

保存版

～認知症になっても

安心して暮らせるまち・もとみや～

認知症ケアパス



「認知症ケアパス」とは

「認知症ケアパス」とは、認知症を発症したときから、その進行状況にあわせて、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいかを標準的に示すものです。

認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らしていくためにこの「認知症ケアパス」をご活用ください。

1. 認知症の症状とケアの流れ

認知症は、進行とともに症状も変わっていきます。
ご家族など身近な方が認知症を理解し、ご本人の状態に合わせた支援の方法を選択していくことが大切です。

ご本人の様子 (症状や行動)	気づき	初期	中期	後期	
	日常生活は自立 ～ 誰かの見守りがあれば日常生活は自立 ～ 専門医療も必要 ～ 日常生活を送るには常に支援や介護が必要				
	<ul style="list-style-type: none"> ●物忘れがみられ、人の名前や物の名前が思い出せないことがしばしばみられる。 ●会話の中で「あれ」「それ」などの代名詞がよくでてくる。 	<ul style="list-style-type: none"> ●買物で必要な物を必要なだけ買うことができない。 ●食事の段取り、家計の管理などに支障をきたす。 ●大事な物をどこに保管したか思い出せずに探し回ることが増える。 ●同じことを何度も話したり聞く。 	<ul style="list-style-type: none"> ●季節に合った服を選ぶことができない。服を着る順番がわからなくなる。 ●外出先から一人で戻れなくなる。 ●時間や場所がわからなくなることが増える。 ●お風呂に入りたがらない。 ●電化製品の使い方がわからない。 	<ul style="list-style-type: none"> ●歩行が不安定になり、転倒なども増えてくる。 ●トイレの場所がわからない等のために排尿・排便の失敗が多くなる。 ●食べ物でない物も口に入れる。 ●食事や入浴など一人でできず介助が必要になる。 ●家族を認識できなくなってくる。 	<ul style="list-style-type: none"> ●言葉によるコミュニケーションが難しくなる。 ●表情が乏しくなり刺激に対する反応が鈍くなる。 ●歩くことが困難となりほぼ寝たきりの状態となる。
本人の気持ち	○いろいろな事がうまくいかなくなり落ち込んだり不安な気持ちになっている。 ○迷惑をかけたくないという気持ちや寂しい気持ちがあるかもしれません。		○自分の失敗を認めたくない気持ちや失敗することを情けなく感じている。 ○自分の感情や気持ちをうまく言葉に表せず、イライラや不安を感じていることもある。		
相談	地域包括支援センター・ <small>注1) 7ページを参照</small> 認知症介護家族の会「なごみ会」・福島県認知症コールセンター・福島県高齢者総合相談センター				
予防	ふれあいサロン・生きがいデイサービス・いきいき百歳体操・介護予防教室				
医療	もの忘れ外来・もの忘れ相談医・認知症専門医療機関・認知症初期集中支援チーム・認知症疾患医療センター				
介護	自宅から通う	通所介護（デイサービス）・通所リハビリ			
	自宅に来てもらう	訪問介護（ホームヘルプ）・訪問リハビリ・訪問入浴・訪問看護			
生活支援	認知症カフェ・認知症サポーター養成講座・ <small>注1) 7ページを参照</small> 認知症介護家族の会「なごみ会」・介護マーク・徘徊高齢者家族支援（GPS 貸与）				
	高齢者住宅改修支援事業・（一人暮らし）配食サービス・ふれあい型給食サービス（会食・配食）・緊急通報装置の貸し出し・ふれあい小地域ネットワーク				
権利を守る	日常生活自立支援事業（あんしんサポート）		成年後見制度		
暮らし	住み慣れた自宅で暮らす	福祉用具（車椅子）の貸し出し・福祉車両の貸し出し・特定福祉用具の購入・住宅改修			
		小規模多機能型居宅介護・ショートステイ			
	住み慣れた地域で暮らす	グループホーム・介護老人保健施設・特別養護老人ホーム			

※緑色…地域包括支援センターへご相談ください。

※青色…社会福祉法人本宮市社会福祉協議会へご相談ください。

※赤色…7ページをご覧ください。

※黒色…本宮市保健福祉部高齢福祉課へご相談ください。

お問い合わせ先は7ページをご覧ください。

2. 認知症の人を支えるために

本人の不安、隠された悲しみを理解して接しましょう

- 「本人には自覚がない」「何にもわからない」は間違いです。

物忘れをしたり、できていたことができなくなり、本人は不安や悔しさ、情けなさを感じて悲しみ、混乱しています。その気持ちに寄り添い、安心させてあげることが大切です。



こんな時は…

「何でわかんないの？」等おこってしまうと、ますます本人の不安をあおってしまいます。

本人の不安な気持ちを理解しながら訴えをよく聞き不安を和らげるような対応をするとよいでしょう。

自尊心を傷つけないように、できることを生かしながらお手伝いしましょう

- 認知症の方は感受性がより豊かになっているとも言われます。子供のようにしかりつけたり、誤った発言を頭ごなしに否定すると、自尊心が傷つき、感情が不安定になったり攻撃的になることもあります。



こんな時は…

危ないからと言ってまったくしないようにするのではなく、できないところをお手伝いし、本人ができるところをしてもらうようにするとよいでしょう。

3. 認知症の予防につながる習慣

認知症になる可能性を遠ざけ、認知症予防につながるように生活習慣を見直すことを実践しましょう。

食生活に気を付けましょう。

野菜、果物、青魚を食べましょう。



適度な運動をしましょう。

運動をすると血液量も増え神経細胞が活性化しやすくなります。



役割・日課をもちましょう。

積極的な社会参加も効果があります。



友人・家族・周囲の方々と楽しく過ごしましょう。

心地良い刺激や、笑うことが大切です。



4. 認知症理解のために

認知症サポーターになりましょう

地域の方々が認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族が安心して地域での生活が送れるように見守っていただくため、「認知症サポーター養成講座」を行っています。

認知症サポーターとは？

- ・認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を暖かく見守る応援者のことです。

認知症サポーターになるには？

認知症サポーター養成講座を受講して下さい。

- ・約1時間の講座を受講すれば、どなたでもなることができます。
- ・講座は、ご希望に合わせて出張形式で行います。受講料無料です。



受講者には、認知症サポーターの目印である「オレンジリング」をお渡しします。

※講座の申込みは、地域包括支援センターにお問い合わせください。

認知症を正しく理解し、暖かい見守りと応援を…。

5. 認知症の相談ができる医療機関

かかりつけ医

- ・日常の健康管理も含めて、早い段階でかかりつけ医に相談できる体制を作っておきましょう。

かかりつけ薬局

- ・かかりつけ薬局にも相談することができます。

病院（精神科・神経内科・もの忘れ外来・認知症専門医療機関）

- ・病気や症状について、専門的な診断・治療をする病院があります。各地域包括支援センターへ相談してください。

認知症初期集中支援チーム

- ・複数の専門家が認知症の人や家族を訪問し、自立した生活ができるようサポートします。各地域包括支援センターへ相談してください。

認知症疾患医療センター

- ・認知症疾患に関する鑑別診断・治療・相談ができます。各地域包括支援センターへ相談してください。

6. 介護が必要になったら…以下のサービスがありますが、まずはお近くの地域包括支援センターにご連絡ください。

居宅介護支援事業所（ケアマネージャー）

- ・認知症高齢者が、日常生活を送るために、必要な保健・医療・福祉サービスを利用できるよう利用者の心身状況や環境などを考慮して、サービス利用の連絡調整を行います。

介護保険で利用できる主なサービス

■ 訪問介護

ホームヘルパーが訪問し、入浴・排泄・食事等の身体介護や、調理・洗濯・掃除等の生活援助を受けることができます。

■ 通所介護・通所リハビリ

デイサービスやデイケアに通い、他者交流やレクリエーションを行ったり、リハビリを受けることができます。

■ 訪問介護・訪問リハビリ

看護師やリハビリ専門職に自宅に来てもらい、健康状態の管理やリハビリを受けることができます。

■ 訪問入浴

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。

■ ショートステイ

施設に短期間宿泊して、日常生活上の支援や機能訓練を受けることができます。

■ 小規模多機能型居宅介護

「通所」を中心に、「訪問」「泊まり」のサービスを組み合わせて受けることができます。

介護保険で入所ができる主な施設

■ グループホーム

認知症高齢者が、専門スタッフの支援を受けながら少人数で、共同生活を送ります。

■ 介護老人保健施設

在宅への復帰を目的として施設へ入所し、心身の機能回復訓練を受けることができます。

■ 特別養護老人ホーム

常に介護が必要で在宅での介護が困難となった方が、施設で介護を受けながら生活を送ることができます。

7. 困ったときはご相談ください。

本宮第一地域包括支援センター

(本宮・高木地区の方)

TEL: 24-6220

本宮第二地域包括支援センター

(青田・荒井・仁井田・岩根・関下地区の方)

TEL: 34-3344

白沢地域包括支援センター

(和田・糠沢・白岩・長屋・稲沢・松沢地区の方)

TEL: 24-5131

- ・高齢者の介護・健康・福祉に関する総合相談窓口です。介護保険サービスを利用するための介護認定について相談することもできます。
- ・各地域包括支援センターにご相談ください。

注1) 認知症介護家族の会「なごみ会」・認知症カフェについても相談できます。

社会福祉法人 本宮社会福祉協議会 TEL: 33-2006

- ・住民主体の理念に基づき、地域の福祉課題の解決の取組み、誰もが安心して暮らすことのできる地域福祉の実現をめざしています。

福島県認知症コールセンター TEL: 024-524-1122

- ・介護の経験者が様々な相談に応じます。

開設日時 (月～金) 10時～16時 ※年末年始・祝日除く

福島県高齢者総合相談センター TEL: 024-524-2225

- ・一般相談、年金・保健相談、医療相談、法律相談、健康・介護相談、税金相談、住宅増改築相談等受け付けます。相談は無料。個人の秘密は守ります。

本宮市 保健福祉部高齢福祉課

〒969-1151 福島県本宮市本宮字千代田60番地1

電話 0243-63-2780

FAX 0243-33-6620