

知っておきたい認知症のこと

認知症とは何ですか？

単なる物忘れとは違います。
脳が障害される事で、脳の細胞が死んだり、働きが悪く
なって生活にも影響を与えるようになった状態をいいます。

まず、認知症を
知しましょう！



認知症にはどんなタイプがありますか？



- アルツハイマー型
- レビー小体型
- 血管性認知症（脳梗塞などによるもの）
- 前頭側頭型（別名：ピック病）
- その他

うつ病など認知症と
よく似た症状の病気もあります。
正しい診断が重要です。

どんな症状が見られますか？

- 覚えられない、すぐに忘れてしまう
- 時間や日にち、場所や人が分からない
- 理解や判断ができなくなる
- 計画を立てて段取りをすることができなくなる など



治療方法は？

○脳の細胞が障害されるので、認知症が治るという事はありません。
しかし、認知症が基になり、環境や本人の性格が原因となって起こる「妄想」
「徘徊」「暴言」などの症状（この事を周辺症状：BPSDといいます）は、正しい
対応や声掛けで症状が軽減する事もあります。他にも、症状によって服薬や運
動療法、作業療法などを行う事もあります。

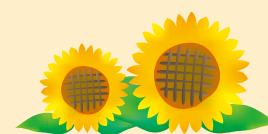


**認知症は“特別な病気”ではありません。
わたし自身や家族・身近な周囲にも起こりうる病気です。**

このひまわりケアパスは、対馬市地域包括支援センターが作成しています。

認知症になっても自分らしく過ごせるために

ひまわりケアパス



＊＊認知症ケアパス＊＊

一緒に支え、応援します



認知症ケアパスとは、認知症という道のりを歩いていくご本人・ご家族・そして
周りの方々へ介護で困ったときに立ち止まり、“今すべきこと”“これからのこと”が
分かる『みちしるべ』となるように作成したものです。

認知症になっても、生活の中での“変化”や“気づき”に合わせて支えあいながら地
域活動や介護保険サービスなどを組み合わせ利用し、自分らしく生活していくため
に活用して頂けると幸いです。

「ひまわりケアパス」とは…太陽を向いて咲くひまわりのように前を向いて生き
ていくことができるようにという気持ちを込めて名付けました。



対馬市地域包括支援センター

ケアパス

認知症になっても、生活の中での“変化”や“気づき”に合わせて支えあいながら地域活動や介護保険サービスなどを組み合わせて利用し、自分らしく生活していくために活用して頂けると幸いです。

いつまでも自分らしく暮らすために
地域でできること

利用できる介護サービス



- グループホーム
- 特養などの施設入所

* 常に専門医療や介護が必要

○デイケア



○ショートステイ

○訪問看護

* 日常生活を送るには 支援や介護が必要



○ヘルパー

○福祉用具

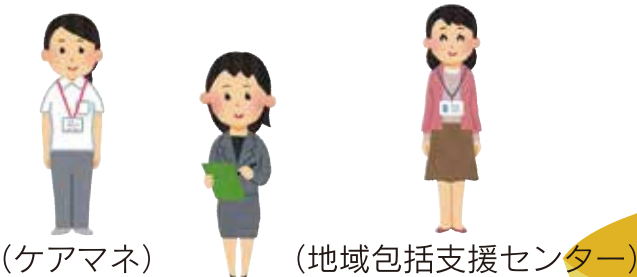
○住宅改修



○デイサービス

○配食サービス

* 誰かの見守りがあれば 日常生活は自立



(ケアマネ)

(地域包括支援センター)

(認知症地域支援推進員)

- 健康づくりや介護予防教室に取り組む。
- 地域とのつながり（社会参加）を大事にする。

* 食事、トイレ、入浴など日常生活に誰かの助けがないと難しい。

* 『ものを盗られた』などの発言をする。
* 家までの道のりが分からなくなる。
* 洋服の着替えがうまくできない。

* もの忘れが増えるが自覚もある。(他者からも言われはじめる。)
* 日常生活は自立しているが、計算間違いなどが増える。

家族の心得・対応のポイント
本人の行動・気持ちの変化

↑重度認知症 ↓ 中等度認知症 ↓ 軽度認知症

* 本人が安心できる環境づくりを心がける。

* 同じことを聞かれても、きちんと受け答える。
* 何でもかんでも取りあげず、本人のできないことをサポートする。

* 年齢のせいにはせず、気になり始めたら、早めに専門医や各相談窓口へ行き対応する。



(民生委員)・(区長) など

介護予防・生活支援

すまいと住まい方

本人の選択と本人・家族の心構え

○弁護士

『成年後見制度』など

○社会福祉協議会

『日常生活自立支援事業』

- ①福祉サービス利用援助
- ②日常的なお金の管理
- ③大切な書類をお預かりして保管などのお手伝いをします。



○認知症疾患医療センター



○往診・訪問診療



○高齢者声かけ訓練

○家族のつどい



○地域の見守り



○もの忘れ外来



○初期集中支援チーム



○認知症サポーター



○認知症カフェ



かかりつけ医院

予防

- 健康診断
- 老人クラブ
- 歯科検診
- 地域サロン
- 介護予防教室
- 自主活動グループなど

※お住まいの地区によって、支援・サービスの種類や内容などは異なります。



総合相談

高齢者の認知症や介護に関する相談に対応します。
何かお困りごとがあれば、お気軽にご相談ください。

相 談 先	担 当 地 区	連 絡 先
南地区保健センター	厳原町・美津島町（根緒地区から大山地区まで）	0920-53-6213
長寿介護課	美津島町（小船越地区から濃部地区まで） 豊玉町・峰町・上県町・上対馬町	0920-58-1118



認知症カフェ

認知症の方とご家族や、認知症に関心のある地域の方々など気軽に参加できます。
茶話会や交流、専門スタッフへ相談ができます。



認知症高齢者の家族のつどい

認知症の方を介護している家族が集まって、お互いの介護経験を話し合ったり、悩みを打ち明けあったりしています。



物忘れ外来

「物忘れ」が気になっておられる方のための外来です。
加齢に伴う「物忘れ」は誰もが経験することですが、病気による「物忘れ」は放っておくと進行し、日常生活にも支障をきたすようになります。
「おやっ??」と思う症状がある方はぜひ一度受診し、専門医による診察や検査を受けていただくことをお勧めします。ご家族だけのご相談も可能です。

どんな診療？ ○専門医による問診・診察
○血液検査、画像検査、他
いつ？どこで？ ○毎週水曜日（第5週を除く）
○14:00～16:00
○長崎県対馬病院 1階内科外来
お問い合わせ ○長崎県対馬病院 TEL 0920-54-7111

※まずはお電話にてご相談ください。



認知症疾患医療センター

名 称	予約受付時間	連絡先
長崎県対馬病院精神科	15:00～ ※要予約	0920-54-7111

※長崎県対馬病院は、平成29年に『認知症疾患医療センター』の指定を受けています。



認知症初期集中支援事業

医療や介護の専門職が、認知症が疑われる人や認知症の人及びそのご家族を訪問し、必要な医療や介護の導入・調整や家族支援などの初期の支援を包括的・集中的に行います。

◆対象者

40歳以上の方で①・②のいずれかに該当する場合

①医療サービス、介護サービスを受けていない方、中断している方

②医療サービス、介護サービスを受けているが、認知症の行動心理症状が顕著なため対応に苦慮している方



成年後見制度

成年後見制度とは、判断能力が不十分な方を法律的に支援するための制度です。家庭裁判所から選任された後見人などが、本人に代わって『本人の財産を管理』したり、必要な契約を結んだりすることによって、本人を保護・支援します。



認知症の人と接するときの7つのポイント



- まずは見守る
- 余裕をもって対応する
- 声をかける時は1人で
- 後ろから声をかけない
- 相手に目線を合わせてやさしい口調で
- おだやかに、はっきりした話し方で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症は適切な治療やケアによって進行を抑えたり、症状を軽減することができます。認知症を理解し、さりげなく手助けができる“こころのバリアフリー社会”を目指しましょう。



認知症サポーター養成講座のご案内

「認知症サポーター」とは、何か特別なことをするわけではありません。認知症を正しく理解し、身近に認知症の人がいたとしても、そっと見守る、そっと手助けする方を地域に増やし安心して暮らせる対馬市を目指しています。

5人程度お集まりいただければ無料で出張いたします。
この講座が、認知症を理解して支えあうはじめの一歩になればと思います。

