

宝達志水町認知症ケアパス

宝達志水町地域包括支援センター

〒929-1311

石川県羽咋郡宝達志水町門前サ11

TEL:0767-28-8110

FAX:0767-28-5569

<https://www.hodatsushimizu.jp/soshiki/kenkofukushika/12/886.html>



相談できる場所を
マップで見ると



わし、
ボケたがけ？

と思ったら 読む本

認知症の人やそのご家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、認知症かな?と思った時、いつ、どこで、どんな医療・介護・支援を受けられるかがわかるようにまとめたものです。



Q

認知症ってどんな病気？



Q

本当に認知症なの？



A

誰にでも起こる可能性のある脳の病気です。

認知症とは、さまざまな原因により、脳に変化がおこり、これまでできていたことができなくなり、生活に支障をきたした状態を言います。

また、認知症とよく似た状態(うつ、せん妄)や、認知症の状態を引き起こす体の病気も他にいろいろあるため、早期に適切な診断を受けることが大切です。

認知症の原因となる代表的な病気

アルツハイマー型認知症

- ・ 同じ質問を何度もする
- ・ 日にちが分からなくなる等

脳血管性認知症

- ・ 意欲が低下する
- ・ 手足の麻痺がある等

レビー小体型認知症

- ・ 子供や虫が見えると言う
- ・ 夢を見て大声を出す等

前頭側頭型認知症

- ・ 同じ時間に同じ行動をとる
- ・ 自分本位な行動が目立つ等

A

早期診断・早期診療を受けることが重要です。

認知症とよく似た症状があらわれる疾患もあるため、早いうちに認知症専門の医療機関で適切な診断を受けることが大切です。早期診断・早期診療を受けることで、適切な支援につなげることができます。一人で悩まず、専門家に相談しましょう。

認知症かも？ 簡易チェック

- 日付や曜日を間違えるようになった
- 外出するのが面倒になった
- 服装に気をつかわなくなった
- 趣味が楽しめない
- ニュースなど周りの出来事に興味が持てない

Q

どこに相談したらいいの？



A

地域包括支援センターや
専門員のいる福祉施設等で相談できます。

相談できるところ

地域包括支援センター

誰でも相談できる高齢者の総合相談窓口です。

認知症地域支援推進員

身近な高齢者施設に常駐しており、気軽に相談できます。

頼りになるところ

- ・かかりつけ医
- ・認知症サポート医
- ・認知症地域支援推進員
- ・認知症疾患医療センター
- ・認知症初期集中支援チーム

Q

早期の受診から前向きな生活へ
今できることは？



A

本当に大切なのはその先の暮らし
～認知症とともに～

診断を受けたら、必要に応じたケアやサポートを受けるために、地域包括支援センターなどの相談機関に行くと良いでしょう。診断を受けたあとの生活を一緒に考え、アドバイスを受けることができます。そして、地域にいる認知症のご本人やそのご家族、味方になってもらえる仲間と出会える機会を見つけましょう。

認知症サポート医

- ・松沼医院 松沼医師
- ・宝達志水病院 西澤医師

チーム員

- ・地域包括支援センター

① 本人の様子

認知症の進行に応じた変化

認知症になっても感じる気持ちは変わりません。誰よりも認知症のご本人が一番最初に気づき、不安になり、苦しみ、悲しんでいます。



変化の起き始め

- ・物忘れ
- ・同じことをくりかえし聞く
- ・片付けが苦手になる
- ・さがし物が多くなる
- ・火の消し忘れ

見守りが必要

- ・小銭で支払いできない
- ・たびたび道に迷う
- ・生活リズムが乱れる
- ・外出がおっくうになる
- ・家電の操作が難しくなる

日常生活に手助けが必要

- ・トイレの場所がわからない
- ・道に迷ってしまう
- ・日時や季節がわからない
- ・服の着方がわからない

常に介護が必要

- ・自分で食事ができない
- ・言葉でのコミュニケーションが難しい
- ・歩くのが困難
- ・起き上がりに介助が必要

行動・心理症状

中核症状に本人の気持ちや周りの環境(関わり方など)が重なって現れることがあります

- ・不安な気持ちにかられる
- ・自信を失い、引っ込み思案に
- ・将来を悲観し、うつ状態に

- ・排泄が失敗しやすくなる
- ・ものとられ妄想
- ・興奮し怒りっぽくなる

- ・幻覚、幻聴
- ・道に迷う
- ・反社会的行為

② 家族の気持ちと対応

仕事と介護の両立 将来的な不安も

身近にいて大切に思う人ほど、病气と信じたくない気持ちが働きます。認知症の人も、その家族も、認知症とともに生きる当事者といえます。



とまどい・否定

- ・普通ではない言動にとまどい、病院を否定しようとする
- ・周囲に打ち明けられずに悩む

混乱・拒絶

- ・対応の仕方がわからず混乱し、ちょっとしたことで怒ったりする
- ・精神的・身体的に疲労が蓄積し、拒絶感が高まる

割り切り

- ・怒ったり、イライラしてもメリットはないと思い始め、割り切るようになる
- ・症状は同じでも介護者の「問題」は軽くなる

受容

- ・理解が深まって、認知症の人の心理がわかるようになる
- ・本人のあるがままを受け入れられるようになる

対応の3ヶ条

家族だけで抱え込まず、まずは専門機関に相談しましょう!

認知症に対する正しい知識や適切な関わり方を学びましょう!

様々なサービスを活用して、地域全体で本人をケアしていきましょう!

③ 活用できる支援・サービス

	健康(予防)	変化の起き始め	見守りが必要	日常生活に手助けが必要	常に介護が必要
相談	宝達志水町地域包括支援センター / 東野社会福祉士事務所 / 社会福祉協議会 / 特別養護老人ホームちどり園 / 多機能ホームJAたんぼぼ / 特別養護老人ホーム第二宝達苑 / 特別養護老人ホーム宝達苑				
	申請の相談 介護認定 → サービスの利用				
予防	ボランティア活動、シルバー人材センター など				
	介護予防教室、地域サロン活動、認知症カフェ など				
	ウォーキングなどの運動、バランスの良い食事、規則正しい生活				
医療・介護	認知症初期集中支援チーム、かかりつけ医・歯科医・薬局、認知症疾患医療センター				
	介護保険サービス(居宅系)		居宅介護支援(ケアマネジャー) 医療(訪問看護、訪問・通所リハビリ など)	介護(ホームヘルプ、デイサービス、ショートステイ など)	
見守り 生活支援	高齢者実態把握調査、民生委員、見守りサポーター、認知症サポーター、認知症の人と家族の会、認知症家族交流会				
	食の自立支援事業(配食サービス)、緊急通報システム、SOSどこシル伝言板				
	日常生活自立支援事業、成年後見制度				
住まい	ケアハウス、介護付き有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅				
	グループホーム(認知症対応型共同生活介護)				
	介護保険施設(特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護医療院)				

Q

認知症かもしれない高齢者の
対応のポイントは？



A

3つの「ない」7つのポイント

認知症の方だからといって対応を特別に変える必要はありませんが、相手に寄り添った対応や日常的なさりげない声かけなどを意識して対応することが必要です。

おどろかせない

急がせない

自尊心を傷つけない

- 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1人で
- ④ 後ろから声をかけない
- ⑤ 相手の目線に合わせて優しい口調で話す
- ⑥ 穏やかにはっきりと話す
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

Q

同じ悩みを持つ人と
交流したい。



A

ほっとカフェ（認知症カフェ）や
介護予防教室に参加しよう。

ほっとカフェ（認知症カフェ）とは、認知症のある・なしにかかわらず、「認知症」について皆さんで情報共有しながら交流ができる場です。話しづらいと思われることでも、専門のスタッフがいるので個別に相談できるので、ご家族の方も安心してお越しいただけます。



ほっとカフェ～オレンジの輪～

認知症について知りたい方、相談したい方、ゆっくり過ごしたい方、どなたでもお気軽にお立ち寄りください。

会 場：町民センターアステラス
開催日：毎週水曜日（第3水曜定休）
13時30分～15時30分

【志雄】子浦レ7（パラスポットきらりいね内）
第2・4（金） 9:30～11:30

Q

認知症について 学べる場所はあるの？



A

認知症サポーター養成講座があります。

認知症について正しく理解し、地域の中で認知症の人や家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」を養成する講座を開催しています。



受講料は無料です

対象：町内に在住・通勤・通学している人を中心とした集まり(5人以上)

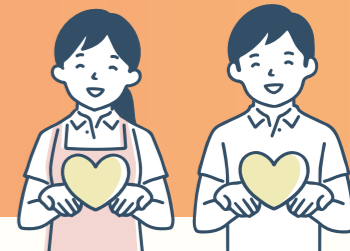
内容：認知症の理解(認知症の症状・予防・認知症の人との接し方)、認知症サポーターについて等

受講した皆さんには認知症サポーターの証「オレンジカード」をお渡しします。



Q

チームオレンジの取り組みって？



A

認知症の人ができること・やりたいことを 実現するために認知症の人やそのご家族と一緒に 活動するチームです。

認知症になってもならなくても自分の人生において主人公であることには変わりません。認知症の人ができること・したいこと・やりたいことを実現するためにともに活動するチームです。

認知症の人の「生きづらさ」やご家族の「苦労」を共有し、解決する方法を「町全体がチーム」となり支えていくことを目標にしています。

チームオレンジにできること

- ・見守りや声かけ、話し相手、外出支援
- ・電話相談や訪問支援
- ・認知症カフェの同行や運営
- ・必要な窓口の紹介や専門職へのつなぎ

Q

認知症の家族がいなくなったら
どうしよう？



A

認知症高齢者等SOSネットワークへの
事前登録をお願いします。

認知症の方と家族が安心して暮らすことができよう、町役場・警察・町内のサポート事業所等が協力して、認知症などで行方不明になるおそれがある高齢者を早期発見・保護するためのネットワークです。



「どこシル伝言板」による
見守り支援事業

認知症の人の衣服などに貼った見守りシールの二次元コードを、発見した人がスマートフォンなどで読み取ると、身体的な特徴や対応時の注意点などが表示され、同時にご家族などへ発見の通知メールが届くものです。

相談窓口(認知症地域支援推進員配置先)

- 宝達志水町地域包括支援センター 0767-28-8110
- 東野社会福祉士事務所 090-9063-7563
- 社会福祉協議会 0767-28-5503
- 特別養護老人ホームちどり園 0767-28-5511
- 多機能ホームJAたんぽぽ 0767-29-2880
- 特別養護老人ホーム第二宝達苑 0767-28-5688
- 特別養護老人ホーム宝達苑 0767-28-5710

認知症ケアパスとは？

「認知症ケアパス」とは、認知症の人とその家族が本来の自分らしい生活が続けられるよう、状態に合わせた地域の情報や資源を見える化し、本人や家族を支えるためのサービスをわかりやすくまとめたものです。