

もしかして…認知症？

ご家族向け



うちのおばあちゃんが心配…
どこか相談できるところはないかしら？

認知症は早めに気づき、対応することで進行を遅らせたり、症状を軽減することにつながります。気になる症状があれば、かかりつけ医やいきいき支援センターに相談しましょう。

家族が見つけた「認知症」早期発見の目安

(公益社団法人 認知症と家族の会) ※一部抜粋

もの忘れがひどい

- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ、置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと言う

判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない

時間・場所がわからない

- 約束の場所や日時を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気遣いがなくなり、頑固になった

不安感が強い

- ひとりになると寂しかったり、怖がったりする
- 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- 下着を変えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎこんで何をすることも億劫がり嫌がる

☑ チェックしてみよう！



いくつか当てはまって気になる方は続きをご覧ください

認知症かも…と心配でも

日々の生活の中で「おかしいな？」と最初に気づくのは本人だけでなく、ご家族の場合もあります。早く気づいて早めに相談・受診をしましょう。早くに対応することで、

① これからの生活の準備をすることができます。

症状が軽く、自分の気持ちを整理したり伝えたりできるうちに、これからどう生活したいかを考え、家族や周りの人に伝えることができます。

② 隠れている病気を見つけることができるかもしれません。

早めに受診をし、治療をすることで症状が軽くなる場合があります。

③ 薬を使うことで進行を遅らせたり、症状を改善できる場合があります。

私たちが住む港区には、認知症について相談ができる病院・クリニックや高齢者の生活全般について相談できる『いきいき支援センター』があります。

気になること、困っていることを相談すれば、きっと力になってくれます。

認知症の人を介護する家族のメッセージ

「どうしてこんなことをしたのだろう？」
「これは何か意味があるのかな？」と寄り添って考えてみると本人がどんな状態なのか、何を感じ取って行動したのかがわかることがあります。

これまでは何事もきちんとやってきましたが、今は何も言わず本人の好きなようにさせています。「こうあるべき」という考え方をやめ、楽しんで過ごすようにしています。




認知症になってもそれぞれの行動、しぐさ、態度に周りへのメッセージがあるとおもいます。

家族サロンに参加して他の方の話を聞いて、共感ができることもあり「自分だけではない」と思えました。また、生活の中で認知症の家族と接する時に工夫していることを聞くことができて良かったです。



次のページの **認知症あんしんのみちしるべ(港区版認知症ケアパス)** 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。

認知症の人が住み慣れた地域で生活することができるように本人の様子に合わせた使える制度、本人や家族がやっておくと良いことをまとめました。

認知症の進行	健康	MCI(軽度認知障害)	認知症(軽度)	認知症(中度)	認知症(重度)	認知症(最重度)
本人の様子		<ul style="list-style-type: none"> ●物の忘れが気になる ●「あれ」「これ」「それ」を言うことが多くなる 	<ul style="list-style-type: none"> ●もの忘れによる生活のしづらさがある ●買物やお金の管理にミスがある ●薬を飲み忘れることがある ●日常生活はなんとなくになっている 	<ul style="list-style-type: none"> ●買物やお金の管理ができない ●服薬管理ができない ●道に迷うことがある 	以下のことに手助けが必要 ●着替え ●食事 ●排泄 ●入浴 ●整容	<ul style="list-style-type: none"> ●車イス、ベッド上での生活 ●食事を自分で摂ることが難しくなる ●言葉によるコミュニケーション、意思疎通が難しくなる
本人や家族がやっておくと良いこと・準備しておくこと 通いの場や使える制度など	<ul style="list-style-type: none"> ●元気なうちから備えておきましょう。 ●人との交流や地域とのつながりを大切にしましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症について話し合っておきましょう。 ●本人の希望について確認しましょう。どこで生活したいか、介護のこと、お金のことなど ●介護保険や在宅医療について確認しておきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ●周りのサポートを得ながら、本人の生活を支えていきましょう。 ●できないが多くなってきましたが、“できること”にも目を向けてみましょう。 ●困りごとがあれば、一人で抱え込まずにいきいき支援センターや担当ケアマネジャー、かかりつけ医などに相談しましょう。 ●介護をする家族の健康も大切です。 	<ul style="list-style-type: none"> ●苦痛なく穏やかに過ごせるように…。 ●人生の最後をどのように迎えたいか、担当ケアマネジャーやかかりつけ医と相談しておきましょう。 		
	 <p>ミニデイ・運動型通所サービス 転倒予防・筋力アップなどの心身の機能改善する運動を行います。</p> <p>問合せ 港区東部いきいき支援センター 電話 052-651-0568 問合せ 港区西部いきいき支援センター 電話 052-381-3260</p> <p>港福社会館 60歳以上の方を対象とした健康づくりや趣味に取り組むことができる施設です。</p> <p>問合せ 港福社会館 電話 052-389-7009</p> <p>はつらつ長寿推進事業・高齢者サロン 健康体操・手芸工作・ゲームなどを楽しみながら行っています。</p> <p>問合せ 港区社会福祉協議会 電話 052-651-0305</p> <p>いきいき出張講座 介護予防・認知症予防の講座を港区内で開催しています。</p> <p>問合せ 港区西部いきいき支援センター 電話 052-381-3260</p> <p>いきいき教室 認知症予防や運動機能、栄養、口腔等に関する介護予防教室や講演会等を開催しています。</p> <p>問合せ 港保健センター 電話 052-651-6471</p>	<p>運転免許の返納 運転免許は申請して取り消すことができます。返納された方は、“運転経歴証明書”の発行を申請でき、身分証明書として使用できます。</p> <p>問合せ 港警察署 電話 052-661-0110</p> <p>もの忘れ検診 認知症を早期に発見して進行の予防と適切な治療に繋がります。65歳以上の市民の方が対象で、年1回無料で受けることができます。</p> <p>問合せ 名古屋おしえてダイヤル 電話 052-953-7584</p> <p>人生会議ノート 好きなこと、続けたいこと…今までの振り返って、本人の今後のことについて話し合いませんか？</p> <p>問合せ 港区西部いきいき支援センター 電話 052-381-3260</p>	<p>はいかい高齢者おかえり支援事業・検索システム事業 認知症の人のひとり歩き(はいかい)の事故防止のため、早期に発見する取り組みです。</p> <p>問合せ 港区東部いきいき支援センター 電話 052-651-0568 問合せ 港区西部いきいき支援センター 電話 052-381-3260</p> <p>おでかけあんしん保険 認知症の人がひとり歩き(はいかい)をしてしまった時などに備えることができる賠償補償制度です。</p> <p>問合せ 認知症相談支援センター 電話 052-734-7079</p>			
			<p>家族支援事業 介護の負担・負担軽減を目的に認知症家族教室・家族サロン・もの忘れ相談を実施しています。</p> <p>問合せ 港区東部いきいき支援センター 電話 052-651-0568 問合せ 港区西部いきいき支援センター 電話 052-381-3260</p>			
			<p>介護保険サービス(在宅サービス・施設サービス) 自宅での生活を支援する在宅サービス、施設に入所するサービスなど様々な種類のサービスがあります。サービスを利用するには、要支援・要介護認定が必要です。</p> <p>問合せ 港区役所福祉課高齢福祉係 電話 052-654-9715 問合せ 港区東部いきいき支援センター 電話 052-651-0568 問合せ 港区西部いきいき支援センター 電話 052-381-3260</p>			
			<p>見守り・安否確認 認知症サポーター(港区町づくり隊を含む見守りサポーター)、民生委員、自治会、町内会、港区社会福祉協議会、地域の見守り(新聞店、金融機関、配食サービス事業所、コンビニエンスストア等)</p>			

認知症疾患医療センター(医療相談室)

認知症の専門医療相談ができる医療機関です。認知症に関する詳しい診断や症状が悪化した場合の対応等を行う認知症の専門機関です。

名鉄病院

住所 西区栄生二丁目26-11

電話 052-551-2802

まつかげシニアホスピタル

住所 中川区打出二丁目347

電話 052-352-4165

もりやま総合診療病院

住所 守山区町北11-50

電話 052-795-3560

八事病院

住所 天白区塩釜口一丁目403番地

電話 052-832-2111



認知症カフェ

ご本人や家族・知人、医療や介護の専門職、そして地域の人々が出会い、交流を楽しみ、認知症のことやその対応についてお互いの理解を深めることができるカフェです。



問合せ いきいき支援センター 【6ページ目参照】

認知症ガイドブック

今、お手元のパンフレットは、『認知症ガイドブック』の概要版です。本冊子により多くの情報を掲載しています。ご希望の方はコチラまで。



問合せ 港区東部いきいき支援センター

電話 052-651-0568

港区西部いきいき支援センター

電話 052-381-3260

港区西部いきいき支援センター分室

電話 052-309-7411

港区役所(福祉課)

電話 052-654-9692

いろいろな相談窓口

認知症や高齢者の総合相談

◆ 港区東部いきいき支援センター

住所 港区港楽二丁目6番32

電話 052-651-0568

◆ 港区西部いきいき支援センター

住所 港区寛政町6丁目40番地

電話 052-381-3260

◆ 港区西部いきいき支援センター分室

住所 港区知多二丁目2215 レーブエル1階

電話 052-309-7411

いきいき支援センターは、介護や福祉、認知症のなんでも相談窓口です。お気軽にお問い合わせください。月～金曜日 午前9時～午後5時まで(祝日・年末年始を除く)



在宅医療

♥ 港区はち丸在宅支援センター(訪問診療の相談などできます)

住所 港区千鳥一丁目13-22(名古屋市医師会看護専門学校1階)

電話 052-652-0874

♥ 名古屋市在宅歯科医療・介護連携室(訪問歯科について相談できます)

住所 名古屋市南区弥次工町五丁目12-1(名古屋南歯科保健医療センター内)

電話 052-619-4188

♥ 港薬剤師会(下記の検索キーワードで在宅医療受入薬局一覧を確認できます)

名古屋市港区 在宅医療受入薬局



まずはかかりつけ医に相談しましょう!

認知症の相談

☎ 名古屋市認知症コールセンター

(月・水・木・金/10時～16時、火/14時～20時)

電話 052-734-7089

☎ 若年性認知症コールセンター(大府市)

(月・火・木・金・土/10時～15時、水/10時～19時)

電話 0800-100-2707

