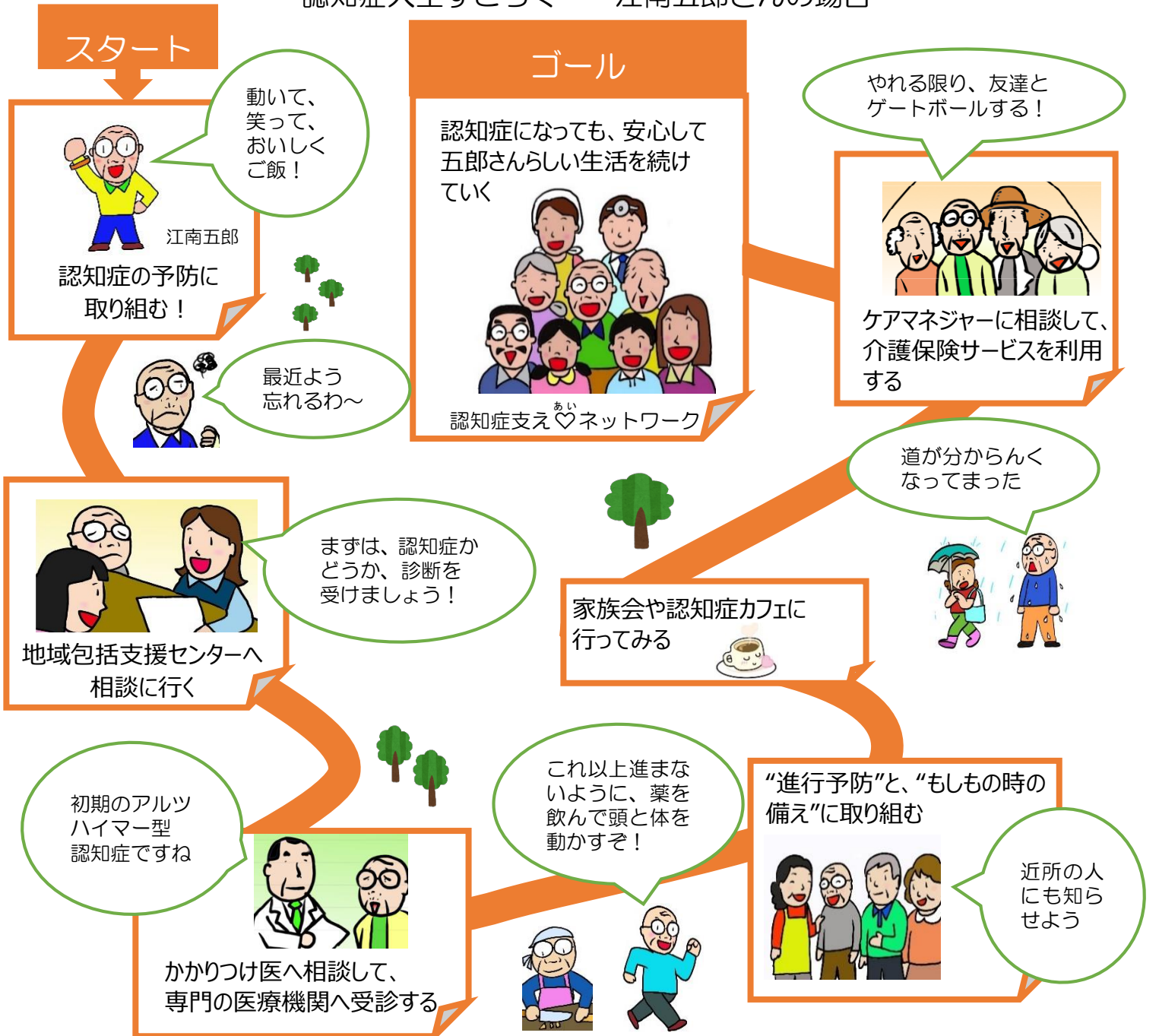


# 認知症あんしんガイド

「認知症になったらどうしたらいいの？」そんな皆さんの疑問や不安の参考になれば…と、認知症の進行にともなって出てくる主な症状・その症状に応じたケアのポイント・相談窓口や利用できる制度などをまとめました。

ぜひ、手にとってご覧ください！

## 認知症人生すごろく ～江南五郎さんの場合～



# 認知症の人や家族を支援する主な窓口

## 予防・もの忘れ・進行予防の相談

- ♥ 地域包括支援センター（認知症地域支援推進員）  
高齢者の身近な総合相談窓口です。  
介護予防や認知症予防から認知症の介護・地域づくりまで、幅広く相談を受けています。わからないことがあったら、まずは、お住まいの地区の担当地域包括支援センターへ連絡しましょう。  
認知症の方の相談を専門に受ける認知症地域支援推進員が各地域包括支援センターに配置されています。

江南北部地域包括支援センター  
（介護老人保健施設フラワーコート江南 内）  
TEL57-2155  
後飛保 藤が丘 松竹 河野 宮田 村久野  
宮田神明 東野町（岩見） 前飛保町（河原・栄・寺前・寺町・西町） 小杵 勝佐 鹿子島  
草井 小脇 慈光堂 般若 中般若 和田

江南中部地域包括支援センター  
（江南厚生病院 内）  
TEL51-3322  
赤童子町（大堀・御宿・福住・藤宮・南野・南山） 石枕 尾崎 北野 古知野 山王  
高屋 野白 飛高 前野 宮後  
前飛保町（緑が丘・藤町） 江森 山尻

江南南部地域包括支援センター  
（佐藤病院 内）  
TEL55-5470  
赤童子町（大間・栄・桜道・白山・良原）  
大間 上奈良 大海道 東野町（岩見除く）  
島宮 今市場 木賀本郷 木賀 木賀東  
小郷 北山 五明 曾本 田代 小折  
小折東 小折本町 中奈良 布袋下山  
天王 布袋 南山 安良 寄木 力長

- ♥ 認知症初期集中支援チーム  
できるだけ早い段階で認知症の診断や出ている症状への対応、サービスの利用などの相談を専門職のチームが訪問してサポートします。  
窓口：お住まいの地区の認知症地域支援推進員

## 認知症の診断と治療

- ♥ かかりつけ医  
まずは、かかりつけのお医者さんに相談しましょう。
- ♥ 認知症サポート医  
認知症サポート医養成研修を修了し「かかりつけ医」への助言やその他の支援を行います。  
池田医院 TEL 54-8322  
上田整形外科 TEL 59-8885  
平成クリニック TEL 54-7666  
フクタ皮膚科 TEL 54-1148  
ほてい整形外科クリニック  
TEL 56-1011

- ♥ もの忘れ外来  
江南厚生病院 TEL 51-3333  
※かかりつけ医からの紹介が必要で  
佐藤病院 TEL 54-6611  
※事前予約が必要で  
予約受付時間：平日 12時～16時30分

- ♥ 認知症疾患センター  
あさひが丘ホスピタル  
春日井市神屋町 1295-31  
TEL 0568-88-0959  
（認知症相談専用電話）  
※電話でご相談の上受診して下さい  
いまいせ心療センター  
一宮市今伊勢町宮後字郷中茶原 30  
TEL 0586-45-2531  
※電話でご相談の上受診して下さい。

～ 発行 ～

江南市役所 高齢者生きがい課  
TEL 0587-54-1111  
本冊子の掲載情報は、平成30年4月1日現在の情報を掲載しています。内容は変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください。

認知症状の進行に合わせた「家族の心がまえ」や「ケアのポイント」

右に進むほど進行

※この表は認知症の半数を占めるアルツハイマー型認知症の場合を中心に、本人の症状の変化や知っておきたい情報などを記載しました。症状や進行には個人差があり、全ての方にあてはまるものではありませんが、今後の参考にしてください。

症状の進行に応じた、家族の気持ちやケアのポイント・支援制度やサービスを下方方向に向かってみていきます

認知症状に応じた変化	健康 ⇒ あれ？物忘れかな ⇒ そろそろ誰かの見守りが必要 ⇒ 日常生活の手助けが必要 ⇒ 常に手助けが必要			
<p>本人の様子</p> <p>友人や地域とのつながりを大事にしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・忘れる事が多くなる</li> <li>・同じ事を繰り返し聞く</li> <li>・怒りっぽくなる</li> <li>・外出がおっくうになる</li> </ul> <p>◆外出や運動の機会をもち、バランスの良い食事を心がけよう</p> <p>◆認知症チェックをやってみよう※1</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小銭での支払いが苦手になる</li> <li>・探し物をする時間が増える</li> <li>・一人で調理を行う事が難しくなる</li> <li>・生活リズムが乱れる</li> </ul> <p>◆まわりの人に相談しよう</p> <p>◆一日の計画を立てて行動してみよう</p> <p>◆元気なうちに家屋や財産の整理をしよう</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・薬を間違えて飲む</li> <li>・たびたび道に迷う</li> <li>・季節に合った服が選べない</li> <li>・家電の操作が難しくなる</li> </ul> <p>◆一人でやる事が難しい事はまわりの人に手伝ってもらおう</p> <p>◆家族とこれからの事を相談しよう</p> <p>◆将来に備えて成年後見制度等の利用について検討しよう</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トイレの場所がわからない</li> <li>・道に迷って帰ってこられない</li> <li>・日にちや季節がわからなくなる</li> <li>・洋服の着かたがわからない</li> </ul> <p>◆自分で食事ができなくなる</p> <p>◆会話での意思疎通が難しい</p> <p>◆歩行や起き上がる事が困難になる</p>	
<p>家族の気持ちの変化</p> <p>解決のヒント</p> <p>心がまえ</p>	<p>悩みを打ち明けられないで一人で悩んでしまいがち ⇒ 本人の失敗が増え、介護疲れを感じる。休みたくなる ⇒ 最期の過ごし方や看取りが心配</p> <p>抱え込まずに相談をすることが大切です</p> <p>家族の病気への理解が、症状の出方に大きく影響します</p> <p>認知症について学び、理解しよう</p> <p>仲間を作って情報収集しよう</p> <p>がんばりすぎないで！ まずは自分の健康を！</p> <p>自分自身を褒めましょう</p>	<p>介護サービス等を利用し、自分のリラックスできる時間も大事にしましょう</p> <p>元気なうちに本人の意向を確認しましょう</p> <p>エンディングノートの活用もおすすめです</p>		
<p>ケアのポイント</p>	<p>気づき ~ 相談 ~ 進行予防対策</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・地域包括支援センターやかかりつけ医へ相談してみよう</li> <li>・認知症チェック（家族用）をやってみましょう※1</li> <li>・「やっておくとよい事」を参考に進行予防に努めましょう</li> </ul>	<p>介護保険の申請等</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護保険の申請・専門医に受診しましょう</li> <li>・「急がせない」「驚かせない」「自尊心を傷つけない」を心がけ、本人の話をよく聞きましょう</li> </ul>	<p>日常的な支援、妄想、抑うつなどの精神症状への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護保険サービスの利用</li> <li>・精神症状は認知症専門医に相談しましょう</li> <li>・その人の「得意」を活かし、いかにその人らしい生活を送ってもらうかを考えましょう</li> </ul>	<p>さらなる介護方針の検討</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護サービスなどの利用を増やし、お互いにリラックスできる時間をもちましょう</li> <li>・施設での生活を希望する場合は、早めに施設の見学をしておきましょう</li> </ul>
<p>認知症の人や家族を支援する主な制度やサービス等※2</p>	<p>予防</p> <p>地域での交流の場（老人クラブやサロンなど）</p> <p>楽しく健康づくり教室 足腰弱らん教室</p>	<p>シルバー人材センター</p>		
<p>医療</p>	<p>かかりつけ医</p>	<p>もの忘れ外来・認知症疾患センターなどの専門医療機関</p>		
<p>相談</p>	<p>民生委員 地域包括支援センター（認知症地域支援推進員）</p>	<p>認知症初期集中支援チーム</p> <p>居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）</p>		
<p>家族支援</p>	<p>認知症カフェ</p>	<p>家族介護教室</p>	<p>江南認知症家族会</p>	<p>在宅ねたきり老人等介護慰労</p>
<p>介護</p>		<p>給食サービス 訪問型サービス 通所型サービス</p>	<p>福祉用具貸与 ショートステイなど</p>	
<p>生活支援</p>	<p>みんなで見守りシート※3</p>	<p>緊急通報システム</p>	<p>救急医療情報キット</p>	
<p>住まい</p>	<p>サービス付き高齢者住宅</p>	<p>有料老人ホーム</p>	<p>グループホーム（認知症対応型共同生活介護）</p>	<p>特別養護老人ホームなど</p>

※1 江南市ホームページ 認知症簡易チェックサイト ※2「シルバーガイドブック」を参照 ※3「備えよう、認知症による行方不明ガイドブック」を参照  
 ※1、2、3については江南市役所高齢者生きがい課又は、地域包括支援センターへお問い合わせ下さい。