

# 伊万里市認知症

## あんしんガイドブック

(認知症ケアパス)

認知症は、誰でもなる可能性のある身近な病気です。

この冊子は、認知症の方とその家族の不安を少しでも軽くできるように、認知症になっても安心して伊万里市で暮らし続けられるための大切な情報をまとめたものです。

認知症の方を介護されている人も、今後認知症が心配な人も、まだ認知症についての十分な知識がない人も、ぜひ手に取ってみてください。

編集・発行：伊万里市地域包括支援センター

作成日：令和5年10月

# もくじ

|                               |          |
|-------------------------------|----------|
| 認知症を知ろう                       | P 1      |
| ◇加齢による「もの忘れ」と認知症の「記憶障がい」の違い   | P 1      |
| ◇認知症の原因                       | P 1      |
| ◇認知症の症状                       | P 2      |
| <hr/>                         |          |
| 認知症を早く見つけよう ～認知症チェック～         | P 2      |
| <hr/>                         |          |
| 相談をしてみよう                      |          |
| ◇早期に発見することのメリット               | P 3      |
| ◇医療機関一覧                       | P 4      |
| <hr/>                         |          |
| 認知症の方や家族を支援する体制 ～知っておくと安心なこと～ |          |
| ◇地域の相談窓口                      | P 5～P 6  |
| ◇予防のための教室、サロン、講座など            | P 6～P 7  |
| ◇生活支援サービス                     | P 7～P 8  |
| <hr/>                         |          |
| 家族の気持ちの変化                     | P 9      |
| ◇「認知症」の人のために家族ができる10か条        | P 9～P 10 |
| <hr/>                         |          |
| 認知症の人への接し方                    | P 11     |
| <hr/>                         |          |
| 伊万里市認知症ケアパス                   | P 12     |



# 認知症を知ろう

「認知症」とは、さまざまな原因で脳の細胞が減ってしまったり、働きが悪くなることによって、さまざまな障がいなどが起こり、社会生活や日常生活に支障が出ている状態（およそ6か月以上継続）をいいます。

## ●「加齢によるもの忘れ」と認知症の「記憶障がい」との違い

| 加齢によるもの忘れ             | 認知症の「記憶障がい」                     |
|-----------------------|---------------------------------|
| 一部を忘れる<br>例) 朝ご飯のメニュー | すべてを忘れている<br>例) 朝ご飯を食べたこと自体を忘れる |
| もの忘れの自覚がある            | もの忘れの自覚がない                      |
| 約束をすっかり忘れてしまう         | 約束したこと自体を忘れてしまう                 |
| 曜日や日付を間違えることがある       | 月や季節を間違えることがある                  |

参考「認知症サポーター養成講座標準教材」

## ● 認知症のタイプ

認知症は、原因によって症状のあらわれ方などに特徴があります。主な病気は以下のとおりです。

参考「Orange Café 認知症カフェまにゅある」

### アルツハイマー型認知症

- もの忘れから始まる場合が多い
- 作業の段取りが苦手になる
- 今までスムーズに出来ていたことにミスが目立つ
- ごまかしや取り繕いがみられる

### 脳血管性認知症

- 脳梗塞や脳出血などが原因で発症
- もの忘れや言語障がいなどが現れやすい
- 早期から歩行障がいが出やすい

### レビー小体型認知症

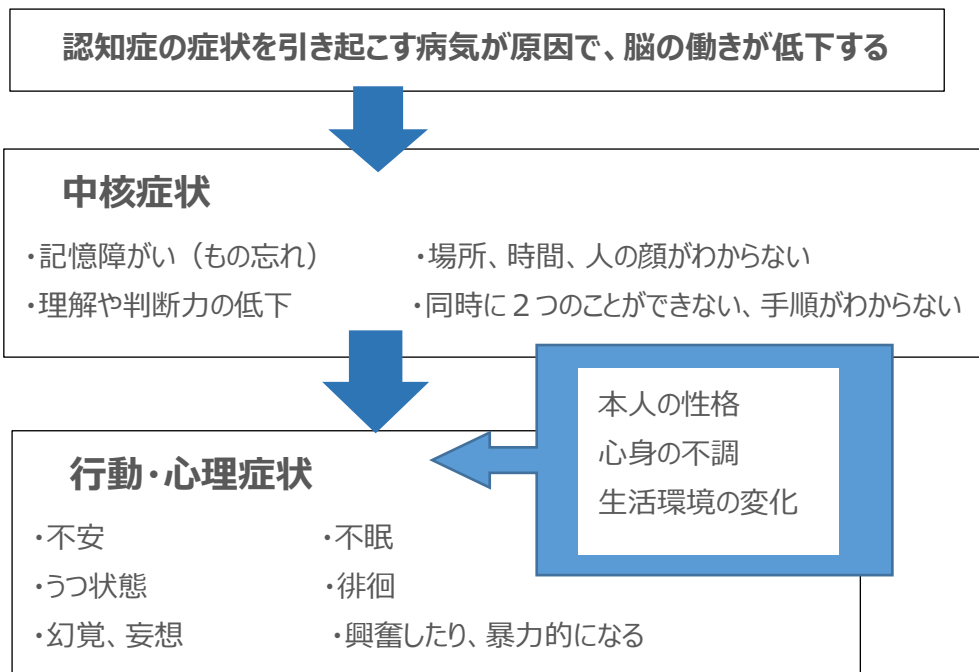
- そこにはないものが見える（幻視）
- その時々による理解や感情が変化する
- ぎこちない動作になる、体が硬くなる、小刻み歩行（パーキンソン症状）等がみられる
- 大声での寝言や行動化が起こる（レム睡眠障がい）

### 前頭側頭型認知症

- 会話中に突然立ち去る、万引きをする  
同じ行為を繰り返すなどの症状がみられる
- 興奮しやすく、性格の変化がみられる

高齢者では認知症の病気が複数重なることもあります。さらに働き盛りの世代でも発症するおそれもあることから、認知症は誰にでも起こりうる病気と言えます。

## ● 認知症の症状



## 認知症を早く見つけよう

参考「公益社団法人認知症と家族の会 HP」

|             |   |   |
|-------------|---|---|
| もの忘れがひどい    | <input type="checkbox"/> 同じことを何度も言う・聞く・する<br><input type="checkbox"/> 切ったばかりの電話の相手の名前を忘れる<br><input type="checkbox"/> いつも探し物をしている<br><input type="checkbox"/> 財布・通帳・衣類などが盗まれたと人を疑う    |  |
| 理解・判断力が衰える  | <input type="checkbox"/> 料理・片づけ・計算・運転等のミスが多くなった<br><input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない<br><input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない<br><input type="checkbox"/> テレビ番組の内容が理解できなくなった       |  |
| 時間・場所が分からない | <input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違える<br><input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある  |   |
| 人格が変わる      | <input type="checkbox"/> ささいなことで怒りっぽくなった<br><input type="checkbox"/> 周りへの気遣いがなくなり、頑固になった<br><input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする<br><input type="checkbox"/> 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた |  |
| 不安感が強い      | <input type="checkbox"/> 1人になると怖がったり、寂しがったりする<br><input type="checkbox"/> 外出時、持ち物を何度も確かめる<br><input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える  |  |
| 意欲がなくなる     | <input type="checkbox"/> 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった<br><input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった<br><input type="checkbox"/> ふさぎこんで何をするのも億劫がり嫌がる                                      |  |

# 相談をしてみよう

認知症の早期の発見、早期の受診・診断、早期の治療はその後の生活を大きく左右する大切なことです。「このぐらいは誰にでもある」「治らないものだから」と思っているかもしれませんが、早期に受診し診断を受けることで、その人らしい充実した暮らしを続けやすくなります。



## ● 早期に発見することのメリット

### ① 認知症のような症状でも治る病気であったり、一時的な場合もある。

正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、不適切なお薬の使用などの要因がある場合があります。また、認知症の前段階である軽度認知症（MCI）の状態であれば、回復したり、発病がゆっくりになることもあります。

\* MCI とは…もの忘れは目立つものの社会生活や日常生活に支障をきたしていない状態。

### ② 認知症の進行を緩やかにする

治療やサポートを行うことで、症状の進行をゆっくりにしたり、行動・心理症状（怒りっぽさ等）を予防・軽減することが期待できます。

### ③ 事前にいろいろな準備ができる

本人や周りの人が、生活での困りごとに対応しやすくなります。本人の想いを尊重しながら、一緒に治療や今後のことを考えていくことができます。

## ● 認知症かもしれない？と思ったら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。

① いつ頃から症状がでたのか ② 過去の病歴



③ お薬ノート ④ 1日の過ごし方 ⑤ 介護保険申請の有無  
がわかるように準備しておくと話がスムーズです。

## ● かかりつけ医がいないときはどうしたらいい？

① 地域包括支援センター（☎ 23-2122）や  
お住いの地区の在宅介護支援センター（P5）



② 佐賀県認知症コールセンター（☎ 0952-37-8545）へご相談ください。

●市内のもの忘れ外来・脳神経外科・精神科

| 医療機関名                  | 問い合わせ先                          | 認知症サポート医が<br>いる医療機関 |
|------------------------|---------------------------------|---------------------|
| おげきホームクリニック<br>(伊万里地区) | 伊万里市蓮池町58<br>☎0955-25-8030      | ★                   |
| 堀田病院<br>(立花地区)         | 伊万里市立花町2974-5<br>☎0955-23-3224  | ★                   |
| 山のサナーレ・クリニック<br>(立花地区) | 伊万里市立花町323-2<br>☎0955-22-2128   |                     |
| 小島病院<br>(黒川地区)         | 伊万里市黒川町塩屋205-1<br>☎0955-27-2121 | ★                   |
| 小島医院<br>(波多津地区)        | 伊万里市波多津町辻5441<br>☎0955-25-0038  | ★                   |
| 山元記念病院<br>(二里地区)       | 伊万里市二里町八谷搦88-4<br>☎0955-23-2166 | ★                   |
| 立石医院<br>(東山代地区)        | 伊万里市東山代町里111-1<br>☎0955-28-0007 | ★                   |
| 西田病院<br>(山代地区)         | 伊万里市山代町楠久890-2<br>☎0955-28-1111 |                     |
| 伊万里有田共立病院<br>(有田町)     | 西松浦郡有田町二ノ瀬甲860<br>☎0955-46-2121 | ★                   |

●佐賀県認知症疾患医療センター

| 医療機関名                 | 問い合わせ先   |
|-----------------------|--|
| 堀田病院<br>(伊万里市)        | 相談受付 9時00分～17時00分(土日・祝日を除く)<br>☎0955-29-8210(直通) |
| 河畔病院<br>(唐津市)         | 相談受付 9時00分～17時00分(土日・祝日を除く)<br>☎0955-77-1615(直通) |
| 佐賀大学医学部付属病院<br>(佐賀市)  | 相談受付 8時30分～17時00分(土日・祝日を除く)<br>☎0952-34-3838(直通) |
| 肥前精神医療センター<br>(吉野ヶ里町) | 相談受付 8時30分～17時00分(土日・祝日を除く)<br>☎0952-52-3231     |
| 嬉野温泉病院<br>(嬉野市)       | 相談受付 8時30分～17時00分(土日・祝日を除く)<br>☎0954-43-0003     |

●佐賀県認知症コールセンター

佐賀県若年性認知症支援センター ☎ 0952-37-8545

佐賀県では認知症の方と家族が抱える、認知症の症状や介護、精神的な悩みを、認知症介護経験のある相談員がお聞きします。若年性認知症支援コーディネーターを配置し、相談に応じています。

相談受付 月～金曜日 10時～16時(祝日及び12/29～1/3除く)

# 認知症の方や家族を支援する体制

## ～知っておくと安心なこと～

認知症の診断後も、家族や地域の人たち、周りの手助けがあれば、住み慣れた自宅での生活を続けることができます。介護保険サービスや福祉サービスなどを上手に組み合わせて、活用していきましょう。認知症が進行し、症状が変化する中で、認知症の症状に応じて、いつ、どこで、どのような医療や介護サービスなどを受けるべきかの概略をまとめた『**認知症ケアパス**』（P12）もあります。個人により認知症の状況は異なりますので、今後、予測される状態の変化の目安として参考にしてみてください。

### 相 談

### 介護や生活支援などについて

#### ①伊万里市地域包括支援センター 立花町 1355 番地 1

高齢者の相談窓口として、市役所長寿社会課内に設置しています。地域包括支援センターでは、

- 高齢者に関する相談や悩み、福祉や医療、その他の相談を伺います
- 高齢者の権利を守る取り組みをします（消費者問題、虐待の早期発見、成年後見制度等）  
☎0955-23-2122（直通）
- 要支援と認定された方、支援や介護が必要となるおそれが高い方、元気で暮らし続けることができるよう予防に取り組みたい方のために介護保険や介護予防事業などでお手伝いします  
☎0955-23-2155（直通）

#### ②在宅介護支援センター

地域の高齢者の相談窓口の拠点として、市内 5 か所に設置しています。

- |                       |                   |          |
|-----------------------|-------------------|----------|
| 大坪・立花・大川内             | … 長生園在宅介護支援センター   | ☎23-0951 |
| 牧島・黒川・波多津・南波多<br>(一部) | … 敬愛園在宅介護支援センター   | ☎27-2135 |
| 伊万里・二里                | … 謙仁会在宅介護支援センター   | ☎24-9388 |
| 大川・松浦・南波多 (一部)        | … ユートピア在宅介護支援センター | ☎20-8008 |
| 東山代・山代                | … 西光苑在宅介護支援センター   | ☎28-4878 |



#### ③認知症初期集中支援チーム

認知症サポート医、作業療法士、看護師、保健師、社会福祉士、介護福祉士などがチームで集中的に、在宅で認知症が疑われる方や、認知症の本人・家族の困りごとに対応します。

##### 対象となる方

- 40歳以上の方で認知症の症状などでお困りの方
- 医療機関の受診や介護サービスを利用したいが出来ない方
- 認知症の治療を中断している方、認知症の症状による対応が難しい方

#### ④居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）

介護保険サービスを受けるために必要な申請からケアプラン作成、介護サービスを受けるために関係事業所との調整や施設入所に関する相談を行います。詳しくは、「**介護保険活用ガイド**」をご覧ください。

## 相談

### 介護や生活支援などについて

#### ⑤ひまわり会

##### (伊万里地区認知症の人とその家族の会)

認知症の人を抱えた家族が介護の方法や悩みについて話し合い、情報交換・共有をしながらみんなで介護について考えようと発足し、約 130 名の会員が在籍し、介護家族や家族を支援する仲間が活動しています。

🏠 市民活動支援センター（立花町 1542-16）

☎ 090-2215-5556（代表：黒川）

#### ⑥介護の悩みかたろっ会

介護をされている家族を中心に、介護経験者も交えて悩みや想いを話せる場です。介護・医療関係の専門職の方も参加され介護に関する知識や情報をお互いに共有することができます。

🕒 原則毎月第 2 水曜日 14 時～15 時 30 分

🏠 市民活動支援センター（立花町 1542-

16）

☎ 090-2215-5556（代表：黒川）

#### ⑦ひまわりカフェ（認知症カフェ）

認知症の当事者の方も一緒に参加し、外出できる場です。

認知症に関心のある方もご自由にご参加ください。

🕒 原則毎月第 4 日曜日 11 時～14 時

🏠 伊万里市民図書館内 福祉喫茶「あおぞら」 ☎ 090-2215-5556（代表：黒川）



## 予防

### 認知症予防、重症化予防について

#### ①閉じこもり予防教室

##### (気功・たっしゃか体操・リズム運動)

介護予防・生きがいをづくりのために市民センターにて色々な健康教室が開催されています。

🏠 伊万里市地域包括支援センター

☎ 0955-23-2155

#### ②いきいき百歳体操活動支援

各地域で開催されています。週に 1 回、椅子に座ったまま行うことができ、おもりをつけて筋力体操を行います。

🏠 伊万里市地域包括支援センター

☎ 0955-23-2155



#### ③高齢者ふれあい・いきいきサロン

月に 1 回程度、各地域で開催されています。地域で交流をする場を持つことで生きがいのある生活を送ることができるよう活動をしています。

🏠 伊万里市社会福祉協議会

☎ 0955-22-3931

#### ④いきいき脳の健康教室

読み書き・計算を 6 か月間継続して学習する教室を市民センターにて開催。

🕒 毎週月曜日午前中

🏠 伊万里市地域包括支援センター

☎ 0955-23-2155

#### ⑤高齢者生きがいをづくり講座

##### (陶芸・手芸・園芸)

陶芸・手芸・園芸を老人福祉センターにて開催。

🕒 陶芸 毎週木曜日 🕒 園芸 第 1 金曜日

🕒 手芸 第 1・3 火曜日

🏠 伊万里市社会福祉協議会

#### ⑥老人福祉センター（松島町）

60 歳以上の方が健康増進や教養の向上、レクリエーションのために利用できる施設です。

🕒 月～土曜日 9 時～16 時 30 分

🕒 大浴場は月～金曜日 11 時～15 時

🕒 利用料 1 日 20 円



☎0955-22-3931

🏠老人福祉センター

☎0955-22-7108

## 予 防

### 認知症予防、重症化予防について

#### ⑦老人クラブ

会員の生きがいづくりや健康づくりのために、社会奉仕活動やスポーツ、カラオケ、レクリエーションなど、親睦と交流を深める活動をしています。

🏠伊万里市老人クラブ連合会

☎0955-22-7108

#### ⑧健康診断

生活習慣病の早期発見・予防、重症化予防のための各種健診があります。かかりつけ医療機関や市民センターで開催される集団健診があります。詳しくは「市民健康カレンダー」をご覧ください。

🏠市健康づくり課

☎0955-22-3916

#### ⑨認知症サポーター養成講座

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を応援し、誰もが暮らしやすい地域をつくるサポーターを養成するための講座です。

🏠伊万里市地域包括支援センター

☎0955-23-2122

#### ⑩シルバー人材センター

これまでに培った技能や経験を活かして元気に就労されています。

🏠伊万里市シルバー人材センター

☎0955-23-3471



## 生活 支 援

### 見守りや声かけ、生活支援サービスなどについて

#### ① 緊急通報システム機器の貸与

自宅で急病などの緊急事態に陥ったときに、簡単に通報ができる「緊急通報機器」を貸与します。通報するとガードマンが駆けつけます。

🏠市長寿社会課 高齢福祉・介護認定係

☎0955-23-2162

#### ② 配食サービス事業

定期的に栄養バランスのとれた食事の配達とともに、安否確認を行う事業です。事業以外の配食サービスもありますのでお尋ねください。

🏠伊万里市地域包括支援センター

☎0955-23-2122

#### ③ 見守りサポーター派遣事業

認知症等の人の見守りや話し相手、家族不在時の見守りをするなどで、安心した日常生活が送れるように支援する事業です。

🏠伊万里市地域包括支援センター

☎0955-23-2122

#### ④ 高齢者紙おむつ支給事業

在宅で、寝たきりや認知症等で常時失禁状態にある高齢者に対し、紙おむつを支給する事業です。

🏠伊万里市地域包括支援センター

☎0955-23-2122

#### ⑤ 愛の一声運動推進事業

65歳以上の方で見守りや安否確認が必要な方に対し、ご近所の訪問連絡員が訪問し、安否確認を行います。

#### ⑥ いまりんバス・コミュニティバス

伊万里市内や各町をコミュニティバスやデマンドタクシーを運行しています。運行地域や運行ルート、時刻についてはお問い合わせください。



🏠地区民生委員/地域包括支援センター  
☎0955-23-2122

🏠市まちづくり課  
☎0955-23-2114

## 生活支援

見守りや声かけ、生活支援サービスなどについて

### ⑦ 高齢者見守りネットワーク事業

協力団体、協力機関、登録していただいた協力事業者と連携して、日常生活や日々の業務の中で高齢者の方をさげなく見守ります。

🏠伊万里市地域包括支援センター  
☎0955-23-2122

### ⑧ 運転適性相談窓口

自動車等の運転に不安がある方やその家族の方のご相談窓口です。保健師などの専門の職員が相談に応じています。

🏠運転免許センター/運転免許試験場  
☎0952-98-2220



### ⑨ 認知症高齢者等

#### あんしん登録事業

行方不明になるおそれのある認知症高齢者等の情報を事前に登録し、緊急時は警察署等と協力して、早期発見に繋げるものです。

🏠伊万里市地域包括支援センター  
☎0955-23-2122

### ⑩ 認知症高齢者等

#### 損害保険への加入

認知症高齢者等が他人にケガを負わせたり、他人の財物を壊したりして、法律上の損害賠償の責任を負う場合に備えて加入する保険です。保険料の全額を市が負担します。

🏠市長寿社会課 高齢福祉・介護認定係  
☎0955-23-2162

### ⑪ あんしんサポート

#### (福祉サービス利用援助事業)

認知症や知的・精神障がい者など判断能力が十分でない方が地域で安心して生活できるよう、福祉サービスの利用に関する手続きや契約、預貯金の出し入れ、生活に必要な利用料などの支払い、大切な書類の管理などをお手伝いします。

🏠伊万里市社会福祉協議会  
☎0955-22-3931

### ⑫ 成年後見制度

認知症などで判断能力が不十分な方の日常生活、財産管理などを支援するための制度です。

🏠成年後見サポートセンター（伊万里市社会福祉協議会）  
☎0955-22-3931

### ⑬ 自治会活動

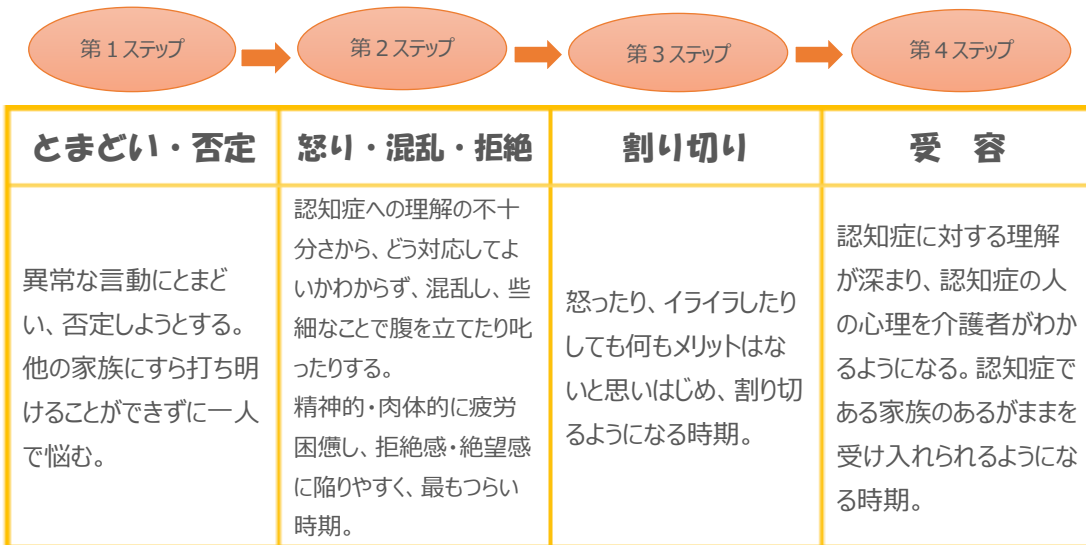
地域の安全と安心を自主的に支えるための福祉活動、防災活動への協力、子どもや青少年の健全育成活動、環境への取り組み、近隣の助け合いと思いやりを育てるための親睦活動を通して、豊かで住みよい地域を作るための住民組織です。

### ⑭ 民生委員・児童委員

厚生労働大臣から委嘱を受け、地域住民の立場から生活や福祉全般に関する相談・支援活動を行っています。支援を必要とする住民と行政や地域包括支援センターなどの専門機関へつなぐパイプ役を務めます。

# 家族の気持ちの変化

身近な人が認知症になったとき、家族や周囲の人は戸惑い、不安とさまざまな気持ちを抱きます。家族の気持ちは一般的に下記のステップをたどります。「受容」にたどり着くまで、「とまどい・否定」「怒り・混乱・拒絶」「割り切り」を行ったり来たり繰り返します。「受容」に向けて、適切な医療や介護サービスの利用、そして周囲の方の理解と支援が必要となります。



## ●「認知症」の人のために家族が出来る 10 か条

### 1. 見逃すな！「あれ、何かおかしい？」は、大事なサイン

認知症の始まりは、ちょっとしたもの忘れであることが多いもの。単なる老化現象との違いは、周囲の人にはわかりにくいものです。「あれっ、もしかして？」と気づくことができるのは、身近な家族だからこそです。

### 2. 早めに受診を！治る認知症もある

認知症かもと思ったら、まず専門医に受診すること。認知症に似た病気や、早く治療すれば治る認知症もあるのです。また、適切な治療や介護を受けるには、アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症などをきちんと診断してもらうことが不可欠です。

### 3. 知は力！認知症の正しい知識を身につけよう

アルツハイマー型認知症と脳血管性認知症では、症状の出方や進行、対応が違います。特徴をよく知って、快適に生活できるよう、その後の家族の生活や介護計画づくりに役立てましょう。

#### 4. 介護保険など、サービスを積極的に利用しよう！

介護保険など、サービスを利用するのは当然のこと。家族だけで認知症の人を介護することはできません。サービスは「家族の息抜き」だけでなく、本人がプロの介護を受けたり社会に接したりする大事な機会です。

#### 5. サービスの質を見分ける目を持とう！

介護保険サービスは、利用者や家族が選択できるのが利点。質の高いサービスを選択する目が重要です。また、トラブルがあったときは、泣き寝入りせず、冷静に訴える姿勢を持ちましょう。

#### 6. 経験者は知恵の宝庫！いつでも気軽に相談を。

介護経験者が培ってきた知識や経験は、社会資源の一つ。一人で抱え込まずに経験者に相談し、共感し合い、情報を交換することが、大きな支えとなります。

#### 7. 今できることを知り、それを大切に！

知的機能が低下し、進行していくのが多くの認知症です。しかし、すべてが失われたわけではありません。失われた能力の回復を求めると、残された能力を大切にしましょう。

#### 8. 恥じず、隠さず、ネットワークを広げよう！

認知症の人の実態をオープンにすれば、どこかで理解者、協力者が手をあげてくれるはず。公的な相談機関や私的なつながり、地域社会、インターネットなどのさまざまな情報を上手に使い、介護家族の思いを訴えていきましょう。

#### 9. 自分も大切に、介護以外の時間を持とう！

介護者にも自分の生活や生き甲斐があるはず。「介護で自分の人生を犠牲にされた」と思わないように自分自身の時間を大切にしてください。介護者の気持ちの安定は、認知症の人にも伝わるのです。

#### 10. 往年のその人らしい日々を！

認知症になっても、その人の人生が否定されるわけではありません。やがて来る人生の幕引きも考えながら、その人らしい生活を続けられるよう、家族で話し合しましょう。



参考「公益社団法人認知症の人と家族の会 HP」



---

## 認知症の人への接し方

### 対応の心得 “3つの「ない」”

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない

### 具体的な対応 “7つのポイント”

- 1 まずは見守る
- 2 余裕をもって対応する
- 3 声をかける時は一人で
- 4 後ろから声をかけない
- 5 相手に目線を合わせてやさしい口調で
- 6 おだやかに、はっきりした滑舌で
- 7 相手の言葉に耳を傾けゆっくり対応する

### かかわる人の心構え

認知症をよく知り、さりげなく  
ほんのちょっとだけの援助と見守りを！

# 認知症の経過と周囲の関わり ～伊万里市認知症ケアパス～

| 認知<br>進行<br>症   | 元氣高齢者   | 軽度認知症（MCI）  | 認知症疑い   | 1人で<br>生活できる  | 誰かの見守りがあれ<br>ば日常生活が出来る   | 日常生活の手助けが<br>あれば生活できる   | ほぼ全ての行為に<br>介助が必要 |
|-----------------|---|---|---|---|--|-------------------------|-------------------|
| 本人の<br>様子       | <ul style="list-style-type: none"> <li>*健康づくりや介護予防に取り組む</li> <li>*健康診断を受け生活習慣予防に努める</li> <li>*地域とのつながり(社会参加)を大事にする</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>*もの忘れなどの認知機能障害は多少あるが、日常生活に支障をきたさない。</li> <li>(認知症の診断基準を満たさない)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*同じことを何度も聞くようになる</li> <li>*昔のことは覚えていないが、最近の事は覚えていない</li> <li>*料理の段取りがうまくできな</li> <li>*日付や場所が曖昧になってきた</li> <li>*薬や金銭管理に困難がはじめる</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*季節に合わない服を着る</li> <li>*家までの帰り道が分からなくなる</li> <li>*着替えやトイレなどの身の回りのことが上手くできない</li> <li>*怒りっぽく興奮しやすい</li> <li>*「物をとられた」などの発言をする</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>*食事、トイレ、お風呂など日常生活において誰かの助けがないと難しい</li> <li>*愛情が乏しくなる</li> <li>*ほぼ置きたきり状態になる</li> <li>*言葉は少なくなるが、感覚(目・耳などの機能)は残っている</li> </ul> |                         |                   |
| 家族の<br>構え等      | <ul style="list-style-type: none"> <li>*外出など人と交流できる場を勧める</li> <li>*役割を持ち、いきいきとした生活ができるようにする</li> <li>*適切な運動とバランスの良い食事を心がける</li> <li>*生活習慣病の予防</li> <li>*治療を継続し、薬の飲み忘れに気を付ける</li> <li>*普段と様子が異なると感じたら医師や地域包括支援センターに相談する</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>*介護保険サービスを検討</li> <li>*地域包括支援センターや在宅介護支援センターへ相談</li> <li>*接し方や基本やコツを理解する</li> <li>*本人が難しいことをサポートする</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>*介護サービスを上手く活用できるように担当ケアマネジャーと検討する</li> <li>*介護者自身の健康管理をする</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>*体調の急な変化や病気の合併症に注意する</li> <li>*今後に備えた相談をしておく</li> <li>*日常生活でできないことが増えていくことを理解する</li> </ul>                                    |                         |                   |
| 医療              | <p>かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局</p> <p>もの忘れ外来、脳神経外科、認知症疾患医療センター、認知症サポート医</p>   |   | 訪問看護  | 訪問診療  |  |                         |                   |
| 相談              | <p>地域包括支援センター、在宅介護支援センター(長生園、敬愛園、西光苑、謙仁会、ユートピア) 認知症地域支援推進員</p> <p>運動適性相談窓口(佐賀市) 在宅介護支援事業所(ケアマネ)</p>   |   | 認知症の人とその家族の会(ひまわり会)、認知症カフェ、認知症初期集中支援チーム   |   |  |                         |                   |
| 予防              | <p>就労、シルバー人材センター、老人クラブ、サークル活動、生涯学習、地域行事への参加</p> <p>高齢者ふれあいいきいきサロン、いきいき百歳体操、ゲートボール、グラウンドゴルフ、脳トレ教室</p> <p>年に1回の健康診断、定期受診、内服治療の継続</p>  |   | 認知症高齢者あんしん登録事業 伊万里市認知症高齢者等賠償保険加入事業  |   |  |                         |                   |
| 見守り             | <p>認知症サポート、伊万里市高齢者見守りネットワーク事業(民間事業者) 見守りサポーター派遣事業 伊万里市認知症高齢者等賠償保険加入事業</p> <p>愛の一声運動推進事業、地域での見守りや助け合い(区長、民生委員、福祉活動員) 配薬サービス</p>  |   | いまりんバス、コミュニティバス、デマンドタクシー  | いまりんバス、コミュニティバス、友愛ヘルプなど   | いまりんバス、コミュニティバス、デマンドタクシー   | いまりんバス、コミュニティバス、友愛ヘルプなど |                   |
| 生活支援            |   |   | 訪問型サービス、通所型サービス、訪問介護、通所介護、ショートステイ、定期巡回・随時対応型訪問介護看護 など   | 消費生活センター、あんしんサポート(日常生活自立支援事業)、成年後見制度、法律相談など   |  |                         |                   |
| 介護サービス<br>権利を守る |   |   |   |   |  |                         |                   |
| 住まい             | <p>高齢者賃貸住宅、見守り付き住宅(ケアハウス)</p> <p>サービス付き住宅(サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホームなど)</p> <p>介護を受けられる住宅(グループホーム、介護老人福祉施設)</p>  |   |   |   |  |                         |                   |

地域の中には適切な支援やサービスがあり、認知症の人とその家族を見守ります。

伊万里市認知症あんしんガイドブック

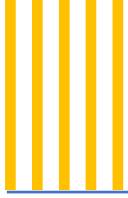
令和3年8月 初版発行

令和4年7月 一部改訂発行

令和5年10月 一部改訂発行

編集・発行：伊万里市地域包括支援センター

協力：伊万里市認知症初期集中支援チーム 作業療法士



～認知症になっても笑って過ごせるまちを目指して～