でお互いに悩みを相談する交流会。
- 認知症介護家族教室（家族支援プログラム）
問合せ⑦
介護者が認知症の基本的な知識や介護の仕方等
を学ぶ教室。
- あさひ介護者の集い 問合せ⑦
介護者がリフレッシュするための集い（講座や座
談会）。
- 家庭介護教室 問合せ⑨
介護に関する知識や技術を学ぶ教室。

ひとりでの外出に備えましょう

- はいかい高齢者おかえり支援事業 問合せ①
行方不明になった場合に、メール配信により協
力事業所及びサポーターに捜索協力を要請する。
- はいかい高齢者おかえり支援シール交付事業
問合せ①
市の名前と二次元コードが印刷されたシールを配
布 シールは行方不明になる心配のあるかたの
衣類・靴・杖などに張り付けておく 行方不明時、
発見者がスマートフォンで二次元コードを読み込
むと、登録者とチャット形式でやり取りができる。



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・サービス内容
尾張旭市役所		
① 長寿課 長寿支援係	☎76-8143	● 高齢者向けの事業
② 長寿課 介護保険係	☎76-8144	● 要介護認定の申請
③ 健康課 健康増進係	☎55-6800	● あたまの元気まる（要予約）
④ 地域福祉課 障がい福祉係	☎76-8142	● 自立支援医療受給者証の申請 ● 精神障害者保健福祉手帳の取得の相談
⑤ 市民活動課 交通防犯係	☎76-8128	● 特殊詐欺対策装置購入補助助成 ● 運転免許自主返納
⑥ 暮らし政策課 多様性推進係	☎76-8125	● 法律相談（要予約）
地域包括支援センター（市内2カ所）		● 高齢者の総合相談 ● 認知症初期集中支援チーム
⑦ 尾張旭市地域包括支援センター（尾張旭市社会福祉協議会内）	☎55-0654	● 旭・東栄・渋川・城山・白鳳・旭丘・三郷小学校区を担当
尾張旭市地域包括支援センターサンヴェール尾張旭	☎56-4020	● 本地原・瑞鳳小学校区を担当
地域相談窓口（市内3カ所）		● 地域の身近な場所での相談窓口
⑧	敬愛園	☎53-9507 ● 旭・城山・白鳳小学校区を担当
	アメニティあさひ	☎51-5222 ● 東栄・旭丘・三郷小学校区を担当
	サンヴェール尾張旭	☎56-4020 ● 渋川・本地原・瑞鳳小学校区を担当
⑨	尾張旭市社会福祉協議会	☎54-4540 ● 日常生活自立支援事業 ● らくらく脳の健康教室
		☎55-7071 ● あさひ生活応援サービス
⑩	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
⑪	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 ● 尾張旭市役所での巡回相談（第1週・木曜日：要予約）
⑫	尾張旭市障がい者基幹相談支援センター	☎76-8140 ● 障がい福祉サービスや福祉的就労に関する相談
⑬	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かたの相談
⑭	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
⑮	尾張旭市消費生活センター	☎53-2111 月・水・金曜日 10時～13時 火・木曜日 13時～16時 ● 消費者トラブルの相談
⑯	守山警察署	☎(052)798-0110 ● 行方不明や詐欺などの相談

エムシーアイ MCI (軽度認知障がい) という状態もあります

MCI(軽度認知障がい) は、認知症と健常な状態の「中間のような状態」です。記憶障がいなどの軽度の認知機能の低下が見られるものの、日常生活には支障をきたしていない状態です。

MCIと診断された人は、必ずしも認知症に移行するとは限りません。この状態でとどまっている人や健常に戻る人も多く報告されています。MCIの段階で診断を受け、脳の活性化や生活習慣の改善に取り組むことが大切です。



元気なときから「自分らしい暮らし」を心がけましょう

- 健康づくりが大切です。市の健診を受け健康状態を確認しましょう。
内科だけでなく、目・耳・歯・骨密度なども定期的にチェックすることが大切です。
- 規則正しい生活を送り、散歩などの軽い運動を習慣づけましょう。
- できるだけいろいろな食品を食べるよう、心がけましょう。
- 人と話す機会を増やしましょう。興味があることにチャレンジし、仲間を増やしましょう。
- 外出習慣や日課の維持は大切です。今できていることは、続けられるように工夫しましょう。



高齢者の相談窓口のご案内

尾張旭市地域包括支援センター

住所：尾張旭市新居町明才切57番地
尾張旭市保健福祉センター 1階
(尾張旭市社会福祉協議会内)

電話番号：0561-55-0654
担当学区：旭・東栄・渋川・城山・白鳳
旭丘・三郷小学校区

尾張旭市地域包括支援センター サンヴェール尾張旭

住所：尾張旭市南栄町黒石48番地1
(特別養護老人ホーム サンヴェール尾張旭 1階)

電話番号：0561-56-4020
担当学区：本地原・瑞鳳小学校区

尾張旭市認知症ケアパス
(令和8年4月発行)

作成：尾張旭市健康福祉部長寿課、尾張旭市認知症地域支援推進員
発行：尾張旭市健康福祉部長寿課、尾張旭市地域包括支援センター