

宇美町

認知症ケアパス

「認知症ケアパス」とは、家族が認知症になっても、いつ、どこで、どのようなサービスを受ければいいのか、その時の状況に合わせてあらかじめ示したもので、本人とご家族が自宅で安心して暮らしていくためのヒントを書いた冊子です。





～～～ 認知症ケアパス ～～～

認知症の人を家族や周囲の人は、“認知症だから何もできない”と決めつけてしまいがちです。しかし、認知症の人は、実際は何もわからなくなるわけではなく、直前の記憶を失っているだけで、感情は普通どおりにあります。

褒められれば嬉しいし、叱られれば悔しい、役に立たないと言われれば悲しくなります。喜び、怒り、寂しさ、悲しみなど、人間なら誰でも持っている感情は、以前とまったく変わりません。その中で、自らの変化にとまどい、不安を感じています。そのような認知症の人の“今”に寄り添う家族の方に、このケアパスをお届けします。

もくじ



- P. 2 …… 自分でできる!かんたんチェックリスト
- P. 4 …… 認知症は、脳の病気です
- P. 5 …… 認知症 主な症状
- P. 6 …… 認知症 種類とその特徴
- P. 8 …… 認知症の方の対応の仕方
- P. 9 …… 認知症の方のこんな時、
こう対応してみてもいい?
- P.10 …… 地域で認知症予防
- P.11 …… こんな場所や支援者もいます
- P.12 …… 認知症 受診・診察・治療
- P.14 …… 認知症の方が利用できるサービス
- P.15 …… もしもお金の管理に困ったら
- P.16 …… 認知症にかかわる生活の相談をする所
- P.17 …… 家族がもつ不安や悩みの相談窓口
- P.18 …… 認知症を相談する窓口
- P.19 …… その他物忘れ外来、若年性認知症
相談窓口
- P.20 …… 「認知症ケアパス」

● こんな状況になったこと、ありませんか？ ●

最近、

少し前の出来事が思い出せない。

記憶力が悪くなった。

なんとなく怒りっぽくなった。

と思う方。

あるいは、

家族（夫、妻、高齢の親）の行動が、

最近なんとなくおかしい。

と感じている方。

「もしかして、認知症かも？」と、気になったら

次のページの

「自分でできる！かんたんチェックリスト」

に答えてみてください。



認知症予防
のための

自分でできる！ かんたんチェックリスト

「もしかしたら認知症？」と気になり始めたら、次の項目をチェックしてみましょう。
各項目の中で、最もあてはまる答えに○をつけてください。



1 身近な人や物の名前が思い出せないことがある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
2 言おうとする言葉がすぐに出てこないことがある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
3 昨日食べた食事のメニューが思い出せない	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
4 物を置いた場所が分からなくなることがある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
5 今日の日付が分からないときがある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
6 家電製品やATMの操作がうまくできないことがある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
7 おつりなどの簡単な計算が困難になってきた	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
8 片方ずつちがう靴下を履いてしまうことがある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
9 誤って同じ物を何度も買ってしまうことが増えた	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
10 歩いている人にぶつかることが多くなってきた	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
11 「前にも同じ話をしていた」と指摘されることが多い	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
12 薬の飲み忘れを指摘されることが多い	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
13 部屋が散らかっているとされたことが増えた	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
14 身だしなみの乱れを指摘されることが多くなった	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
15 予定していたことを忘れてしまうことが増えた	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
16 怒りの感情が抑えられないことが増えた	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
17 お風呂や歯磨きが面倒に感じるようになってきた	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
18 何をするのも億劫に感じることもある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
19 よく見知った道なのに迷ってしまうことがある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点
20 週3日以上、家から全く出ない日がある	ほとんどない 0点	たまにある 1点	よくある 2点

チェックした項目の点数を合計してください



○をつけた項目の点数を合計して、該当する結果をチェック！

合計が 0 ～ 9 点の方

認知機能低下の可能性は低いです。
これからも認知機能を維持する頭の体操をするなど生活習慣に気をつけましょう。



合計が 10 ～ 16 点の方

物忘れの症状が、現れる頻度が高くなっています。
適度な運動やバランスの取れた食事、頭の体操など、やってみましょう。
また他人と話をする機会を増やしたり、外出や規則正しい生活を心がけましょう。気になる方は一度、ご家族やかかりつけ医、もしくは専門の医療機関にご相談ください。



合計が 16 点以上の方

認知機能の低下が進んでいる可能性があります。
早めにかかりつけ医や専門の医療機関に相談することをお勧めします。



『自分でできるかんたんチェック』は、西川泰章（医師）と石川立美子（一般社団法人日本非薬物療法協会／代表理事）の監修のもと、一般社団法人日本認知症予防協会が作成いたしました。

このチェックによって出た結果は、あくまでも目安であり、認知症やMCIについて診断・決定するものではありません。



「物忘れ」と「認知症」は違います。

おおよそ40代後半～50代に実感する「物忘れ」。物忘れが急に増えて、「認知症」かもしれないと不安になる人も多いでしょう。

しかし、加齢による物忘れと認知症の大きな違い、それは、**忘れたことへの自覚があるかないか**ということです。認知症は、記憶に障がいが出たり、生活に支障が出てくる「脳の病気」です。



加齢による「物忘れ」	「認知症」の記憶障害
<input type="checkbox"/> 朝食に何を食べたのか忘れるが、ヒントをもらえれば思い出せる。又は、聞けば思い出せる。	<input type="checkbox"/> 朝食を食べたこと自体を忘れ、ヒントをもらっても思い出すことはない。
<input type="checkbox"/> 目の前の人の名前が出てこない。	<input type="checkbox"/> 目の前の人が誰なのかが分からない。
<input type="checkbox"/> 日付や曜日を間違えることがある。	<input type="checkbox"/> 日付や曜日が分からない。
<input type="checkbox"/> メガネをしまったがどこにしまったか忘れる。	<input type="checkbox"/> メガネをしまったこと自体を忘れる。
<input type="checkbox"/> 旅行に行ったことは覚えているが、地名を忘れた。	<input type="checkbox"/> 旅行に行ったこと自体を覚えていない。
<input type="checkbox"/> 約束をすっかり忘れてしまった。	<input type="checkbox"/> 約束したこと自体を忘れる。
<input type="checkbox"/> 買い物に行って、卵を買い忘れる。	<input type="checkbox"/> 買い物に行ったことを忘れて、卵を何個も買ってしまう。

※あくまでも目安です。

「うつ病」は認知症と間違えやすい病気。

特に高齢者の「うつ病」は、意欲や集中力、記憶力の低下が多いため認知症と間違えてしまうこともあります。

うつ病は、**65～75歳の女性に多く**、常に病気を患っている人や離婚・死別を経験された人など、心が落ち込みやすい状況になるほど、うつ病になりやすい傾向がありますが、**認知症ではありません**。



認知症の方なら**必ず現れる症状（中核症状）**があります。

記憶の障がい

- ご飯を食べたことを忘れる。家族を忘れる。
- 最近起こった出来事の記憶が、抜け落ちていく。
- 覚えていたこと自体を忘れてしまう。

見当識の障がい

- 今日が何月何日か分からない。
- ゴミの日が分からない。
- 季節に合わない服を着る。
- 場所を忘れ迷子になる。



理解する力・判断する力の障がい

- 困ったことが起きてても対処できない。
- いつもと違う出来事に対して混乱する時がある。
- 計算ができない。

今からやろうとすることができない

（実行機能障がい）

- 今までできていたことが、できなくなる。
- 料理の段取りが分からない。
- リモコンがうまく使えない。



こういう行動が出る時も…（周辺症状）

認知症が引き金となって、**心の落ち込み、無気力、怒りっぽい、暴言、寝付かない、徘徊、幻覚**などが行動や心理に現れます。



これは、薬や接し方で改善します。

認知症の中で一番多く、特に女性に多い。

アルツハイマー型認知症



脳に不要なタンパクが溜まって、脳の細胞を変化させたり、死滅させたりして、物忘れなどの認知症の症状が出てきます。

特徴的な初期症状

- 同じことを何度もたずねる。
- 今日が何月何日か分からない。
- 調理の手順が分からなくなる。
- 慣れた道に迷う。
- 財布や鍵など、どこに置いたか分からなくなる。

など



脳出血や脳梗塞などが原因、特に男性に多い。

血管性認知症



脳の血管が詰まったり、流れが悪くなって、栄養や酸素が送られず、脳細胞がダメージを受けて、失認や失語、失行の症状が出てきます。

特徴的な初期症状

- 服の着方脱ぎ方が分からない。
- ボタンがかけられない。
- 物体が何なのか分からない。
- 見えているのに、空間の半分が認識できていない。
- 人の話は理解できるが、自分から言葉で出ない。又は、言葉は出すが、まとまりがない。

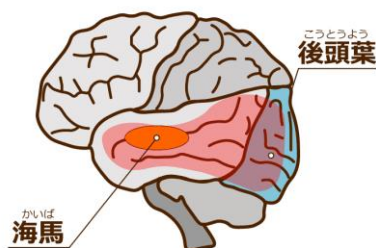


病院の診断を受けると、おおむねこの4つに分けられます。

「特徴的な初期症状」を見ると、思いあたるところがあるかもしれません。

見えないものが見える「幻視」が特徴で、男性に多い。

レビー小体型認知症



レビー小体というタンパク質が、大脳皮質に溜まって、手足が震える症状が出たり、見えないものが見える幻視の症状が現れることがあります。

特徴的な初期症状

- 手足が震える。動きが遅い。
- 姿勢のバランスが悪い。
- 知らない子が部屋で遊んでいるのが見えたり、小動物が見える。
- 朝方調子が悪く、夕方良くなる。
- 寝ている時に突然大声を出す。



攻撃的な性格に変わったり、おかしな行動が現れる。

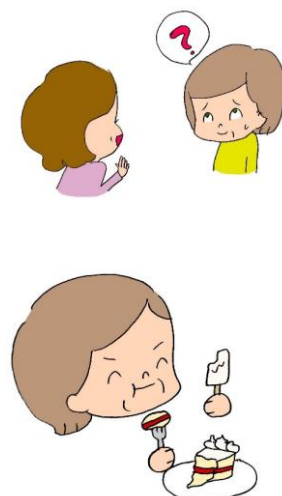
前頭側頭型認知症



人格が変わってしまうことが大きな特徴です。意欲がなくなったり、怒りっぽくなったり、感情をコントロールすることが、難しくなります。

特徴的な初期症状

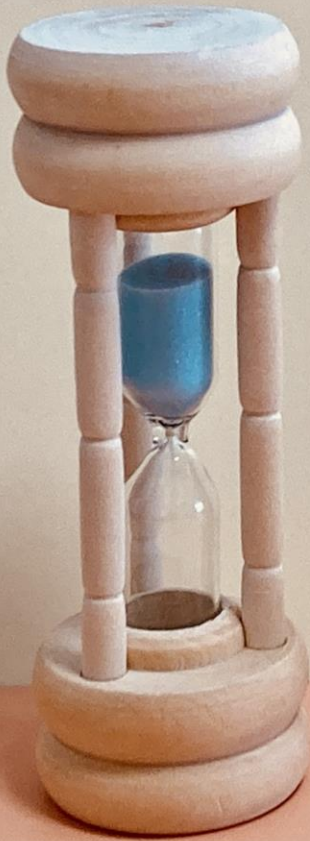
- 知人の顔を見ても分からない。
- お店の商品を勝手に持っていく。
- 信号無視を繰り返す。
- 甘い物を過剰に好きになる。
- 毎日同じ料理を食べたり、あるものすべてを食べたりする。



認知症の方の不可解な行動や、家族を悩ませる行動にも本人なりの理由があります。常識や今の状況を押し付けるのは逆効果になるため、本人の気持ちに寄り添った声掛けや気持ちの持ち方が大切です。

認知症の人と接する時の 7つのポイント

1. まずは見守る。
2. 気持ちに余裕をもって対応する。
3. 声をかける時は、一人で。
4. 後ろから声をかけない。
5. やさしい口調で。
6. おだやかに、はっきりとした話し方で。
7. 本人の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する。



社会福祉協議会では、
地域で開催する認知症サポーター
(P.11参照)養成講座の中でも、
対応の仕方についてお話ししています。



認知症の方のこんな時、 こう対応してみてもいい？

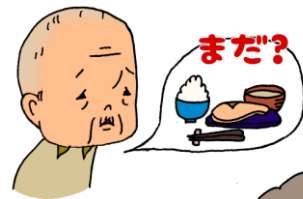
「ごはん、まだ食べてないよ」

さっき食べたじゃないと言うと、不安になり怒り出すこともあります。

「準備するから待ってて」

「昼ご飯は、13時にしましょう」

しっかり耳を傾け、どうしたいかを聞いてあげることが大切です。



ゆっくりするね

「どちら様ですか？」

訂正しすぎたり、バカにしたりするとパニック状態になります。

娘・息子と思うならそのまま。
知らない人なら、はじめまして。

本人の世界に合わせる大切です。



どなた？



はじめまして

「財布を盗まれた」

誰も盗んでいませんと責め立てると、逆効果で犯人扱いされることもあります。

財布がないと困りますね。
一緒に探してみましょう。

共感的に言葉をかけながら、一緒に探し、さりげなく本人に見つけてもらうようにすると安心します。



いっしょさがさって

認知症（予防）カフェ

認知症カフェは、認知症の方と家族はもちろん、地域の方や介護に関わる方など、誰でも参加できます。参加者同士で会話を楽しんだり、介護のことを話したり、脳トレで認知症の予防になったりとゆっくりした時間を過ごします。

地域の方と顔見知りになるので、孤立を防ぐメリットもあります。

【くすもりカフェ】 参加無料・申込不要

- 期日：毎月第1水曜 10時～11時半
- 場所：宇美町立老人福祉センターくすの杜



介護予防教室（各小学校区）

お住いの小学校区で実施している介護予防教室です。認知症予防にもつながる、運動や脳トレ、レクリエーション、保健師さんによるお話など、毎週（月4回）行っています。

【対象】65歳以上の宇美町内在住者で、歩行などに介助が不要な方、かつデイサービス等へ通所していない方

【申込】宇美町役場健康福祉課

【参加費】無料



小学校区	教室名	日時	会場
宇美東小学校区	わくわくクラブ	月曜 第1～第4 10：00～	障子岳公民館
桜原小学校区	さくら元気クラブ	水曜 第1～第4 10：30～	し～ず・うみ
原田小学校区	原田の郷介護予防教室	木曜 第1～第4 10：00～	南町民センター
宇美小学校区	元気・宇美つくす	金曜 第1～第4 10：30～	うみハピネス
井野小学校区	フレッシュ井野	金曜 第1～第4 10：00～	井野小学校区 コミュニティセンター

7

こんな場所や支援者もいます

ふれあいいきいきサロン

ご近所さん同士が気軽に集まる「仲間づくり」「出会いの場づくり」「健康づくり」を目的とした自治会の活動です。

お住いの地域にサロンがあるかどうか、宇美町社会福祉協議会にお尋ね下さい。



介護者の会、家族介護支援

介護をされているご家族の精神的負担を軽くすることを一番の目的としています。

そのために、介護者同士の茶話会や日帰りバスハイク、また介護の専門家をお呼びして、看取りや心の持ちようについての講演会などを行っています。



認知症地域支援推進員

認知症になっても、安心して地域で暮らせるように、病院や介護保険の事業者、行政など関係する機関とつながり、認知症カフェなどを開催して、本人や家族の声を聞いて支援していく人です。

宇美町社会福祉協議会が担っています。



認知症サポーター

認知症の方や家族を見守る、町のサポーター（認知症についての講習を受けた方は誰でもなることができます。）です。サポーターは小学生から高齢者までいらっしゃいます。町で困った時には、手を差し伸べてくれることと思います。



サポーターの証 オレンジリング

- 気になりだしたら、まずはかかりつけ医へ
- かかりつけ医がない場合は、専門医へ

かかりつけ医は、本人やご家族のことを日頃からよく知っている
ので、まずはかかりつけの医師へ相談しましょう。認知症ではない
場合もあります。

【専門医】

脳神経外科・もの忘れ外来

神経内科・心療内科・神経科

(18.19ページに病院名を掲載)



- 早期受診は、治療や改善の可能性がある！

認知症には、治療できる、症状が改善する、進行を遅らせることが
できる場合があります。そのタイミングを逃さないように早期受診は
必要です。

- 受診にはコツがある！

- 本人と家族と一緒に受診する時、本人を目の前にして話しにくいことも
あります。そのため、話しにくいことは事前に医師に相談したり、メモ
や手紙で伝えたりするといいかもかもしれません。
- 受診日までに準備した方がよいのは、「記録」です。いつからどんな症
状が現れたのか、これまでの既往歴、普段飲んでいる薬の種類など、
その場で口頭で説明するより、紙に書いた方が医師も分かりやすいと
思います。

本人が受診を嫌がる場合は、こんな声掛けしては？

「自分はおかしくないから病院へ行く必要はない。」と思っている方に「病院へ行きましょう！」と言っても拒否します。また、自分自身の異変に気付いている人は、自尊心が傷つき、より殻に閉じこもって拒否感を強めます。本人に今までの物忘れの例をあげて説明したり、早く受診すれば治る“もの忘れ”があることを伝えてください。

そして、最後に一言付け加えてほしい言葉は・・・

「私（家族）のために、
病院で診てもらってほしい。」
「大切なあなたが認知症になったら困る。
だから私のために受診してほしい。」

と声掛けしてみてください。

たとえ認知症になっていたとしても、
家族を思う心は十分に残っています。



代表的な認知症テスト

■ 長谷川式認知症スケール（HDS-R）

所要時間 5分～10分でテストができる日本では主流のテストです。
簡単に準備できる日用品を使って行う認知症テストの妥当性は高いです。

「年齢はいくつですか？」 「今日は何年何月ですか？」
「これから言う3つの言葉を言ってください。桜・猫・電車」
「これから言う数字を、逆から言ってみてください。」 など



■ ミニメンタルステート検査（MMSE）

長谷川式テスト（見当識・記憶・計算・言語）に、「図形」を加えたテストで、
世界標準のテストとして活用されています。ただ、図形の描写なので、ペンを
握ったり字が書けることが前提となります。このテストの点数が低い場合、
脳血管性認知症の疑いがあると考えられます。

今の認知症の状況によって、利用できる又は利用した方がよいと思われるサービスは、さまざまです。ケアマネージャーさんや専門の方に聞くことをおすすめします。

一般的なサービス

- ケアプランサービス
- ホームヘルプサービス
- 訪問看護
- デイサービス
- ショートステイ
- など

認知症ケアに特化したサービス

■ 認知症デイケア

重度認知症を治療したり、自宅で生活が送れるよう支援することを目的に医師や看護師、精神保健福祉士など専門的なケアをします。

■ 認知症対応型デイサービス

認知症の方を対象にした食事や入浴、生活する上での日常的な動作の訓練をすることができる日帰りのサービスです。

■ 小規模多機能型居宅介護

ヘルパー型のサービスや宿泊型のサービス、又は医療面も組み合わせながら、認知症の方にあったサービスを多機能的に提供します。小規模なので利用者も顔なじみになりやすく、安心感があります。

■ グループホーム

食事、入浴、排せつなどの介護を受けつつも、自分でできることは自分でするという、残存能力を生きしながら少人数で共同生活を送ります。家庭的な雰囲気があるところが特徴です。

お金が管理できなくなる不安は、誰にでもあります。

認知症になって「通帳を無くすかもしれない。」「銀行でお金をおろせなくなるかもしれない。そうなると生活できなくなって、生きていけない。」

こんな不安は、本人だけではなく、離れて暮らす息子さん娘さん、そして近くにいると一緒に暮らすことができない身内の方にもあると思います。

また、お金がからんでいるだけに余計心配です。

身内であればいつでも銀行でおろせると思いきや、毎回その証明をするのに時間がかかり一苦労です。

身内がいらっしゃる方ははまだいい方で、身内もない方は、自分以外誰も銀行でお金をおろすことができません。

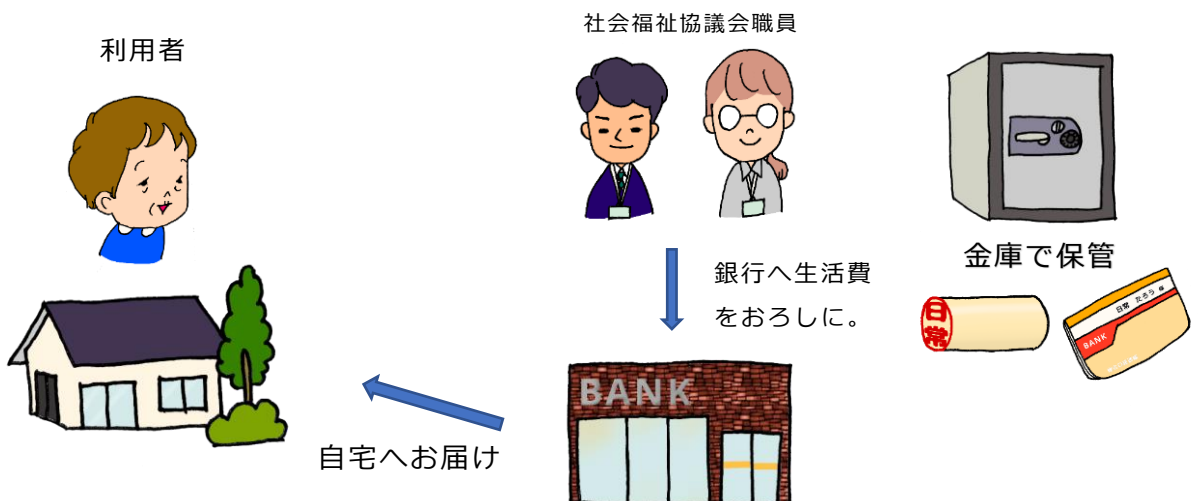


社会福祉協議会のこの制度、知っておいてください。

「日常生活自立支援事業」

- 悪い業者にだまされたり、通帳や印鑑を無くしたりしないよう、社会福祉協議会の事務所金庫で大切に保管します。
- 本人に代わって、銀行や郵便局で生活費の出入れを行います。また、本人が必要な福祉サービスを関係機関と連絡調整します。

【社会福祉法第2条 福祉サービス利用援助事業】



11

認知症にかかわる 生活の相談をする所

宇美町地域包括支援センター

☎ 934-2249 月～金 8:30～17:15

宇美町役場 1階

主任ケアマネージャー、社会福祉士、保健師が連携して、介護・福祉・医療の相談を受ける総合的な窓口です。



宇美町役場 健康課

☎ 934-2243 月～金 8:30～17:15

宇美町役場 1階

高齢者が在宅生活を送るための様々なサービス、介護保険の申請受付を行っています。



宇美町社会福祉協議会

☎ 931-1008 月～金 8:30～17:15

宇美町立老人福祉センター

社会福祉士、介護福祉士、看護師、介護支援専門員の資格をもつ職員がいます。

判断能力が不十分な方のために、金銭管理をしたり、認知症カフェや介護をする家族のリフレッシュ事業などを行っています。



12

家族がもつ不安や悩みの 相談窓口

公益社団法人 認知症の人と家族の会

☎ 0120-294-456 (本部フリーダイヤル) 月～金 10:00～15:00

☎ 050-5358-6578 (携帯電話・スマートフォン用 ※通話料有料)

認知症についての知識や介護の仕方、介護のグチや悩みを思う存分話してください。少しでも心が軽くなり、元気を出してもらえるよう、経験者が丁寧にお聞きします。

● 認知症の人と家族の会 福岡県支部

☎ 771-8595

火・金 10:30～15:30

〒810-0062

福岡市中央区荒戸3-3-39

福岡市市民福祉プラザ団体連絡室



福岡県認知症介護相談

☎ 574-0190 水・土 11:00～16:00

〒816-0804

春日市原町3-1-7 知-バ-プラザ内

認知症の方や家族が抱える介護の悩みなど相談に対応します。相談員は認知症の家族を介護された経験者の方です。



まずは**かかりつけ医**へ相談しましょう！

【福岡県認知症医療センター】

(医) 社団緑風会 水戸病院



〒811-2122

糟屋郡志免町志免東4-1-1

☎ 092-935-0066

- ・ 認知症の相談、専門的な診断や治療を行っている福岡県指定の認知症医療の専門病院です。
- ・ 治療だけでなく認知症高齢者が地域で生活するための町づくりにも貢献されています。
- ・ 受診は予約制です。

相談時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	×
12:00～17:00	●	●	●	●	●	×	×

認知症医療センターは、認知症医療の拠点病院

認知症医療センターは、認知症に関する詳しい診断や、行動・心の状態、身体との合併への対応、専門相談を行う医療機関です。

地域での認知症疾患の保険水準の向上を図るために、都道府県が指定した認知症医療の拠点となる病院で、かかりつけ医や介護・福祉施設、行政とも連携しています。

14

その他物忘れ外来、 若年性認知症相談窓口

医療法人社団緑風会 水戸メンタルクリニック

月～土 9:00～12:00 13:30～16:30

※祝日・年末年始除く。 ※初診は要予約

糟屋郡志免町田富4-5-1

☎ 957-8600

医療法人社団正信会 水戸病院

月・火・水・金 9:00～12:00 13:30～19:00

木・土 9:00～12:00 ※祝日・年末年始除く。

糟屋郡須恵町旅石115-483

☎ 935-3755

医療法人 森高クリニック

月・火・水・木・金 8:40～12:30 14:00～18:00

土 8:40～13:00 ※祝日・年末年始を除く。

糟屋郡志免町志免1-3-41

☎ 937-2214

医療法人同仁会 乙金病院

月～金 9:00～12:30 13:30～16:30

土 9:00～12:30 ※祝日・年末年始除く。

大野城市乙金東4-12-1

☎ 503-7070

【福岡県若年性認知症サポートセンター】

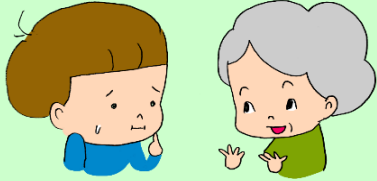

特定非営利活動法人 たすけ愛京築

- 若年性認知症の本人や家族の方からの相談に対応します。
- 適切な医療機関をご案内します。
- 利用可能な制度やサービスをご紹介します。

火～土 10:00～16:00 ※盆・年末年始除く。

福岡県行橋市金屋649-1

☎ 0930-26-2370

認知症の度合い		軽 度	
		<p>■ 同じことを何度も繰り返し聞く。</p> <p>■ 日にちや曜日が時々分からなくなる。</p> 	<p>■ 通帳や印鑑など置き場所が分からなくなる。</p> <p>■ 約束を忘れる。</p> 
生活全般	<p>認知症の疑い、少しあり</p> <p>物忘れは多いが、お金の管理や買い物、身の回りのことはできる。</p>	<p>認知症の症状はあるが、生活は自立している。</p>	
対応のポイント	<p>■ 気になり始めたら 早めにかかりつけ医に相談する。</p> <p>■ 行政の相談窓口へ相談することも後々必要になる場合がある。</p>	<p>■ 本人の不安を和らげる。</p> <p>■ 居場所や見守る人を増やす。</p>	

地域のサポート体制		認知症の状態に合わせた			
		相談	<ul style="list-style-type: none"> ● かかりつけ医 ● 役場（健康福祉課） 	<ul style="list-style-type: none"> ● もの忘れ外来 ● 認知症初期集中支援チーム 	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域包括支援センター
介護予防	<ul style="list-style-type: none"> ● いきいきサロン ● 認知症（予防）カフェ 	<ul style="list-style-type: none"> ● 介護予防教室 	<ul style="list-style-type: none"> ● 老人福祉センター ● 働く婦人の家サークル・各種講座 	<ul style="list-style-type: none"> ● 専門医療機関 ● 居宅介護支援事業所 	
見守り	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知症サポーター 	<ul style="list-style-type: none"> ● 民生委員児童委員 	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域住民 	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知症高齢者等SOSメール 	
生活支援	<ul style="list-style-type: none"> ● かすや中南部広域消費生活センター ● 支えあい事業 	<ul style="list-style-type: none"> ● 配食サービス 	<ul style="list-style-type: none"> ● 日常生活自立支援事業 	<ul style="list-style-type: none"> ● 成年後見制度 	
家族支援	<ul style="list-style-type: none"> ● 介護者をともに支える会（社協） ● 認知症（予防）カフェ 		<ul style="list-style-type: none"> ● 認知症の人と家族の会 	<ul style="list-style-type: none"> ● 民生委員児童委員 	
			<ul style="list-style-type: none"> ● 小規模多機能型居宅介護 ● 短期入所生活介護 	<ul style="list-style-type: none"> ● 短期入所療養介護 	

中等度

重度

- 季節に合った洋服を着ることができない。
- 段取りどおりに行動ができない。

- 外出した時、道に迷う。着替えや食事、トイレなどがうまくできない。



- 会話が成立しなくなる。
- 使い慣れた道具の使い方が、分からない。



症状はあるが、
周囲のサポートがあれば、
日常生活はできる。

介護や手助けがないと
自宅生活は難しい。

身体の機能も衰え、常に介護や
見守りが必要な状態。

- 訪問介護や訪問医療などのサポートを受けるよう、人の助けを借りる。
- 生活上の安全対策を考える。
- 見守りの体制を充実させる。

- 本人が安心できる環境作りを心掛ける。
- コミュニケーションを工夫する。

活用できる地域のサポート

- かかりつけ医
- 物の忘れ外来
- 地域包括支援センター
- 社会福祉協議会
- 役場（健康福祉課）
- 認知症初期集中支援チーム

- 専門医療機関
- 居宅介護支援事業所

- いきいきサロン
- 介護予防教室
- 老人福祉センター
- 認知症（予防）カフェ
- 働く婦人の家サークル・各種講座

- 通所型サービス
- 通所型リハビリテーション
- 介護保険サービス（ホームヘルプサービス・デイサービス・通所リハビリ・ショートステイなど）

- 認知症サポーター
- 民生委員児童委員
- 地域住民
- 認知症高齢者等SOSメール

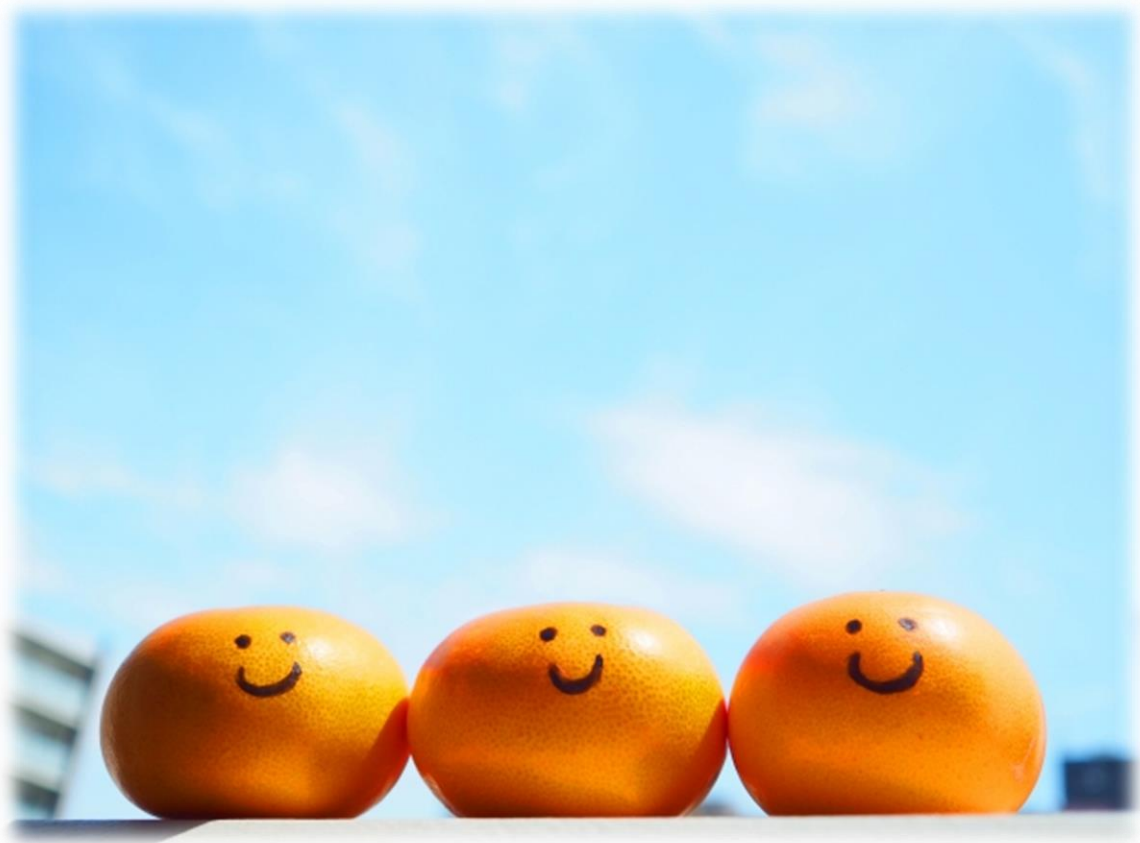
- かすや中南部広域消費生活センター
- 支えあい事業
- 配食サービス
- 日常生活自立支援事業
- 成年後見制度

- 認知症（予防）カフェ
- 認知症の人と家族の会
- 民生委員児童委員
- 介護者をともに支える会

- 小規模多機能型居宅介護
- 短期入所生活介護
- 短期入所療養介護

メ モ

A series of horizontal dashed lines for writing, spanning the width of the page below the header.



令和5年4月1日

発行：宇美町

編集：社会福祉法人 宇美町社会福祉協議会