

朝日町認知症ケアパス

～認知症になっても朝日町で安心して暮らすために～

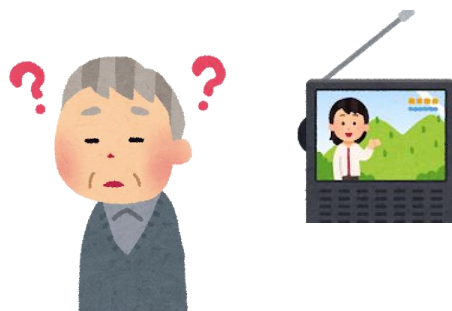
認知症ケアパスとは、認知症の進行や状態に合わせて、いつ、どこで、どのような医療・介護・福祉サービスを受けられるかを示したものです。

認知症の方やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるようにこの認知症ケアパスをご活用ください。

「あれがない」「これがない」と
いつも探している



趣味や好きなテレビ番組に
興味を示さなくなった



同じ食材がたくさんある



ささいなことで怒りっぽくなった



認知症の気付きチェックリスト

これは認知症の始まりに良くみられる症状をまとめたものです。

認知症の診断はできませんが、認知症かな？と気になったらチェックしてみましょう。

最もあてはまる数字に○をつけ、合計の点数を出します。

	全く ない	時々 ある	頻繁に ある	いつも そうだ
① 財布や鍵など物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1	2	3	4
② 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1	2	3	4
③ 周りの人から「いつも同じことを聞く」等の物忘れがあるとされますか	1	2	3	4
④ 今日が何月何日かわからないことがありますか	1	2	3	4
⑤ 言おうとしている言葉がすぐに出てこないことがありますか	1	2	3	4
	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	でき ない
⑥ 貯金のおし入れや公共料金の支払いは一人でできますか	1	2	3	4
⑦ 一人で買い物に行けますか	1	2	3	4
⑧ バスや電車、自家用車等を使って一人で外出できますか	1	2	3	4
⑨ 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1	2	3	4
⑩ 電話番号を調べて電話をかけることができますか	1	2	3	4

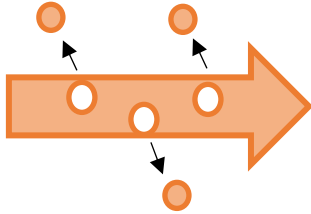
合計点が20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。かかりつけ医または地域包括支援センターにご相談することをおすすめします。

合計 点

認知症とは？

■老化による「物忘れ」と認知症による「記憶障害」の違い

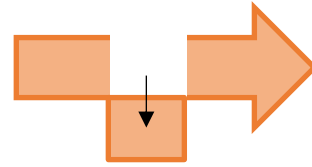
老化による「物忘れ」



- 体験や出来事の一部を忘れるがヒントがあれば思い出すことができる
- 物忘れを自覚している

日常生活に大きな支障はない

認知症による「記憶障害」



- 体験や出来事を全部忘れてしまうためヒントがあっても思い出すことができない
- 物忘れを自覚していない

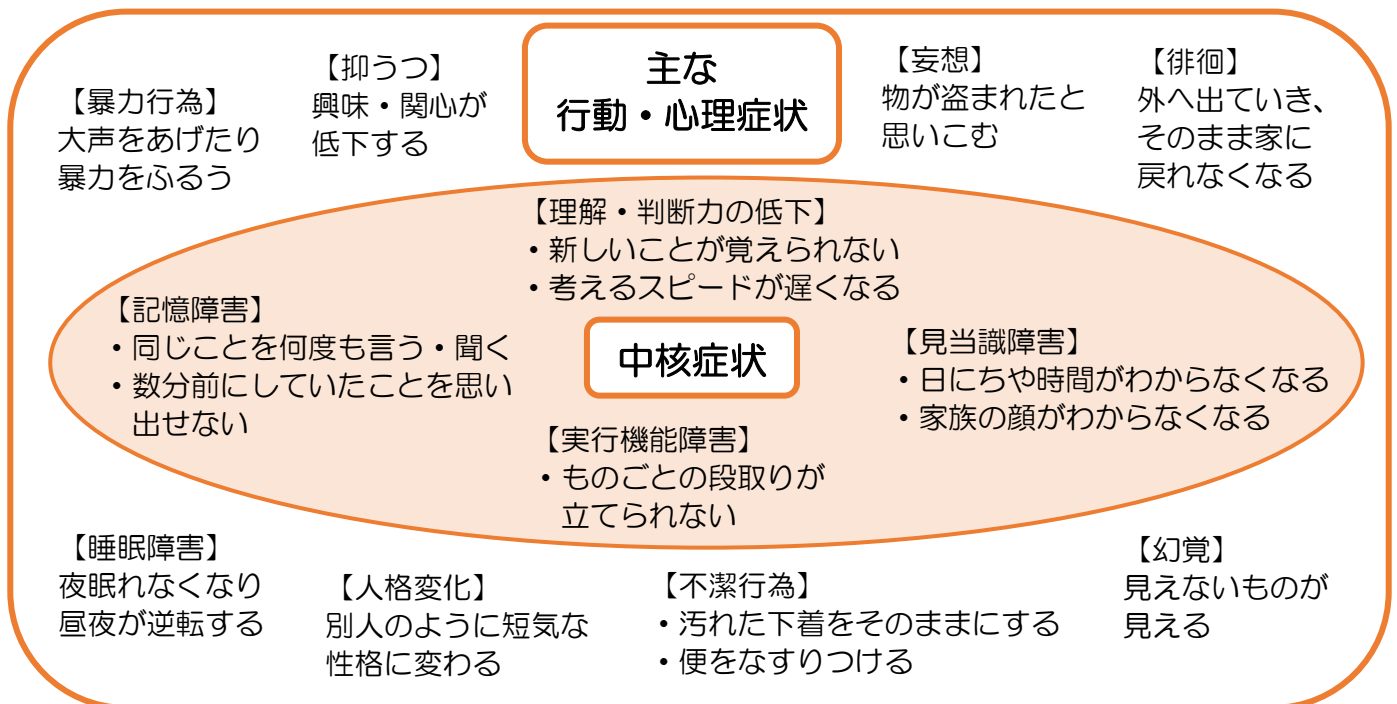
日常生活に支障がある

■認知症の症状～中核症状と行動・心理症状～

認知症には「中核症状」と「行動・心理症状」の2つの症状があります。

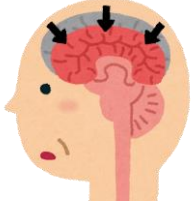
「中核症状」は脳の細胞が壊れることによって起こる症状で、認知症本来の症状です。

「行動・心理症状」は中核症状をもとに本人の性格や環境、人間関係などさまざまな要因が関係して



認知症にはどんな種類があるの？

アルツハイマー型認知症



認知症の原因としては最も多いタイプ。脳の細胞が少しずつ壊れ、脳全体が徐々に縮んでいく病気です。

- 物忘れ(記憶障害)から始まり穏やかに進行します。
- 判断力が低下します。
- 時間・場所・人物など認識ができなくなります。
- 事実とは異なることを話すことがあります。
- 薬で進行を遅らせることが期待できます。

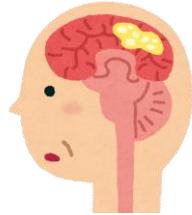
脳血管性認知症



脳の血管が詰まる・破れることで、その部分の細胞が壊れてしまう病気です。

- 脳の血管が詰まる・破れることを繰り返すたびに段階的に進行します。
- 気分の落ち込みや意欲の低下が見られやすいです。
- 物忘れ(記憶障害)はありますが、人格や判断力は保たれていることが多いです。

レビー小体型認知症



脳に特殊なたんぱく質がたまってレビー小体が現れるタイプ。脳の後頭葉の血流が低下する病気です。

- 子ども・動物・昆虫など、ありありとして幻視(実際には見えないものが見える症状)が現れます。
- 初期では手足が震えますが、進行すると筋肉が硬直します。(小刻み歩行・転倒もあります)
- 良いときと悪いときの差が激しいです。
- 寝言を言い手足をバタバタ動かすときがあります。

前頭側頭型認知症



脳の細胞が少しずつ壊れていきますが、特に前頭葉や側頭葉が目立って縮んでしまう病気です。

- 行動に抑制が効かなくなり、社会的ルールが守れないことが増えます。(万引きや交通違反等)
- 同じ行為を繰り返します。(パターン化する)
- 興味・関心が薄まると、会話途中でも立ち去ってしまう。
- 性格が変わったように感じます。

早期発見で治せるタイプの認知症

認知症の症状が現れても早期発見できれば、治療することで完治できる病気があります。ぜひ早めに受診しましょう。

若年性認知症について

認知症は一般的に高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症することもあります。この場合を「若年性認知症」と呼びます。原因や症状としては、上記のものと同じです。

また、働き盛り世代の発症のため、失業等の経済的影響を受け、配偶者や子どもがいる場合は介護負担や心理的影響も大きく、社会的にも重大な課題となっています。一人で悩まずに、ぜひ早めにご相談ください。

代表的な治る認知症

正常圧水頭症 慢性硬膜下血腫
甲状腺機能低下症 など

医療機関や相談窓口は P6～P7 をご覧ください

認知症の方の様子の変化と家族の心構え

認知症の進行	自立	認知症の疑い	認知症初期	認知症中期	認知症後期
	日常生活は自立		見守りがあれば日常生活は自立	日常生活を送るには支援や介護が必要	
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> ・特に困ったこともなくいつもの暮らしが続いている ・健康づくりや介護予防に取り組む ・地域とつながり(社会参加)を大事にする 	<ul style="list-style-type: none"> ・約束を忘れることがある ・いつも「あれがない」「これがない」と探している ・趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる ・不安や焦りがあり怒りっぽくなる ・食事の内容を忘れることがある ・お金の管理や書類作成はできなくなる ・たまに薬の飲み忘れがある ・車の運転中に車体をこするなどの事故を起こすようになった 	<ul style="list-style-type: none"> ・時間や日にちがわからなくなる ・同じことを何度も言ったり聞いたりする ・話がかみ合わなくなってきた ・食事をしたことを忘れる ・調味料を間違える ・同じ料理が多くなる ・同じ服ばかりを着ている ・服のボタンをかけ違える ・買い物で小銭が使えない ・町内会費を何度も持ってくる ・通帳などの保管場所がわからなくなる ・ゴミ出しができなくなる ・回覧板が回せなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ・電話の対応や訪問者の対応が1人では難しくなる ・電子レンジが使えなくなる ・鍋を焦がすことが多くなる ・同じ食材を買い込む ・入浴を嫌がる ・服が選べない ・財布や通帳を盗られたなどの妄想がある ・事実とは違う話をする ・たびたび道に迷う ・薬の飲み忘れが目立つ ・失禁で汚れた下着を隠す ・突然怒りだしたり泣いたりする 	<ul style="list-style-type: none"> ・表情が乏しくなる ・質問に答えられない ・家族の顔や名前がわからなくなる ・食べ物でないものを口に入れる ・食事介助が必要となる ・飲み込みが悪くなる ・誤嚥や肺炎を起こしやすい ・着替えができなくなる ・季節や場所に合わない服装をする ・自分のいる場所がわからなくなり、家に戻れなくなる ・尿や便の失禁が増える ・寝たきりになる
本人の思い	<ul style="list-style-type: none"> ・これからどうなるのか不安なとき、まわりから「もっとしっかりして」と言われると苦しい 		<ul style="list-style-type: none"> ・できないことも増えるが、できることも多くあることを知ってほしい ・できないことで困ることは新しい場所に一人では行けないことと時間の感覚がないこと 		<ul style="list-style-type: none"> ・症状がかなり進んでも何もわからない人と考えないでほしい
家族の心構え	<ul style="list-style-type: none"> ・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等に相談しましょう 		<ul style="list-style-type: none"> ・できないことや間違いがあっても責めたり否定したりしないようにしましょう ・火の不始末や道に迷うなどの事故に備えて安全対策を考えておきましょう ・一人で悩みを抱え込まず身近な人に理解してもらいましょう ・今後の生活設計について話し合っておきましょう ・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 		<ul style="list-style-type: none"> ・一人で介護を抱え込まないように介護サービスや医療サービスを活用しましょう ・食事、排泄、清潔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

認知症は早期発見・早期治療が大切です！

認知症状で気になることがあればかかりつけ医や専門医療機関にご相談ください。

認知症について相談する際にメモしていきましょう！

- いつごろから、どのような変化や症状が出たか
- 現在の困っている症状は？
- 今までかかった大きな病気は？
- 生活習慣 等

早めに医療機関へ
受診する

医療機関への受診が
難しいときには…

相談・受診

【かかりつけ医】

- かかりつけ医は、病気の治療をするだけでなく、症状の変化などで専門病院を受診する必要がある場合、現在の状況を紹介する役割も持っています。
- 顔なじみの医師への相談は、本人の抵抗感も少ないです。

【相談先】

- 朝日町地域包括支援センター
Tel67-2156
- 認知症の人と家族の会 山形県支部
Tel023-687-0387

【専門医療機関】

- 認知症疾患医療センター(篠田総合病院内)
Tel023-623-1711
- 各医療機関 (P7 参照)

受診の際は事前に予約が必要です。
受診前に各医療機関へお問合せください。

連携



専門医療機関



1. 篠田病院認知症疾患医療センター（篠田総合病院内）

【診療時間】月～金9:00～11:30 ※予約制

【電話受付】月～金の8:40～16:00（できるだけ14:00以降にお願いします）

住所 山形市桜町2-68 TEL 023-623-1711

認知症疾患医療センターは、保険・医療・介護関係機関と連携を図りながら、認知症に関する鑑別診断や地域における医療機関等の紹介、行動や症状への対応方法等について相談や受診ができる医療機関です。

■現在ほかの病院や医院を受診している方は、紹介状をご持参ください。

2. 国立病院機構山形病院認知症疾患医療センター（国立病院機構山形病院内）

【診療時間】月～金の8:30～11:30※予約制【電話受付】月～金の9:00～17:00

住所 山形市行才126番地2 TEL 023-684-5566

■現在ほかの病院や医院を受診している方は、紹介状をご持参ください。

2. 近隣の認知症治療のできる病院

○医療法人ゆうし会 南さがえ病院

住所 寒河江市島字島東87-2

TEL 0237-85-6611

○医療法人風心会 小原病院

住所 河北町谷地月山堂151-1

TEL 0237-72-7311

○県立河北病院 脳神経外科

住所 河北町谷地月山堂111

TEL 0237-73-3131



3. 「物忘れ外来」「認知症外来」「神経内科」「脳神経外科」のある近隣の主な医療機関

○多田医院 住所 朝日町宮宿2305-2 TEL 0237-67-2330

○かほく紅花クリニック 住所 河北町谷地中央5-9-15 TEL 0237-85-0350

○山崎医院 住所 寒河江市丸内1-5-30 TEL 0237-86-0005

○折居内科医院 住所 寒河江市落衣前2-1 TEL 0237-86-0330

○山形さくら町病院 住所 山形市桜町2-75 TEL 023-631-2315

○山形大学医学部附属病院精神科神経科 住所 山形市飯田西2-2-2 TEL 023-633-1122

○わだ心療内科クリニック 住所 山形市小白川町4-3-24 TEL 023-624-0246

○TFメディカル嶋北内科脳神経外科クリニック 住所 山形市嶋北3-1-11 TEL 023-665-0101

○篠原神経・心療内科クリニック 住所 山形市元木3-2-5 TEL 023-634-1230

○天童温泉篠田病院 住所 天童市鎌田1-7-1 TEL 023-653-5711

○秋野病院 住所 天童市久野本362-1 TEL 023-653-5725

認知症の方への関わり方

【認知症の人への対応の心得】 “3つのない”

1.驚かせない 2.急がせない 3.自尊心を傷つけない

■こんな言動は相手を傷つけます

- ・叱りつける
- ・頭ごなしにどなる
- ・命令する
- ・強制する
- ・急がせる
- ・子ども扱いする
- ・行動を制限する
- ・役割を取り上げる
- ・何もさせない など



■関わり方に配慮しましょう

- ・できないことを責めるのではなくできることをほめましょう。
- ・笑顔で、気持ちのよくなることを増やしましょう。
- ・なるべくたくさんポジティブな
会話・声かけをしましょう。
- ・ささいなことでも役割を
持ってもらいましょう。
- ・失敗しないように支援しましょう。
- ・本人の希望やペース、習慣などを大切にしましょう。



■具体的な工夫

○大事なことや出来事は書き留めておきましょう。

○できることがたくさんあります。たとえば趣味や仕事で養ってきた得意なことをしましょう。自信が回復し、心が安定します。

○自然の風や光にあたり

思い出の風景を散歩したりしてみましよう。

昔の記憶がよみがえり、安心につながります。



○決まった置き場所を決めましよう。

引き出しなどに何が入っているか

ラベルを貼っておくのも良いでしょう。

○昔の思い出にふれたり、なじみの歌を楽しんだりすることにより

その時の気持ちがよみがえり不安が軽減します。

○理論での説得より、その場の納得を。

一緒に行動して気持ちを受け止めると

気持ちが変わることもあります。



○時間の見当がつく工夫をしましよう。

時計を見る習慣や

今日の行動を記入する習慣をつけましよう。

○言葉以外のサインを大切にしましよう。表情や仕草などから気持ちを読み

取りましよう。背中をさするなどで安心感を与えることもできます。

認知症のレベルに応じたサービス

本人の様子 →	認知症の疑い	認知症を有す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
支援の内容 ↓	物忘れはあるが、日常生活は自立している	買い物や事務、金銭管理等にミスがみられる	服薬管理ができない、電話の対応などが1人では難しい	着替えや食事、トイレ等がうまくできない	ほぼ寝たきりで意思の疎通が困難である
介護予防 悪化予防	【介護予防事業】 ★はつらつ教室(認知症予防) ★70歳の楽校(健康教室) ★元気クラブ等健康教室 ★認知症サポーター養成講座		【介護保険サービス】 ★通所介護 ★通所リハビリ ★訪問介護 ★訪問看護 ★訪問リハビリ		
社会参加	★高齢者サロン(ぼかぼか、なかよし) ★認知症カフェ(ほっとカフェ) ★地域の通いの場(元気クラブ等) ★介護予防ボランティアポイント ★長寿クラブ				
安否確認・見守り	★民生児童委員 ★近隣の見守り ★緊急通報装置 ★認知症サポーター ★キャラバンメイト ★認知症高齢者等見守り訪問 ★配食サービス				
生活支援	★シルバー人材センター ★配食サービス ★移動販売車 ★福祉サービス利用援助事業 ★成年後見制度 ★訪問介護				
身体介護			★通所介護 ★通所リハビリ ★訪問看護 ★訪問リハビリ ★訪問介護		
病院受診	★高齢者福祉総合相談 ★地域包括支援センター(認知症地域支援推進員) ★認知症カフェ(ほっとカフェ)				
家族支援	★かかりつけ医 ★認知症疾患医療センター ★認知症初期集中支援チーム ★訪問看護 ★薬剤師(お薬カレンダー配置等)				
			★家族介護教室 ★介護者交流会 ★介護用品給付		
緊急時支援			★GPSの活用 ★無事かえる見守り支援事業		
			★かかりつけ医 ★認知症疾患医療センター ★訪問看護 ★短期入所生活介護		
住まい	★有料老人ホーム ★サービス付き高齢者向け住宅				
			★認知症対応型共同生活介護(グループホーム)		
	★養護老人ホーム ★軽費老人ホーム		★老人保健施設 ★特別養護老人ホーム		