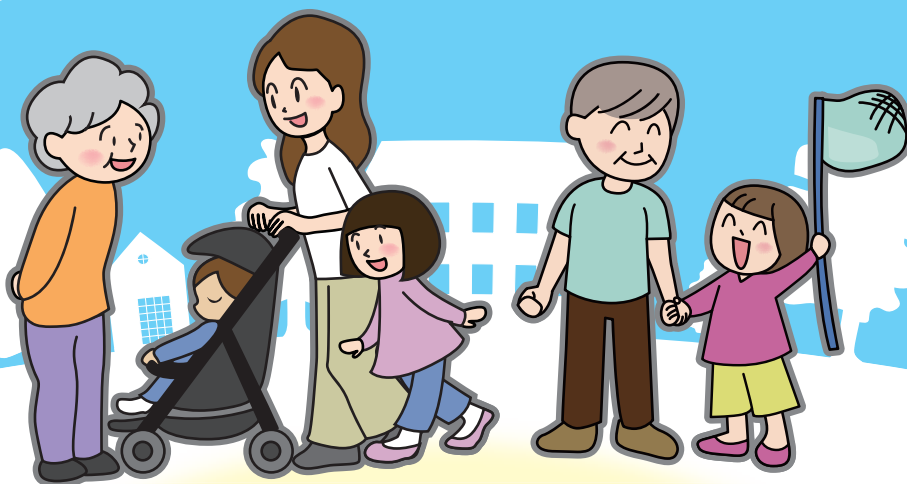


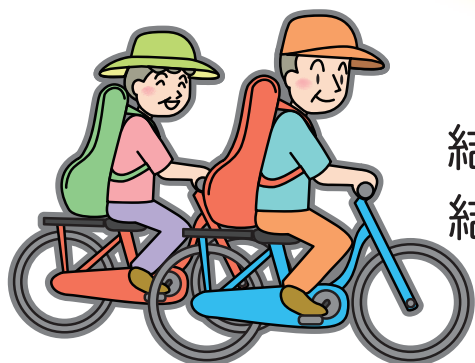
住み慣れた地域で安心して暮らせるまちに

認知症 あんしん ガイド

結城市認知症ケアパス



「認知症ケアパス」とは、認知症の人ができる限り住み慣れた地域で暮らし続け、また、認知症の人やその家族が安心できるよう、その進行状況にあわせて、いつ、どこで、どのように医療・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。



結城市認知症施策推進協議会
結城市認知症地域支援推進員
結城市



結城市ホームページ



結城市公式LINE



認知症を正しく理解しましょう

【知識編】 認知症って どんな 病気？

認知症は、脳の働きが悪くなったりすることにより、日常生活に支障がある状態のことをいいます。原因となる病気はいくつかありますが、誰にでも起こりうることを理解しておきましょう。加齢によるもの忘れや心の病気と混同されることもあるので、必要なときは、かかりつけ医を受診しましょう。



▼認知症の症状

認知症の症状はさまざまですが、「**中核症状**」と「**行動・心理症状(BPSD)**」の2種類に大きく分かれます。「中核症状」は記憶や判断力、時間や場所の認識などの認知機能が損なわれる認知症本来の症状です。「行動・心理症状」は中核症状をもとに本人の性格や周囲との関わり方、環境などが関係して引き起こされる症状で、認知症の症状として知られる「徘徊」や「もの忘れ妄想」などは「行動・心理症状」です。

中核症状

- ものごとを思い出せない。覚えられない。「記憶障害」
- 時間や場所がわからなくなる。「見当識障害」
- 判断力、理解力、思考力などが低下。等

行動・心理症状

- 徘徊 ●妄想 ●不安 ●幻覚 等

行動・心理症状はこのようにあらわれます

財布をしまった場所が思い出せない
「記憶障害」(中核症状)

▼

私がなくすわけがない。
 普段部屋に入るのは世話をしてくれる嫁だけだ

▼

嫁が盗んだと思込む
「妄想」(行動・心理症状)

【知識編】 認知症の サインに 気づいたら

認知症は原因によっては、早期に発見して適切な対応をとることで治療や進行を抑えることが可能です。認知症のサインに気づいたら早急に「もの忘れ外来」や「認知症外来」を行っている専門医に相談しましょう。



どんな病院にかかればいいのか？

認知症はうつ病や難聴などとも混同されやすいので、適切な治療を受けるためには専門医にかかるのが理想です。認知症の診断は、精神科や神経内科、脳神経外科、老年化などの診療科で受けられます。「もの忘れ外来」や「認知症外来」を行っている病院もあるので、本人を連れていくのが難しい場合は、まずは家族のかただけでも相談してみましょう。

専門医にかかるのが不安なときは

いきなり専門医にかかることに抵抗がある場合は、まずかかりつけ医へ相談してみましょう。本人の身体の状態や病歴、普段の様子も把握しているので、認知症の疑いがあると判断された場合には適切な専門医を紹介してもらえます。また、地域の高齢者についての総合相談窓口である「地域包括支援センター」に相談してみるのもいいでしょう。

受診するときのポイント

認知症の症状のあらわれ方には個人差があり、お医者さんの前では比較的是っきりと受け答えができる場合もあります。ありのままの姿を伝えるために、日頃からどのような症状がでているのかメモしておきましょう。

【対応編】 認知症の 方への 接し方

認知機能が低下することで、いろいろなことが分からなくなっているようでも、その人らしさや感情が無くなっているわけではありません。関わり方次第では介護者を悩ませる行動・心理症状の多くを和らげることができます。



ポイント① 気持ちによりそい自尊心を傷つけない

一見理解できない行動にも本人なりの理由があります。頭ごなしに否定したり怒ったり、または子ども扱いしたりすると自尊心を傷つけてしまい、その出来事自体は忘れてもいやな思いをしたという感情だけは残ってしまいます。本人の気持ちを理解するように努めて、その気持ちに寄り添った対応を心がけましょう。



ポイント② 本人のペースにあわせる

認知症になってもゆっくりであればできることも多いので、本人の様子をよく見て、焦らせたり急がせたりしないようにしましょう。また、一度にたくさんのことを言うと認知症の方を混乱させてしまいます。ゆっくりとシンプルに、分かりやすく伝えることを心がけましょう。



環境が変わることは症状を悪化させると言われています。なじみの環境を保つことも大切です。

ポイント③ 笑顔でにこやかに接する

理解はできていなくても表情や感情は伝わります。笑顔で接することで認知症の方も安心できます。多少困った行動をとってもなるべく笑顔で接するよう心がけてください。



認知症の方の抱える不安をやわらげ、寂しい思いをさせないためにスキンシップも大切です。

ただし、認知症の介護に絶対はありませんし、今日うまくいった対応が明日もうまくいくとは限りません。「こうすべき」、「こうしてはいけない」とあまり思い込まずに関わり方のヒントとして参考にしてください。

認知症の方とご家族に適時、適切なサービスと情報提供を行います

認知症の症状に応じた対応・支援体制を認知症ケアパスといいます。認知症を引き起こす疾患や身体状況などにより、必ずしもこの通りになるわけではありませんが、ご本人の様子により大まかな状況を把握していただき、今後を見通す参考としてください。表は右に行くほど認知症が進行していることを示しています。認知症の相談はまずは地域包括支援センターや市の窓口で対応しています。

※あくまでも認知症の進行の一例です。進行や症状には個人差があります。

認知症の段階	初期		中期		後期			
	健康	軽度認知障害(MCI)	認知症の疑い	認知症はあるが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要	
本人の様子	・自立	・もの忘れは多少あるが日常生活は自立 【MCIとは】 正常と認知症の中間の状態	・もの忘れはあるが金銭管理や買い物、書類の作成など日常生活は自立 ・もの忘れ ・同じことを言う	・買い物のお札でしか支払えない ・ATMの操作ができない ・身なりを気にしなくなる ・薬の飲み忘れ・趣味をやめてしまう ・意欲低下 ・火の消し忘れ	・電話の対応や訪問者の対応が一人では難しい ・同じものばかりを買う ・文字が上手に書けない ・服が選べない ・たばこに迷う ・入浴を嫌がる	・着替えや食事、トイレなどがうまくできない ・親しい人がわからなくなる ・時間・場所・季節がわからなくなる	・会話が成立しなくなる ・質問に答えられない ・トイレや入浴に介護が必要 ・歩行が不安定 ・言葉がでない	・意思の疎通が難しい ・食事介助が必要 ・歩行困難 ・寝たきり ・誤嚥や肺炎の危険がある
本人の思い	・これからどうなるのか不安なとき、周りから「もっとしっかりして」と言われると苦しい		・できないことも増えるが、できることもたくさんあることを知って欲しい！ ・できないことで一番困ることは新しい場所に一人ではいけないことと時間の感覚がないこと		・症状がかなり進んでも何もわからない人と思わないで！ ・言葉で自分の状態を表現できなくても顔や表情から、快・不快をくみとって欲しい			
家族の心構え	・家族や周りの人の「気づき」がとても大事です。何か様子がおかしいと思ったら、かかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう◎! ・本人の不安に共感しながらさりげなく手助けしましょう！		・できないことや間違いがあっても責めたり否定しないようにしましょう！ ・火の不始末や道に迷う等の事故に備えて安全対策をしましょう！ ・同じ介護を体験する家族の集いにも参加するとよいでしょう！		・食事、排泄、生活などの支援が必要になり、合併症が起きやすいことを理解しましょう！ ・介護者の気持ちを共有できる場所「認知症カフェ」などを活用しましょう！			
ご自身や家族でやっておきたいこと 決めておきたいこと	<input type="checkbox"/> 認知症や介護、介護保険のことを学ぶ機会を持ちましょう！ <input type="checkbox"/> 今後の生活設計について考えておきましょう（医療のこと、お金のこと、保険の見直し、運転免許のこと）！ <input type="checkbox"/> 家の環境を見直しましょう（火のもと、バリアフリー等）！ <input type="checkbox"/> 家族の連絡先を分かるようにしておきましょう！ <input type="checkbox"/> 安否確認の方法について考えてみましょう！ <input type="checkbox"/> 一人で抱え込まずに認知症のことを身近な人に伝え、理解者や協力者を作りましょう！ <input type="checkbox"/> 介護する家族の健康や生活を大切にしましょう！		<input type="checkbox"/> どんな医療や介護のサービスがあるのかを知って、介護サービスを利用し、がんばりすぎない介護を心がけましょう！ <input type="checkbox"/> 今後のことについて検討し、必要に応じて施設の情報収集などを行っておきましょう！					
これからの生活を安心して過ごすため、早い段階で本人や家族、医師などと話をしておき、どのような対応が必要か確認しておきましょう								

介護保険 介護保険の検討 介護保険の認定申請 介護サービスの利用

認知症の方や家族を支援する体制	予防	毎日の運動。趣味や特技を活かして社会活動に参加（ボランティア活動 シルバー人材センター） 認知症予防や閉じこもり防止のために身近な交流できる場に出かけましょう （老人クラブ シルバーリハビリ体操 地域で開催している各種サロン 各種介護予防教室）				
	医療	相談や認知症の診断（認知症疾患医療センター かかりつけ医 認知症サポート医 認知症専門医 県西認知症相談 医） 医療の専門職に自宅に来てもらう（訪問診療医 歯科医 薬剤師 看護師）				
	家族支援	相談：認知症や高齢者の福祉、介護保険に関することなど（地域包括支援センター 居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）） 認知症地域支援推進員 認知症介護アドバイザー（キャラバンメイト） 認知症初期集中支援チーム 交流：オレンジカフェ 家族介護者交流会 認知症の人と家族の会				
	介護	本人や家族の相談に応じ、情報提供やケアプランの作成、介護保険に関する手続き支援（ケアマネジャー） 自宅で受けられる生活支援や入浴などの介護サービス（訪問系の介護保険サービス） 短期間宿泊して介護を受けるサービス（ショートステイ） 通いで生活に関する機能訓練やレクリエーション、入浴、食事などの介護を受けるサービス（通所系の介護保険サービス）				
	生活支援	地域で見守りや助け合い（民生委員 警察 消費生活センター 社会福祉協議会 結城市徘徊高齢者等SOSネットワーク 認知症サポーター） 安否確認 配食サービス 愛の定期便 行方不明への備え（結城市徘徊高齢者等SOSネットワーク 民間サービス） お金の管理や財産のこと・契約に関すること（日常生活自立支援事業 成年後見制度）				
住まい	軽費老人ホーム（ケアハウス） サービス付き住宅（サービス付き高齢者向け住宅・有料老人ホーム等） 介護を受けられる住宅（グループホーム・特別養護老人ホーム）					



❖ 認知症に関する結城市の資源 ❖

交流・相談の場、家族支援

【オレンジカフェ】

認知症の人やその家族、地域の方、介護・医療・福祉の専門家など誰でも気軽に集える場所です。

- 結城中学区
- 結城東中学区
- 結城南中学区



【家族介護者交流会】

在宅で高齢者を介護している家族を対象に介護者同士の交流会を通して、元気回復(リフレッシュ)を図ります。

※開催日については、お知らせ版をご覧ください。



介護予防教室

【認知症予防教室】

日頃から認知症予防に取り組めるよう、講話(口腔含む)、運動、レクリエーションを紹介・実施いたします。

※全4回1コース(年3コース実施)
定員20人程度

【いきいきヘルス体操教室】

いつでもどこでも、道具を使わずできる体操です。生活動作を楽にする体操と嚙下体操を中心にプログラムが構成されています。

※週1回(月曜日～土曜日)
協力:結城いきいきヘルス体操会



結城市徘徊高齢者等SOSネットワーク

市内に住む日常的に徘徊するおそれがある認知症高齢者等が行方不明になった場合に、結城市、結城警察署、結城消防署、協力事業所や協力者と連携し、早期に発見、保護するためのネットワークです。

- 事前登録:市担当課窓口で登録できます
- 登録時ご本人の写真が必要です
- ※申請した情報は結城警察署へ提供します

茨城県おかえりマーク

認知症によって外出先から自宅に帰れなくなり警察などに保護された場合に備えて、靴や杖、衣服など身の回りのものにつけられるおかえりマークを配布しています。

認知症初期集中支援チーム

●内容

認知症がある方、またはその疑いがある方やその家族の自宅をチーム員が訪問し、今後の対応策を一緒に考えます。

その後、専門医を含む専門チームが支援方針を検討し、必要に応じ関係機関と連携を図りながら、おおむね6カ月以内に医療機関への受診や介護保険サービスの利用などにつながるお手伝いをします。

●対象者

自宅で生活している40歳以上の認知症が疑われる方や認知症の方で次の①～④のいずれかに該当する方

- ①認知症の診断を受けていない方
- ②継続的な医療を受けていない方
- ③介護保険サービスを利用していない人や中断している方
- ④認知症の症状が強いため対応に困っている方

❖ 各種相談機関 ❖

●結城市地域包括支援センター

- ◎高齢者の相談窓口として、市内に3か所設置されています。
- ◎認知症がご心配な方の相談をはじめ、認知症介護のアドバイスや医療機関の受診、介護保険サービスや高齢福祉サービスを利用する方法などの相談に応じています。
- また、ご近所でご心配な方の相談にも対応しています。
- ◎詳しい連絡先は、最終ページに掲載しております。



●三岳荘 小松崎病院 認知症疾患医療センター

☎0296-24-2410

※月曜日～金曜日(祝日、年末年始除く) 9時～16時



- ◎認知症の方やご家族、関係機関からの認知症に関する様々な相談に専門の相談員が応じます。
- ◎認知症かその他の病気ではないか必要な検査を行い、総合的に判断します。
- ◎診断に基づいて、その方に応じた治療などの方針を検討します。

●(公社)認知症の人と家族の会

☎029-828-8099(電話相談専用)

※月曜日～金曜日(祝日、年末年始除く) 13時～16時

- ◎認知症の介護の経験者が様々な悩みや心配事などに対応しています。
- ◎認知症ご本人・介護ご家族・関心のある方々が集まり、日々の悩みごとや疑問を語り合う「つどい」や、気軽に交流できる「オレンジカフェ」を開催しています。
- ◎詳しくは上記連絡先へお問い合わせください。

認知症の人と家族の会
ホームページ



茨城県支部
ホームページ



●若年性認知症コーディネーター

(筑波大学附属病院認知症疾患医療センター)

☎029-858-3645

※月曜日～金曜日(祝日、年末年始除く) 9時～17時



- ◎65歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」といいます。若年性認知症の特性に配慮した就労継続支援及び社会参加支援等の推進を図ります。

◆ 安心して暮らしていくために ◆

～認知症に関する相談窓口～

認知症の診断など

(かかりつけ医)

認知症の診断や、家族からの相談に応じて専門医との連携を図り診察します。

(認知症サポート医)

「かかりつけ医」への助言等の支援を行うとともに、専門医療機関や地域包括支援センター等との連携役となる医師です。



(もの忘れ外来)

- 結城病院
結城市大字結城9629-1 ☎0296-33-4161
- 城西病院
結城市大字結城10745-24 ☎0296-33-2111

(認知症疾患医療センター)

- 三岳荘小松崎病院
筑西市中館69-1 ☎0296-24-2410

消費生活センター

悪質商法や消費者被害等の相談に対し、消費生活相談員が解決に向けた助言を行います。

※月曜日～金曜日(祝日、年末年始は除く)
午前9時～午後4時
結城市役所2階 ☎0296-32-1161

運転免許の返納相談

- 結城警察署 交通課
☎0296-33-0110
- 茨城県警察運転免許センター
☎029-293-8811



地域包括支援センター

認知症に関すること、高齢者全般の相談に応じています。

結城市の地域包括支援センターと担当地区

東部地域包括支援センター 「たけだ」

東部担当地区

本町 戸野町 曾我殿台 陣屋町 塔の下
見晴1丁目 見晴町 観音町 戸張町 大切町
番匠町 永横町 浦町 白銀町 立町 国府町
国府町1丁目 肝入町 木町 大町 西町
御朱印町 石町 鍛冶町 神明町 栄町
紺屋町 西の宮 玉岡町 字大谷瀬 大谷瀬町
鉄砲宿 人手町 上小墾 下小墾 宮の下
松木合 小森 宮崎 慶福 久保田 中 泉
林 鹿窪 下り松3丁目 下り松4丁目
下り松6丁目 辻堂

電話:0296-45-5501

住所:結城市大字結城12741番地

人手観音堂

ラーメン屋

県道15号 結城・下妻線

自動車販売店

東部地域包括
支援センター
「たけだ」

介護老人保健施設

健田

西部地域包括支援センター 「ヒューマン・ハウス」

西部担当地区

下り松 城の内 新福寺 新福寺1丁目
新福寺2丁目 新福寺3丁目 新福寺4丁目
新福寺5丁目 新福寺6丁目 中央町1丁目
中央町2丁目 城南町1丁目 城南町2丁目
繁昌塚 大橋町 富士見町 川木谷
川木谷1丁目 川木谷2丁目 みどり町1丁目
みどり町2丁目 富士見町3丁目 富士見町4丁目
立の山東 立の山西 立の山南 立の山北
本田 上海道 上の宮 逆井 五助 四ツ京
公達 作の谷 下の宮 仁軒地 仁軒地西
アビダス城西 善長寺 猿内 黒田 古新田
寺内

電話:0296-45-8222

住所:結城市大字結城10767番地24

特別養護老人ホーム

西部地域包括
支援センター
「ヒューマン・ハウス」

城西病院

美容院

工場

県道264号 結城・小山線

南部地域包括支援センター 「青嵐荘」

南部担当地区

片蓋 西坪 矢畑 北坪 芝良前 中坪 東坪
古山 瓦塚 我里内 河岸 追立 馬場 南宿
前法内 原 芝崎 平間 先城谷 血窪 上成
田間上 田間中 田間下 武井上 武井下
武井南 大戦防 江川新宿 江川大町西
江川大町東 大木西 大木東 大木北 鷲の谷
新田間町 小松町 北茂呂 南茂呂 七五三場
東茂呂 一ツ木 前新田 蓮縄田 出山 粕礼
今宿 山川新宿 新宿新田 善右衛門新田
古宿新田 山王 芳賀崎 浜野辺 水海道

電話:0296-54-6477

住所:結城市大字七五三場210番地1

県道17号
結城・境線

南部地域包括支援センター
「青嵐荘」

第一線材
鋼業

特別養護
老人ホーム内