

オレンジチームもりぐち (認知症初期集中支援チーム)

認知症は初期の対応が大切です。もの忘れや、気がかりな行動など、気になる様子がみられたらオレンジチームもりぐちがサポートします。

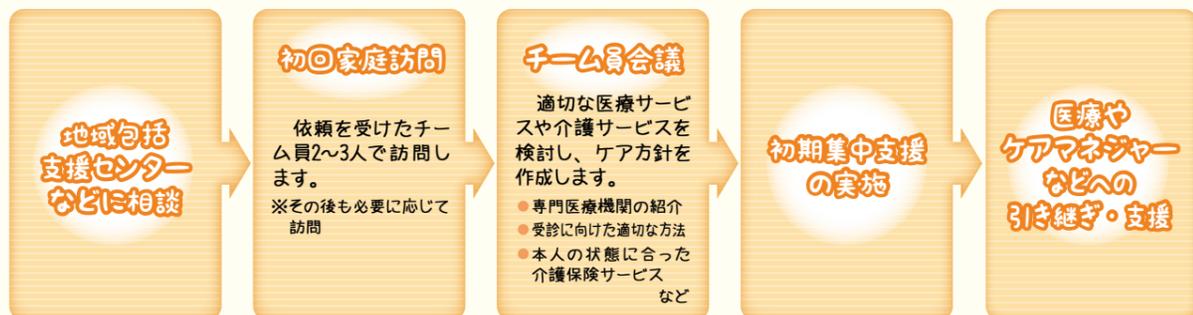
オレンジチームもりぐちって？

【実施体制】 医師（サポート医）と医療・介護（看護師・社会福祉士・主任介護支援専門員等）の専門職で構成している3人以上のチームです。

どんなことをするの？

チーム員が認知症の方（疑いのある方）や、その家族を訪問して、認知機能の状態による困りごとや心配なこと等を一緒に確認して、早期対応のための相談に応じます。医療機関受診や介護保険サービス利用、家族への支援等の初期支援を包括的・集中的に行います。

相談から支援までの流れ



地域包括支援センター

地域包括支援センターは地域で暮らす高齢者やそのご家族等を、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から総合的に支えるために設置された「高齢者の総合相談窓口」です。

⚠️ オレンジチームもりぐち（認知症初期集中支援チーム）の相談窓口でもあります。

※概ね小学校区単位を基本に生活圏を設定していますので、境界上の地域では同じ町であっても生活圏が異なる場合があります。

施設名	所在地	電話	小学校区名
守口第1地域包括支援センター	大久保町3-30-21	06-6904-8900	よつば(旧大久保・旧東)・梶・藤田・八雲東(※大日東町1番~10番)
守口第2地域包括支援センター	大日町1-11-11	06-4393-8401	庭窪・金田・佐太
守口第3地域包括支援センター	八雲中町3-13-17	06-6908-2808	八雲・下島
守口第4地域包括支援センター	京阪本通2-5-5	06-4250-7878	守口・八雲東(※1番~10番を除く)・さつき(旧滝井)
守口第5地域包括支援センター	大宮通1-13-7	06-6992-1180	さつき(旧春日)・さくら(旧三郷・旧橋波)
守口第6地域包括支援センター	南寺方南通3-4-13	06-6997-3336	寺方南(旧寺方・旧南)・錦

守口市役所 高齢介護課

所在地：〒570-8666 守口市京阪本通2-5-5

電話：06-6992-1610・06-6992-1613

2024年3月発行

禁無断転載©東京法規出版
1726596

もしかして認知症？

もの忘れ？

認知症？

こんな時、どうしたら良いの？



心配しないで！大丈夫ですよ！
～安心してすごせるまち守口～



オレンジチームもりぐち (認知症初期集中支援チーム)

認知症は初期の対応が大切です。もの忘れや、気がかりな行動など、気になる様子がみられたらオレンジチームもりぐちがサポートします。

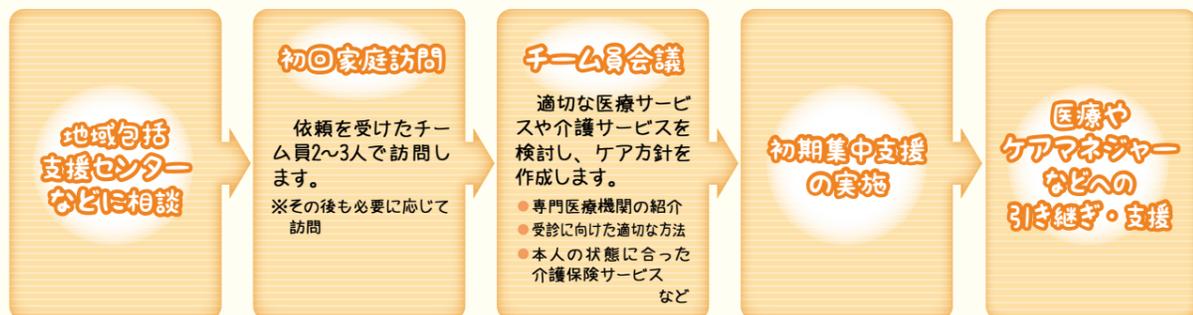
オレンジチームもりぐちって？

【実施体制】 医師（サポート医）と医療・介護（看護師・社会福祉士・主任介護支援専門員等）の専門職で構成している3人以上のチームです。

どんなことをするの？

チーム員が認知症の方（疑いのある方）や、その家族を訪問して、認知機能の状態による困りごとや心配なこと等を一緒に確認して、早期対応のための相談に応じます。医療機関受診や介護保険サービス利用、家族への支援等の初期支援を包括的・集中的に行います。

相談から支援までの流れ



地域包括支援センター

地域包括支援センターは地域で暮らす高齢者やそのご家族等を、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から総合的に支えるために設置された「高齢者の総合相談窓口」です。

⚠️ オレンジチームもりぐち（認知症初期集中支援チーム）の相談窓口でもあります。

※概ね小学校区単位を基本に生活圏を設定していますので、境界上の地域では同じ町であっても生活圏域が異なる場合があります。

施設名	所在地	電話	小学校区名
守口第1地域包括支援センター	大久保町3-30-21	06-6904-8900	よつば（旧大久保・旧東）・梶・藤田・八雲東（※大日東町1番～10番）
守口第2地域包括支援センター	大日町1-11-11	06-4393-8401	庭窪・金田・佐太
守口第3地域包括支援センター	八雲中町3-13-17	06-6908-2808	八雲・下島
守口第4地域包括支援センター	京阪本通2-5-5	06-4250-7878	守口・八雲東（※1番～10番を除く）・さつき（旧滝井）
守口第5地域包括支援センター	大宮通1-13-7	06-6992-1180	さつき（旧春日）・さくら（旧三郷・旧橋波）
守口第6地域包括支援センター	南寺方南通3-4-13	06-6997-3336	寺方南（旧寺方・旧南）・錦

守口市役所 高齢介護課

所在地：〒570-8666 守口市京阪本通2-5-5

電話：06-6992-1610・06-6992-1613

2024年3月発行

禁無断転載©東京法規出版
1726596

もしかして認知症？

もの忘れ？

認知症？

こんな時、どうしたら良いの？

道がわからなくなった

もの忘れがあって認知症が心配…

一緒に楽しめる友達はいないかな？

認知症の診断や治療ってどんなことするのか？

心配しないで！大丈夫ですよ！
～安心してすごせるまち守口～



はじめに

日本の平均寿命は世界のトップクラスで大変喜ばしいことです。今後、老化とかかわりの深い認知症の人は増加する見込みで、より効率的な医療や介護などのサポート体制が求められています。

認知症は、進行とともに状態が変化する病気なので、変化していく状態に応じて適切なサポートを受けることが大切です。そこで、どのような状態のときに、どのような支援が必要になるのか大まかな目安を示したものが「認知症ケアパス」です。

この冊子では、認知症の基礎知識のほかに知っておきたい制度や地域のサービスなどを紹介しています。もし認知症になったとしてもあわてることなく、住み慣れたわが家、わがまちで必要かつ適切なサポートを受けながら暮らしていけるように、この冊子の情報をご活用ください。

もくじ

もくじ	1
もっと認知症を知ろう	2
認知症に早く気づこう	4
地域包括支援センター	5
認知症を予防するための生活習慣とは	6
認知症の症状とケアの流れ	8
もの忘れが気になる（発症する）時期	8
そろそろ見守りが必要	9
見守りがあれば日常生活は自立	10
常に手助けが必要	11
目的別の主な支援内容	12
●仕事・役割をもつ	12
●悪化を防ぐ	12
●他者につながる	13
●介護者（家族）の会 ～一人で悩まないで！～	14
●見守る	15
●理解の輪を広げる	16
●医療を受ける	17
●もしものとき	18
●住まいを考える	19
認知症の人との接し方	20
オレンジチームもりぐち	裏表紙

もっと認知症を知ろう

認知症は脳の病気です

認知症とは、さまざまな原因で脳の働きに不具合が生じ記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態で、通常の老化による衰えとは違います。たとえば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは、老化によるもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は、認知症が疑われます。

老化によるもの忘れ	認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	経験したこと全体を忘れている
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人や誰なのか分からない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたこと自体を忘れている
約束をすっかり忘れてしまった	約束したこと自体を忘れている
物覚えが悪くなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある

どんな症状が起こるのでしょうか

認知症になると記憶力や判断力などが衰えます。これが認知症という病気の本質なので「中核症状」といわれます。また、中核症状のために周囲にうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることなどによって妄想や幻覚などの症状が出ることもあり、これを「行動・心理症状」といいます。

中核症状

記憶障害

新しい体験の記憶や、知っているはずの記憶の呼び覚ましに困難になる障害。

見当識障害

時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握が困難になる障害。

実行機能障害

旅行や料理など計画や手順を考え、それにそって実行することが困難になる障害。

理解・判断力の障害

2つ以上のことの同時処理や、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる障害。

中核症状に、不安やあせり、心身の不調、周囲の適切でない対応などが影響

行動・心理症状

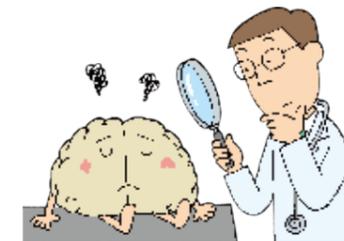
P20、P21参照

- 妄想 ●幻覚 ●攻撃的な言動 ●徘徊
- 無気力 ●便をいじるなど排せつの混乱
- 過食など食行動の混乱 など

行動・心理症状は、適切な対応や周囲のサポートによって、認知症の人が感じている精神的なストレスや不安などを取り除き、症状の緩和・改善が期待できます。

認知症を引き起こす 主な脳の病気

脳の働きに不具合が生じ認知症は起こりますが、その原因はひとつだけではありません。認知症には「アルツハイマー型認知症」「レビー小体型認知症」「前頭側頭葉変性症」「脳血管性認知症」などがあります。



アルツハイマー型認知症

いちばん多い認知症です。脳内で異常なたんぱく質がつくられ、脳の細胞の働きが少しずつ失われて死んでいき、脳が萎縮して機能が全般的に低下していきます。脳内の変化は、記憶障害など具体的な症状が出る何年も前から起きているといわれ、徐々に進行していきます。早期の発見が重要です。

症状や傾向

- ゆっくりと症状が進行する。
- 新しいことを覚えられない。
- 少し前の体験をすっかり忘れる。
- 道具が使えない。道に迷う。
- 解決能力が低下する。家事が段取りよくできない。

レビー小体型認知症

脳内に「レビー小体」という特殊な物質が蓄積された結果、脳の細胞が損傷を受けて発症する認知症です。手足のふるえ、筋肉の硬直などの症状や、もの忘れとともに生々しい幻視（その場にはないものがあるように見える）があらわれるのが特徴です。アルツハイマー型認知症より比較的早く進行します。

症状や傾向

- 機能低下が全般的に進み、動きが遅くなる。
- 症状の良いときと悪いときの変化が大きい。
- 幻視・幻聴。
- 夜中に大声を出す、動き回る。
- 身近な人を別人と誤認する。

前頭側頭葉変性症

前頭葉と側頭葉に「タウタンパク」や「TDP-43」などがたまって脳が萎縮して発症します。指定難病の申請ができる場合があります。障害される場所により、前頭側頭型認知症（性格変性）、意味性認知症（言葉の意味がわからない）、進行性非流暢性失語症（流暢に話せない）のタイプがあります。前頭側頭型認知症は65歳以下の若年で発症することが多いといわれています。

症状や傾向

- 社会的ルールを守らないなど反社会的行動が見られる。
- 怒りっぽい、激しいこだわりなど性格変化が現れる。
- 同じ行動や言動を繰り返す、時刻表的な生活を送るなど。
- 言葉や物の意味がわからなくなる。
- 言葉の意味は理解できるが言葉がスムーズに出なくなる。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血など脳血管疾患のために、脳の細胞の働きが失われることで発症します。画像診断で発見しやすいタイプで、損傷を受けた脳の部分の機能は失われますが、脳全体の機能が低下することは少ない病気です。片麻痺や言語障害など身体症状が多くみられ、脳梗塞の再発で段階的に進みます。

症状や傾向

- 再発のたび段階的に進行する。
- 画像診断で梗塞などの病巣が確認できる。
- やる気がなくなる。
- 感情を抑えられない。
- 段取りが悪くなり、料理が作れなくなる。

※このほかにも、脳の外傷や腫瘍、感染症などさまざまな病気が原因となって脳の障害が起こり、認知症を引き起こしています。

認知症に早く気づこう

認知症は早期の発見が大切です

生活習慣病をはじめ多くの病気がそうですが、認知症もまた早期の発見と治療がとても大切な病気です。認知症は、現在完治が難しい病気とされています。しかし、早期に発見して適切な対処をすれば、その人らしい充実した暮らしを続けることができます。

●早期発見による3つのメリット

メリット1 早期治療で改善も期待できる

認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し早期に治療をはじめると、改善が期待できるものもあります。

メリット2 進行を遅らせることができる

認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、その進行のスピードを遅らせることができます。

メリット3 事前にさまざまな準備ができる

早期発見によって、症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり、利用できる制度やサービスを調べたりする「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。



本人が受診を拒むこともあります

「自分が認知症かもしれない」という不安はとても大きなものです。そのため家族など周囲が受診をすすめても、本人がかたくなに拒むといったこともあります。そのようなときは、まずは家族だけで地域包括支援センターなどの相談窓口を訪れ、アドバイスを受けることもできます。

また、かかりつけ医に相談してみるという方法もあります。かかりつけ医は、必要に応じて適切な病院なども紹介してくれます。問診などで正確に症状を伝えるためにも、できるだけ家族がつきそって受診しましょう。その際には、気になる症状が現れた時期やその症状などをメモしたものを持参するようにしましょう。



地域包括支援センター



相談する

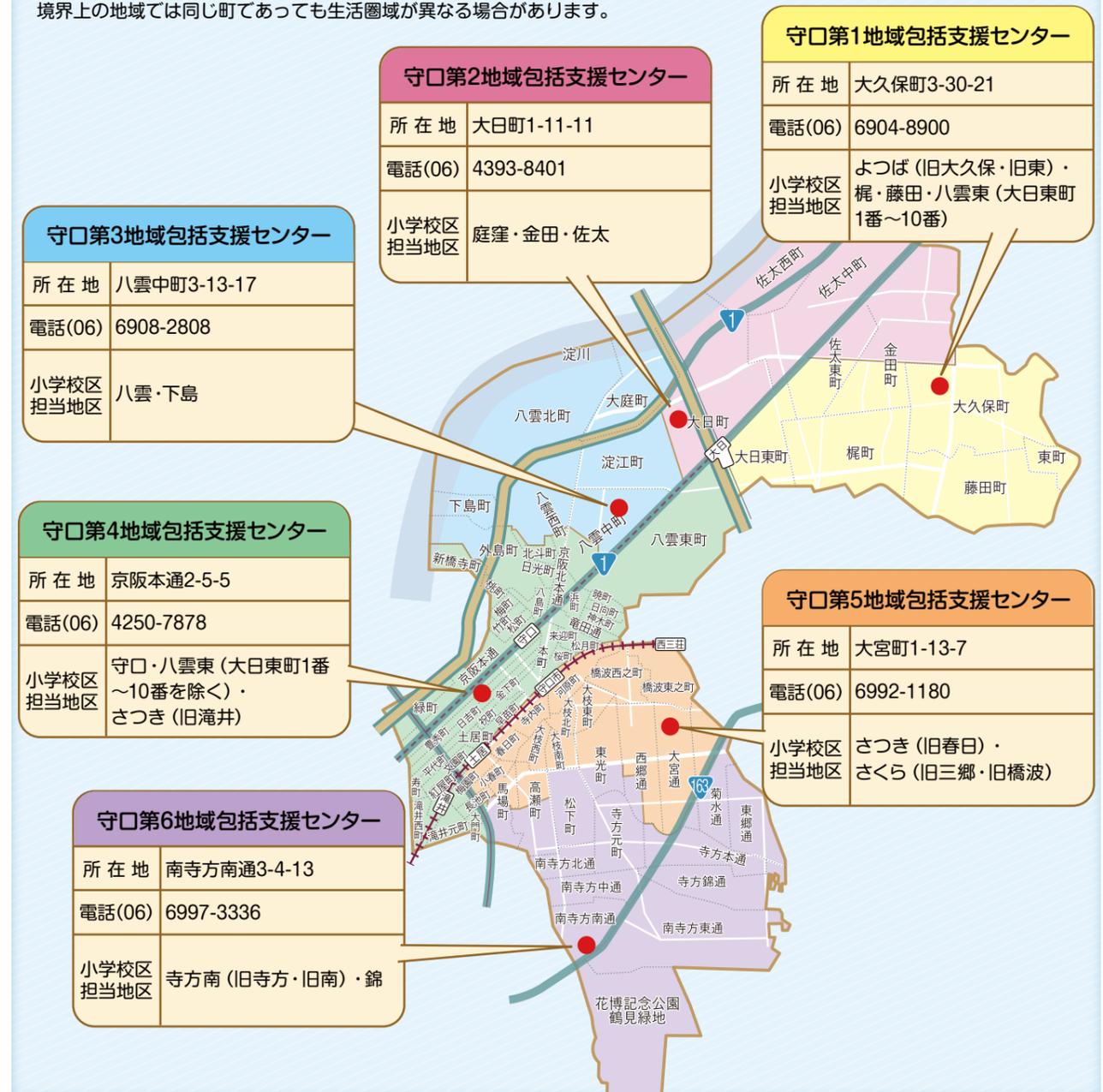
認知症の人を支える制度やサービスにはさまざまなものがあります。まずは、相談することからはじめましょう。



「認知症かもしれない……」と思ったとき、またその後に変化していく状態に応じて、専門家と相談しながら上手に制度やサービスを利用していくことが大切です。

認知症の相談だけでなく、高齢者の総合的な支援を行うための拠点として設置されている総合機関です。主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などの専門スタッフが、介護相談をはじめとして、公的福祉サービスを利用するための連絡や調整、虐待防止、権利擁護まで、あらゆる相談に応じてくれる身近な相談窓口です。

概ね小学校区単位を基本に生活圏を設定していますので、境界上の地域では同じ町であっても生活圏が異なる場合があります。



認知症を予防するための生活習慣とは

認知症になるのは高齢になることが最大の要因ですが、「運動」「食事」「睡眠」「喫煙」「飲酒」といった生活習慣や、高血圧や糖尿病などの慢性病、毎日の生活の送り方などが認知症の発症と深く関係していることがわかってきています。



認知症は予防できるのか

「認知症は予防できるのか」という質問に対する答えは、「はい」と「いいえ」の両方があります。まず「いいえ」の方ですが、残念ながら認知症を完全に予防する方法はありません。老化が基盤にあるので、いずれは脳の機能は衰えていきます。

しかし、認知症の発症や進行は遅らせることができます。それが「はい」の答えのほうです。認知症の発症は生活習慣や糖尿病などの病気と深く関係していることがわかっていきます。認知症をよせつけない生活習慣を送り、持病をコントロールして、認知症の発症や進行をできるだけ遅らせることが認知症の予防となるのです。



認知症予防の方法

脳の老化を防ぐ → 運動習慣や食生活、睡眠などに気をつける

脳の異常を防ぐ → 年1回の健診や、病気の予防・管理で心身を守る

脳の活性化 → 脳に刺激を与える前向きな生活を送る

認知症予防は生活習慣病予防から

高血圧症や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病は脳血管性認知症などの原因となります。動脈硬化が進行して脳の血管が詰まったり、脳の血液量が低下するからです。降圧剤で血圧を下げたり、血糖値を正常な範囲におさえることで、認知症になる危険を減らすことができ、若いころからの対応が大切です。

そのほかにもうつ病などの精神疾患や、転倒などで頭を強く打つことも認知症を発症しやすくするため、注意が必要です。



● 活動的な生活で認知症を予防しましょう

認知症になりやすいこと

認知症を予防するために

食事

食事の準備がおっくうになる。



バランスの良い献立を考え、買い物や調理等を計画的にしましょう。



つき合い

人づき合いが少なく、家に閉じこもりがち。



地域のイベントに参加するなど、外出する機会を増やしましょう。



知的刺激

新聞や本などをほとんど読まない。



ニュースなど新しい情報に敏感になりましょう。



趣味

熱中できるものがない。



趣味やボランティアなど生きがいを見つけましょう。



身体活動・運動

体を動かす機会がほとんどない。



役割をもち、積極的・活発に暮らしましょう。



前向き

認知症になるのでは…など、毎日心配している。



気持ちを前向きに持ち、「今」を楽しみましょう。



認知症の症状とケアの流れ

原因疾患や身体状況によって経過が異なりますので、今後の介護の目安としてください。

認知症は少しずつ進行し、症状が変化してきます。
家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて対応していくことが大切です。

あれ…? 【もの忘れが気になる（発症する）時期】 もの忘れかな…?

本人

何を話そうと思っていたのかな?



人の名前や物の名前が思い出せない



- もの忘れが見られ、人の名前や物の名前が思い出せない
- 会話の中で「あれ」「それ」などの代名詞がよく出てくる
- 積極性がなくなり、人との付き合いや趣味、習い事などから足が遠のく、あるいは理由をつけて休もうとする

【そろそろ見守りが必要】

どこに置いたかな?



火を消したかな?



- 集合の時間を間違えたり、約束したことを忘れてしまう
- 同じことを何度も聞く
- 今まで出来ていた料理や掃除などの家事の段取りが悪くなる
- 火の消し忘れがある
- 薬を飲み忘れる
- 置いた場所がわからなくなる
- 同じ物を何度も買ってしまう
- ものを盗られたと訴える

本人の気持ち…

もの忘れによる失敗や、今までできていたことが上手いかなくなること徐々に多くなり、不安感やイライラが多くなってくる

家族

「おかしい」「いつもと違う」と思ったときには
早めにかかりつけ医や地域包括支援センターに相談する

可能であれば本人も交えて
家族間で話し合っておく

- 抱え込まずに上手に介護サービスなどを活用する
- 今後の金銭管理や財産管理について
- どのような終末期を迎えるか など

かかりつけ医がない場合

早期対応

地域包括支援センター
ケアマネジャー
オレンジチームもりぐち
(認知症初期集中支援チーム)

かかりつけ医がいる場合

早期診断

かかりつけ医
鑑別診断
●認知症疾患医療センター等 P17

ケアマネジャーがない場合

- 地域包括支援センター
- 守口市役所高齢介護課
- 居宅介護支援事業所

ケアマネジャーがいる場合

ケアマネジャーに
介護相談の上
ケアプラン作成

地域との交流・
介護予防など

交流 P12

- シルバー人材センター
- 介護予防教室
- 老人クラブ
- 通いの場
- 認知症カフェ など



病院 P17

- もの忘れ外来
- 精神科
- 認知症疾患医療センター
- 神経内科 など



介護保険サービス・
高齢者福祉サービス
などを利用



在宅での暮らしを支える

- 高齢者徘徊 P15 SOSネットワーク
- 高齢者見守り P15 シール交付事業
- 徘徊高齢者探知 P15 システム運営事業 など

自宅での活用

- 訪問看護
- 訪問リハビリ
- 薬の相談、管理
- 訪問介護

通いでの活用

- デイサービス
- 認知症対応型デイサービス
- 小規模多機能型居宅介護 など

【見守りがあれば日常生活は自立】

本人

道がわからなくなった



触らんとってくれ



- たびたび道に迷う
- 落ち着きがなくなる
- 季節にあった服が選べない
- トイレの場所を間違えて排せつする
- 買い物やお金の管理にミスが目立つ
- すぐに怒る
- 勘違いや誤解が多くなる
- 着替えや入浴などを嫌がる
- 家族や近隣とのトラブルが増える

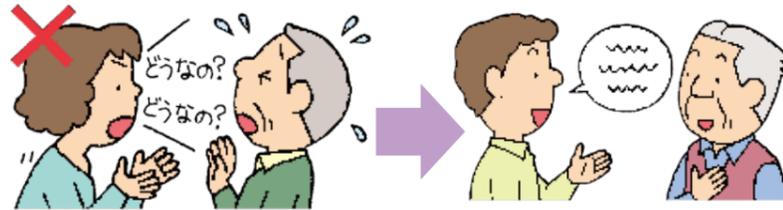
本人の
気持ち...

自分をもっと、よく見てほしい

家族

- 接し方や介護、医療について勉強しておく
- 本人の役割を全てとりあげず、出来ることはしてもらう
- 本人が失敗しない環境づくりに配慮する

対応の仕方などにより行動や心理的な反応が変わります。専門家などに相談してみるのも良いかもしれません。



家族へのサポート

- 家族介護教室（地域包括支援センター）
- 介護者（家族）の会 P14



【常に手助けが必要】

おいしいわ



起きれるかな



- 歩行が不安定になる
- 着替えの動作ができない
- 声かけや介護を拒む
- 尿意や便意を感じにくくなる
- 飲み込みが悪くなり、食事に介助が必要となる
- 言葉によるコミュニケーションが難しくなってくる
- 表情が乏しくなり言葉が減る
- ほぼ寝たきりの状態となる

本人の
気持ち...

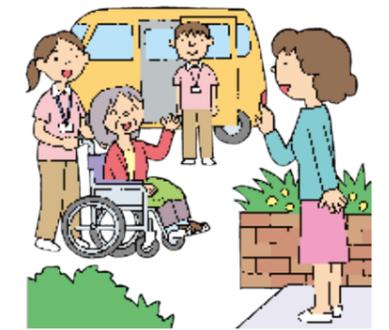
自分らしさを尊重してほしい

介護する家族の
休息も大切に

- 全て抱え込まずに上手に介護サービスなどを多様に活用する
- 家族の会などで話を聞いたり、自分の気持ちを話せる場所を作る

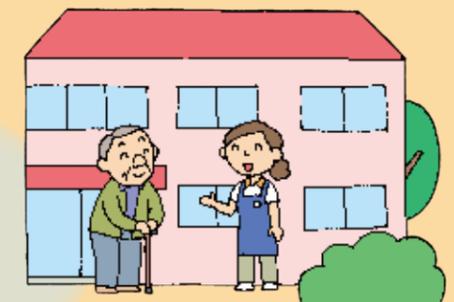
上手にショートステイを利用してみましょう

在宅生活を続ける中で一時的に宿泊を伴う介護サービスで「要支援」「要介護」と認定された方が利用できます。介護者が冠婚葬祭の場合や旅行など出かけたとき、介護者が体調を崩してしまったとき、介護者が介護をひと休みしたいときなどに利用して家族の負担を軽減しましょう。
ケアマネジャーに相談して早めの予約を心掛けましょう。



施設 P19

- 特別養護老人ホーム
- 老人保健施設
- グループホーム
- 有料老人ホーム など



仕事・役割をもつ

認知症や要介護状態であっても過度の安静は禁物です。むしろ、今できることを重視し、知識や経験を生かした人の役に立てるような仕事や役割をさがしましょう。地域のボランティアや自治会活動もおすすめです。



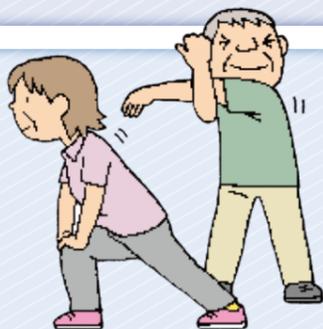
守口市 シルバー 人材センター

シルバー人材センターは、定年退職をした高齢者などに、培ってきた知識や経験、技能などを生かして地域社会に貢献できる仕事を提供する市区町村単位で設置された組織です。本人のライフスタイルに合わせて、臨時的かつ短期的、また軽易な仕事が提供されるので、「生きがいを得るための仕事」として最適です。

■守口市シルバー人材センター
〒570-0097 守口市桃町3番30号 ☎06-6998-3601

悪化を防ぐ

認知症の進行にともない要介護状態になったり、現在の要介護状態が悪化したりしないようにすることも大切です。特に症状が軽度のうちは、自立した生活を目指して心身の機能を維持・向上させながら、できない部分を適切にサポートしてもらうための制度やサービスを利用しましょう。



介護予防教室

介護が必要になる可能性のある高齢者などを対象に、「運動器の機能向上」「栄養改善」「口の中の健康」「閉じこもり予防」「うつ予防」などを目的として、専門家の指導によるさまざまな介護予防教室を開催しています。積極的に参加して、心身の健康の維持・向上に生かしましょう。

■各教室のお問い合わせはP5の各地域包括支援センターへ

カラコロ体操

カラコロ体操は、いつまでも自分らしく元気に過ごすための介護予防体操です。

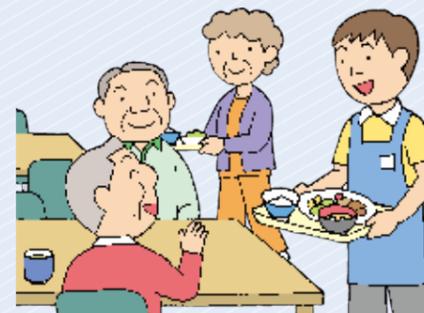
- ①準備運動 ②筋カトレーニング
- ③整理体操 ④健口（口腔）体操

から構成されています。DVDを見ながら、座ったままでもできる約30分の体操で、体力のある人は立位でより大きく全身運動ができます。



他者とつながる

認知症による生活機能の衰えなどがあると、本人は外に出かけて行く自信がなくなります。外出を控えて他者とのつながりがなくなることを防ぐために、安心して通えて、また通いたいと思える場所を見つけましょう。



老人クラブ

地域での仲間づくりを通じた生きがいと健康づくりを目的とし、教養を深める活動やレクリエーションなど、幅広く高齢者が自主的かつ積極的に参加することができる活動を行っています。

■守口市高齢者健康生きがい支援室

守口市市民保健センター内 ☎06-6992-7634



通いの場

通いの場は、住民が主体となり、定期的に体操やレクリエーション、趣味活動などの介護予防活動を行う地域の拠点です。住民のみなさんによって、どんどん広がっています。

■詳しくは



認知症カフェ

認知症カフェとは、厚生労働省が認知症対策の一環として推進している「認知症の人やその家族、専門家、地域の住民などが気軽に集える場」です。安心して地域の住民などとの交流が図れます。登録認知症カフェの情報は、守口市のホームページに随時更新しています。

名称	住所	問い合わせ先
ぱいんカフェ	松下介護老人保健施設 はーとぴあ (外島町5-55)	06-6992-8131
ヴィオラの会	つどいの場 ヴィオラ (大久保町4-18-3)	06-6904-8900
ラガール・カフェ	守口老人保健施設 ラガール (大久保町3-30-15)	06-6900-1900
Bondカフェ	グリーンライフ守口 (佐太中町6-17-34)	06-6901-1151
おれんじカフェかぼす	老人保健施設 長生苑 (八雲中町3-12-3)	06-6908-7770
紅（べに）カフェ	有料老人ホーム 鶴見緑地 (南寺方東通1-1-31)	06-6997-9009
カフェゆくりあ	ゆくりあ守口 (金下町2-12-8) 橋本クリニック	06-6993-8488
アルパカ TEA	ARUPAKA TEA (守口市梅園町2-31)	090-8145-0163

※詳細は各カフェにお問い合わせください。

さんあい広場

■高齢介護課 ☎06-6992-1610

「ふれあい」「語り合い」「助け合い」の3つのあい(愛)から名付けられた「さんあい広場」は、高齢者の皆さんが地域の人たちと一緒に自宅近くで気軽に過ごしていただくために、学校の空き教室などを利用して自主運営されています。「さんあい広場」ではボランティアや担い手を募集しています。

名称	場所
さんあい広場さた	佐太小学校
さんあい広場さくら	さくら小学校
さんあい広場かすが	さつき学園
さんあい広場とうだ	藤田小学校
さんあい広場きんだ	金田小学校
さんあい広場よつば	よつば小学校等

介護者(家族)の会～一人で悩まないで!～



家族の会 交流会

日時 毎月第4土曜日 10:00~12:00
場所 つどいの場 ヴィオラ (大久保町4-18-3)
問い合わせ 守口第1地域包括支援センター ☎06-6904-8900

介護者家族交流会

日時 毎月第2火曜日 10:30~11:30
場所 中部エリアコミュニティセンター (京阪本通2-5-5) 守口市役所B1
問い合わせ 守口第4地域包括支援センター ☎06-4250-7878

介護者家族 交流会

日時 毎月第4火曜日 13:30~14:30
場所 庭窪コミュニティセンター 和室2 (1階) (佐太中町1-6-45)
問い合わせ 守口第2地域包括支援センター ☎06-4393-8401

家族交流会 えみの会

日時 毎月第2火曜日 13:30~15:00
場所 南部エリアコミュニティセンター (大宮通1-13-7) 守口市市民保健センター内
問い合わせ えみの会代表 山口氏 ☎06-6996-1632

介護者家族の会

日時 毎月第2木曜日 14:00~15:00
場所 守口第3地域包括支援センター (八雲中町3-13-17)
問い合わせ 守口第3地域包括支援センター ☎06-6908-2808

認知症の方を介護している 家族の会 いちごの会

日時 偶数月第4木曜日 14:00~15:30
場所 守口第6地域包括支援センター (南寺方南通3-4-13)
問い合わせ 守口第6地域包括支援センター ☎06-6997-3336



※日時等は変更となる場合がありますので、各会に事前にお問い合わせください。

見守る

■高齢介護課 ☎06-6992-1610

認知症で生活機能が衰えている高齢者がひとり暮らしだったり、同居する家族が仕事で外出するなどひとりですごす時間が長かったりすると、本人も家族も不安がつのります。日常生活の中で、健康面や安全面などにおいて、思いがけない異変にも対応できるような見守りの体制づくりをしましょう。



高齢者見守りシール交付事業 (旧高齢者徘徊SOSネットワーク、高齢者見守りQRコード事業)

どこシル伝言板とは あらかじめ登録された高齢者が行方不明になった際に、発見者が衣服等に貼ったQRコードを読み取るだけで、ご家族や市、高齢者徘徊SOSネットワーク協定を結んだ協力者、警察へメールが送信されます。QRコードの読み取りと、パソコンや携帯電話からアクセスできる伝言板を利用することにより、個人情報を開示することなく、24時間検索が可能です。

"発見～保護～ご帰宅"まで 安心、安全、迅速に



【動画】どこシル伝言板がよくわかる紹介ムービー



【動画】発見者がQRコードを読み取った後の流れ



徘徊高齢者探知システム運営事業

徘徊行動が見られる認知症の高齢者等を同居等により介護している家族に対して、認知症の高齢者等の行方がわからなくなった場合において、早期に発見するために必要な探知機器(GPS) 購入時にかかる費用を助成する事業です(上限あり。利用料は自己負担です)



理解の輪を広げる



認知症サポーター養成講座

認知症に対しての正しい知識と具体的な対応方法などを学ぶ講座を地域や職場、学校などで開催し、認知症の人や家族を温かく見守る認知症サポーターを養成します。



講座修了後には、認知症サポーターの証である「オレンジリング」を配布します

見守りの輪見守り隊

認知症に優しいまちづくりを目指し、「守ららん♪」で市内を歩き、ボランティアで作ってもらった認知症サポーターのキャラクターマスコットのロバを世界アルツハイマー月間で展示。そのロバをキッズサポーターにプレゼントしています。



「守ららん♪」に参加されたみなさんと



世界アルツハイマー月間



認知症キッズサポーター養成講座

医療を受ける

認知症は、早期発見が大切な病気です。正しく診断してもらい、適切な治療をはじめめるために、日常生活で異変を感じたら、なるべく早く医療機関を受診しましょう。認知症の症状や状態に合わせて受診機関が分かれることもあるので、まずはかかりつけ医などを受診しましょう。



かかりつけ医

かかりつけ医は、身近で本人や家族との信頼関係ができていて、本人に認知症の自覚がない場合などには受診をすすめる医療機関です。必要に応じて、専門の医療機関も紹介してもらえます。また、地域の介護分野の専門家との連携も可能で、状態の変化に合わせて訪問による在宅医療を依頼できる場合もあります。

訪問看護

介護保険等のサービスで、症状の急変などに備え、訪問看護ステーションから看護師などに訪問してもらい、主治医の指示による病状の経過観察や療養上の世話、診療の補助などが受けられるサービスです。

認知症専門医

認知症専門医とは、日本老年精神医学会や日本認知症学会などの学会が認定している認知症の専門医のことで、主に「精神科」「神経内科」「心療内科」「脳神経外科」といった診療科の医師がそれにあたります。また、認知症に特化している場合は「もの忘れ外来」という診療科を掲げている医療機関もあります。

認知症疾患医療センター

認知症疾患医療センターとは、都道府県や指定都市により指定された認知症専門医療の提供と介護サービス事業者との連携を担う地域の中核機関としての医療機関です。また、基幹型の認知症疾患医療センターでは、行動・心理症状や身体合併症などに対する救急・急性期治療なども実施しています。

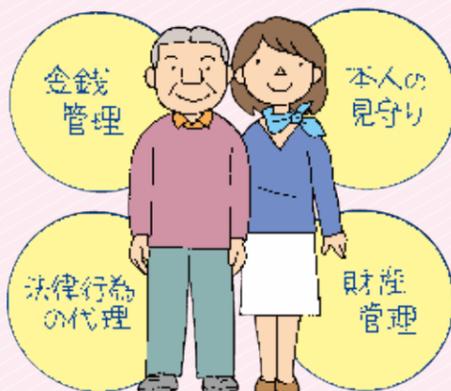
■北河内圏域の認知症疾患医療センター
社会医療法人 三上会 東香里病院
枚方市東香里1丁目24番地34号

☎072-853-0540

■大阪府ホームページ：[大阪府域の認知症疾患医療センター](#)

もしものとき

認知症によって判断能力が衰えてくると、日々の金銭管理や財産管理なども困難になり、契約で大きな不利益をこうむったり、犯罪の被害にあったりする場合があります。そんな「もしものとき」にあわてないように、サポート体制を整え、相談先を確認しておきましょう。



成年後見制度

成年後見制度とは、認知症などの理由により判断能力が不十分となった人が、財産管理や契約で不利益をこうむったり、権利や尊厳が侵害されたりすることのないように、家庭裁判所に選ばれた後見人によって支援する制度です。後見人には、家族など身近な人や、弁護士、司法書士、社会福祉士といった適任者が選ばれます。

詳しくは

消費生活センター

消費生活センターは、消費者のための相談や情報提供を行う行政機関です。悪質商法による被害や商品事故の苦情など消費生活に関する相談に応じています。悪質商法の被害にあいやすい認知症の高齢者には頼りになる機関です。

- 消費者ホットライン **☎188 (イヤヤ!)**
(最寄りの消費生活センターにつながります)
- 守口市消費生活センター **☎06-6998-3600**

警察

高齢者や認知症の人が、振り込め詐欺をはじめとした犯罪に巻き込まれやすい傾向があります。犯罪の被害にあったり、被害にあいそうになったら迷わず相談しましょう。

- 警察総合相談 **☎#9110**
(悪質商法や詐欺などの相談に応じています)
- 守口警察署 **☎06-6994-1234**

くらしサポートセンター守口

住み慣れた地域で安心して生活できるように、生活不安や仕事の相談の窓口として他の専門機関の紹介も行っています。介護など家族のことが気になり働けない、生活費に困っている、借金を抱えてしまったなど様々な生活上の問題を一緒に考え解決のお手伝いをしています。

- 守口市役所内 **☎0800-200-8011**

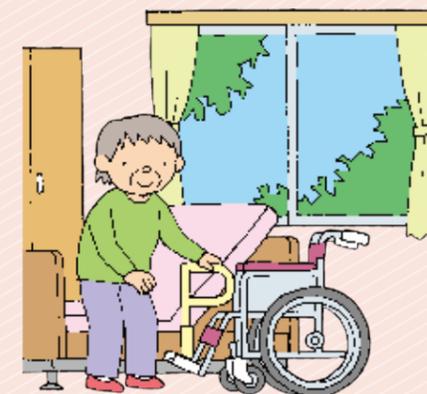
若年性認知症コールセンター

専門的教育を受けた相談員が、65歳未満の若年性認知症の人や家族が抱える悩みや心配事の相談に応じています。

- ☎(フリーダイヤル) **0800-100-2707**
- 詳しくは

住まいを考える

認知症による生活機能の衰えなどがあると、その状態に合わせて住まい環境を整えていく必要があります。ケア体制を含めた環境が整っている施設などへの入所も選択肢のひとつです。自宅での生活を続ける場合は、必要な住宅改修や福祉用具の利用を考えましょう。



介護保険施設

自宅での生活が難しい場合は、介護保険を利用して施設に入所することができます。介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、介護老人保健施設(老人保健施設)、介護療養型医療施設(療養病床等)、介護医療院があり、介護が中心か治療が中心かなどによって入所する施設を選びます。

グループホーム(認知症対応型共同生活介護)

認知症の人が共同生活する住宅で、食事・入浴・排せつなどの日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

有料老人ホーム等

介護や生活支援等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護が必要になってもサービスを受けながら生活を維持することが可能です。介護付有料老人ホーム、住宅型有料老人ホーム、サービス付高齢者住宅等があります。

住宅改修

介護保険のサービスで、手すりの取り付けや段差の解消などの住宅改修が必要になったとき、住宅改修費が20万円(自己負担額を除く)を上限に支給されます。事前申請が必要ですので、ケアマネジャーなどと相談して慎重に検討しましょう。引っ越した場合や要介護状態区分が大きく上がったときは、再度給付を受けることができます。

福祉用具

介護保険のサービスで、日常生活の自立を助ける福祉用具の貸与が受けられます。福祉用具の貸与については、使用期間をあらかじめ限定し、定期的にその必要性を見直していきます。また、貸与に適さない入浴や排せつなどに使用する福祉用具の場合は、購入したときに購入費が同年度で10万円(自己負担額を除く)を上限に支給されます。事前申請が必要ですのでケアマネジャーなどと相談しましょう。

認知症の人との接し方

認知症の人は、言動がおかしくなったり、わがままになったり、事実と異なることを話したりすることが多々あります。それらの態度や言動は、家族からすると「困ったこと」かもしれませんが、実はそれぞれに理由があるのです。わがままや間違っただけに腹を立てて正そうとするのではなく、認知症の人の心理を理解し、よい対応を学んで、ストレスのない関係をつくりましょう。



認知症の疑いがあるのに、病院の受診を嫌がる

- ほかの不調な部分を理由に誘う
- 認知症の専門医と連携をとる
- 付き添いとして誘う
- × 本人の意思を無視して受診日を強引に決める
- × 何度もしつこく誘う



「ものを盗まれた」と、家族を犯人扱いする

- 本人の訴えを真摯に聞く
- 味方になって一緒に探す
- 関心の方向を変える
- 本人が見つけれられるように工夫する
- × 盗まれていないことを言葉で説得する
- × 頭ごなしに否定する
- × 本人より先に見つけ出して、教えてあげる



「〇〇が見える」と幻覚を訴えている

- 具体的な内容を寄り添って引き出す
- 話を聞きながら上手に対応する
- × 幻覚であることを強制的に認めさせる
- × 安易に同意したり、きっぱり否定する



一人で外出して、迷子になってしまう

- 外出の理由を聞き出し、本人の意向に沿って対応する
- 軽い仕事を手伝ってもらうなどして運動不足を解消させる
- 一人で出かけるのを家の人が気づくように、玄関の開閉時に音が出るようにする
- 服に名前と連絡先を入れておくようにする。GPS機能を有する携帯電話を持たせる
- × 部屋に閉じ込めるなど、外出できないようにする
- × 外出を無理やり引き止める



食事したことを忘れて、さらに食べようとする

- 関心をほかにそらす
- 嚥下障害がなければアメや昆布など長く口に残る間食を用意する
- 間食に備え、一回の食事の量を少なめにする
- × 「さっき食べたじゃない」と論ずる
- × 盗み食いしないよう食べ物を隠す



何度も同じことを聞く、同じことを話す

- 何度も聞いた話や質問でも初めてのつもりで接する
- 曜日の質問を繰り返すときは、日課を決めて毎日を楽しんでもらう
- × 「何度も同じ質問をしないで!」などと強く指摘する
- × 教えこもうとする



薬を飲むのを忘れる / 飲むのを嫌がる

- 薬を飲むのを見届ける
- 嚥下障害で飲みにくい薬の場合は、医師に相談する
- × 手渡しをするだけで飲むところを見ない
- × 飲み忘れを叱る
- × 勝手に服薬をやめる



夜中に家の中でゴソゴソ動いて困る

- 昼間に日光を浴び、生活リズムを整え、規則正しい生活をしてもらう
- 睡眠導入を期待できるラベンダーなどのアロマオイルを枕元に置く
- × 注意したり、叱ったりする
- × 説得してやめさせようとする



突然興奮して大声で叫んだり、暴力を振るう

- 暴力行為に発展する前にイライラが生まれる環境を改善する
- 怒りの理由を理解し、自分に非があれば心から謝る
- 穏やかに接する
- × 力で暴力を抑え込む
- × 説得しようとする



トイレの失敗を見つけたときは

- 嫌な顔をしたりとがめたりしない
- さりげなく対処する
- 尿意のサインを見つけたらトイレまで誘導する
- 頻繁にトイレに行く場合は、かかりつけ医に相談する
- × すぐに紙おむつを使う
- × 嫌な顔をする
- × 失禁をとがめる

