

【認知症の相談窓口】



地域包括支援センター・市役所：お気軽にご相談下さい。電話、面談等で応じます。

	お住まいの地区	担当の地域包括支援センター	所在地・連絡先	備考
①	神崎・菅谷	地域包括支援センター青燈会	菅谷 605 番地 2 介護老人保健施設 ライプリーライフ「那珂」内 Tel.029-295-5288	月～金曜日 8時30分～17時30分 (年末年始・土日祝日除く)
②	五台・戸多・芳野	地域包括支援センターゆたか園	後台 2045 番地 4 特別養護老人ホームゆたか園隣 Tel.029-295-1287	
③	額田・木崎・瓜連	地域包括支援センターナザレ園	中里 361 番地 2 社会福祉法人ナザレ園内 Tel.029-296-3405	
④	那珂市役所 介護長寿課		福田 1819 番地 5 Tel.029-298-1111	月～金曜日 8時30分～17時15分 木曜日 8時30分～19時30分 (年末年始・土日祝日除く)

認知症疾患医療センター：県の指定を受けた、認知症の専門医療機関です。

	名称	連絡先	備考
⑤	栗田病院	那珂市豊嶺 505 Tel.029-298-0396 (直通)	事前の電話予約が必要です 電話受付時間：9時から17時 休診：日曜日・祝日

認知症初期集中支援チームがサポートします！！

◆認知症初期集中支援チームとは◆

認知症の人や認知症の疑いのある人、そのご家族のもとに訪問して、認知症についての困りごとや心配ごとなどの相談に対応する、認知症の専門家たちによって構成されたチームです。ひとりで抱え込まず、地域包括支援センター、那珂市役所介護長寿課へご相談ください。

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らすために

那珂市



認知症ケアパス



【認知症ケアパス】って？

認知症かな？と気になった時、症状に応じ「いつ・どこで・どのような」医療・介護・支援を受けられるかを知ることができます。

認知症とは

認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。脳の病気などが原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなったりすることによって、記憶力や判断力といった認知機能が低下し、日常生活に支障をきたす状態をいいます。

◆ 認知症と老化によるもの忘れのちがい ◆

普通のもの忘れ	認知症のもの忘れ
もの忘れを自覚できる	もの忘れを自覚できない
出来事の一部が欠ける	出来事が丸ごと消える
ヒントを出すと思い出す	ヒントを出しても思い出せない
日付、曜日を間違えることがある	日付、季節がわからない
日常生活に大きな支障は出ない	日常生活に支障が出る

早期発見・早期治療が大切！

地域で安心して、自分らしく生活していくために、認知症は軽度のうちに早期発見・早期治療することが大切です。

- ◆まずはかかりつけ医や専門医に相談しましょう。
 - ・ 治る病気や一時的な症状とわかる場合があります。
 - ・ 認知症状の進行を遅らせることができる場合があります。

- ◆「あれ？おかしいな」「いつもと違う」と思ったときには、早めに高齢者の総合相談窓口である地域包括支援センターへ相談（無料）しましょう。

認知症の進行に合わせた「家族の心がまえ」や「接し方のポイント」

この表はアルツハイマー型認知症の進行と主な症状をもとに作成しています。認知症の原因となる疾患やお身体状況により症状の現れ方には個人差がありますが、今後を見通す参考にしてください。家族や周囲の方が、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になります。

認知症の進行		認知症の疑い	ひとりで生活ができる	見守りが必要	手助けや介護が必要	常に介護が必要
本人の様子		○重要な約束を忘れる ○同じことを何回も言う ○忘れ物が多くなる ○料理の味付けが変わる	○小銭での支払いができない ○同じ物を何個も買う ○日時が分からない ○身なりを気にしなくなる ○趣味をやめてしまう ○「物を盗られた」などと言う ○薬の飲み忘れがある ○火の消し忘れや鍋を焦がす ○片付けができない	○お金の管理が難しい ○季節や場所が分からない ○季節にあった服が選べない ○家電が扱えない ○昼夜逆転している ○入浴を嫌がる ○攻撃的な言動がある ○身体の汚れやにおいが目立つ	○服を着る順番が分からない ○ボタンがかけられない ○家までの帰り道が分からなくなる ○身体を上手に洗えない ○顔が洗えない ○箸の使い方が分からない ○歯をみがけない ○トイレの失敗	○歩行が困難 ○ベットの上での生活が中心になる ○言葉によるコミュニケーションが難しい ○食事を摂ることが困難 ○上手く飲み込めない ○肺炎を起こしやすい
家族の気持ち		否定、言えばできるはず、とまどい 混乱、認知症の症状に振り回されてしまう、自分だけがなぜ、拒絶、介護の疲れ 割り切り、受容、最期をどう看取るか				
家族の心がまえや接し方のポイント		○早めに認知症や介護に関する相談窓口である地域包括支援センターに相談しましょう。 ○かかりつけ医や専門医へ受診しましょう。 ○認知症や介護について学ぶ機会を持ちましょう。 ○どんな医療や介護のサービスがあるのかを知って、早めに利用することでがんばり過ぎない介護を心がけましょう。 ○ひとりで抱え込まないで、介護仲間をつくりましょう。 ○認知症を隠さないで身近な人には伝えて、理解者や協力者をつくりましょう。 ○社会参加の機会を持つことや、薬などによる様々な治療を行い、進行を予防しましょう。 ○生活の中で役割を持つなど、自信をもってもらいましょう。 ○本人の言葉は否定せず聞きましょう。 ○介護する家族の健康や生活を大切にしましょう。 ○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。 ○通院が困難な場合は、訪問診療や訪問歯科診療の利用を検討しましょう。 ○人生の最期をどう迎えるか、早い段階で医師などと話をしておき、ういった対応が必要か確認しておきましょう。 ○使い慣れたものを使用したり、馴染みのある場所で過ごしたりして、落ち着ける環境を整えましょう。 ○本人が笑顔になれる話題にふれてみましょう。 ○本人の表情やしぐさから気持ちをくみ取りましょう。				
本人や家族を支援する主な制度やサービスなど	相談窓口	地域包括支援センター 認知症疾患医療センター 認知症初期集中支援チーム かかりつけ医 歯科医 薬局 ケアマネジャー 介護長寿課（認知症施策、介護サービスなど） 社会福祉課（障害者施策、生活保護など） 健康推進課（介護予防など）				
	介護予防	介護予防講座 出前講座 シルバーリハビリ体操				
	他者とのつながり	高齢者クラブ サロン活動 シルバー人材センター				
		認知症カフェ 認知症家族交流会				
	安否確認見守り	配食サービス事業 緊急通報システム事業 徘徊高齢者家族支援サービス事業 SOSネットワーク事業 あんしんねっと事業 おかえりマーク 民生委員 児童委員 認知症サポーター ボランティア				
	生活支援	運転免許自主返納支援 紙おむつ等購入費助成 なかファミリーサポートセンター				
	介護	在宅サービス（居宅介護支援、訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、居宅療養管理指導、通所介護、通所リハビリテーション、短期入所生活介護、短期入所療養介護、特定施設入居者生活介護、福祉用具貸与・購入、住宅改修）				
		施設サービス(特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、グループホームなど)				
家族支援	認知症カフェ 認知症家族交流会 介護マーク 在宅心身障害者（児）福祉手当					
権利擁護	消費者生活相談 日常生活自立支援事業 成年後見制度					