認知症の進行に合わせた「家族の心がまえ」や「ケアのポイント」

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の状況などにより経過は異なりますが、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。

家

	健康	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・介護が必要	常に介護が必要
認知症の進行	—	• もの忘れが気になる • お金の管理や買い物、書類の作成などはお ひとりでできる	• もの忘れにより生活しづらさがある • 日付や時間がわからなくなる • 買い物やお金の管理にミスが見られる • 日常生活はなんとか行っている	• 買い物やお金の管理ができない • 服薬管理ができない • 電話の応対や訪問者の対応が困難 • 道に迷うことがある	以下のことに手助け・介護が必要になる • 着替え　• 入浴　• 食事　• 排泄 • 整容（洗面・歯みがき・化粧）	• 車椅子・ベットでの生活が中心になる • 食事をとることが困難になる • 言葉による意思表示・理解が困難になる
本人の様子 **（こんなことはありませんか（例））**	—	□重要な約束を忘れる □新しい場所への旅行 などが難しい	□出来事を忘れる　□日時が分からない □食事に客を招く段取りができない □計画的な買い物ができない □小銭での支払いができない □意欲の低下　□もの盗られ妄想	□直前のことを忘れる　□買い物ができない □季節や場所が分からない □季節にあった服が選べない □家族とのトラブル　□昼夜逆転 □攻撃的な言動　□はいかい	□着る順番が分からない □ボタンをかけられない　□体がうまく洗えない □箸の使い方が分からない □トイレの失敗　□顔が洗えない □歯が磨けない	□歩行が困難　□介助にて椅子に移動 □ベットの上での生活が中心になる □言葉を話すことができない □言葉によるコミュニケーションが難しい □食事のときにむせる　□誤嚥　□肺炎
家族の気持ち（例）		•否定、年齢のせい、言えばできるはず	•混乱　•認知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　•どう看取るのか
家族の心がまえ		□ 早めにいきいき支援センターに相談しましょう。 □ 認知症や介護について学ぶ機会を持ちましょう。	□ 腹が立ってあたりまえ。ひとりで抱え込まないで、介護仲間をつくりましょう。交流会や電話相談がありますので、情報を得る機会をつくりましょう。 □ どのような医療や介護のサービスがあるかを知って、早めに介護サービスを利用して、がんばりすぎない介護をこころがけましょう。 □ 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。		□ 介護者があっての介護です。まずは自分のことや健康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は早いうちに行っておきましょう。 □ 終末期のケアについて、早い段階で医師やケアマネジャー等と相談し、どういった対応が必要か確認しておきましょう。	

ケアのポイント

気づき～相談

1. 早めに認知症や予防、介護に関する相談窓口であるいきいき支援センターやかかりつけ医に相談しましょう。

介護保険の申請等

2. ケアマネジャーやかかりつけ医等と相談し、介護保険を申請するなど安心した生活が送れる環境を整えましょう。
3. 薬による治療、役割や社会参加の機会をもち、進行を予防しましょう。

日常的な支援、行動心理症状や身体合併症への対応

4. 本人にあった生活が送れるよう、ケアマネジャーと相談しながら上手に介護保険サービスを利用しましょう。また、地域での見守りや支えあいも大切になります。協力の声かけをしてみましょう。
5. はいかいや興奮などの行動心理症状や身体合併症の治療等は、認知症疾患医療センターなどの専門医療機関で受けられます。

重度・終末期のケア

6. 着替え、入浴、食事、排泄などの介護が増え、肺炎などの身体合併症を起こしやすくなります。穏やかに苦痛なく過ごせるよう、ホームヘルプや在宅での診療、看護、歯科診療など、医療と介護が連携した訪問のサービスが受けられます。

本人・家族を支援する主な制度やサービス等

相談窓口	いきいき支援センター（認知症初期集中支援チーム）・高齢者いきいき相談室 ケアマネジャー
家族支援	認知症の人と家族の会 家族支援事業、認知症カフェ
介護福祉	ホームヘルプ　などの訪問サービス デイサービス　などの通所サービス ショートステイ　などの短期宿泊サービス 「通い」を中心に、「訪問やお泊り」を組み合わせて提供する「小規模多機能型居宅介護」もあります。
医療	かかりつけ医　【訪問診療】 認知症サポート医 認知症疾患医療センター　などの専門医療機関 訪問看護サービス 歯科医師・歯科衛生士　【訪問歯科診療】 薬剤師
生活支援	地域での見守りや支えあい活動、民生委員、認知症サポーター 生活支援サービス、社会福祉協議会、日常生活自立支援事業、成年後見制度
予防	介護予防教室、趣味や特技を活かせる場、市民講座 地域での交流の場
住まい	自宅 福祉用具・住宅改修 サービス付き高齢者向け住宅など グループホーム 特別養護老人ホーム

※主な制度やサービス等の内容については裏面をご覧ください。

安心して暮らせるまち“ちくさ”

認知症の人や家族を支援する主な制度やサービス

詳しい制度やサービスの内容等については、**いきいき支援センター**にご相談ください。

・【介保】は介護保険サービスです。担当のケアマネジャーがいる場合はケアマネジャーにご相談ください。

介護・福祉

相談窓口

- □ **いきいき支援センター（介護や福祉のなんでも相談窓口）**
- □ **ケアマネジャー（居宅介護支援事業所）**
- □ **高齢者いきいき相談室**

※介護保険の申請等についてもご相談下さい。

いきいき支援センターは、**「認知症の総合相談窓口」**として**「家族支援事業」**等を行っています。また、医療や介護の職員がチームとなって初期の支援を行う**「認知症初期集中支援チーム」**も行っています。

電話相談窓口

- □ **名古屋市認知症コールセンター ☎（052）919-6633**
- □ **愛知県認知症相談窓口 ☎（0562）31-1911**
- □ **若年性認知症コールセンター ☎（0800）100-2707**

主な介護保険サービス等

- □ **ホームヘルプ**
- □ **デイサービス、デイケア**
- □ **ショートステイ　　など**
- □ **介護予防・日常生活支援総合事業**（訪問サービス・通所サービス）

「認知症対応型デイサービス」や、**「夜間対応型訪問介護」**、**「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」**、**「小規模多機能型居宅介護」**などの介護保険サービスもあります。

社会保障制度

- □ **精神障害者保健福祉手帳**
- □ **自立支援医療**
- □ **福祉給付金制度　　など**

生活支援

家族支援

- □ **家族教室・家族サロン・認知症カフェ**
- □ **忘れてもしあわせの会（家族会）**
- □ **認知症の人と家族の会　　など**

家族サロンと**忘れてもしあわせの会**は月１回開催しています。**認知症の人と家族の会愛知県支部**では交流会や電話相談、家族支援プログラム、ケアラーズカフェ等を実施しています。

生活支援サービスや地域での見守りや支えあい活動など

- □ **生活援助軽サービス事業**
- □ **配食サービス事業**
- □ **福祉電話の貸与**
- □ **日常生活用具の給付　　など**

いきいき支援センターでは**「見守り支援事業（いきいきコール）」**や**「はいかい高齢者おかえり支援事業」**も行っています。

お住まいの地域によって、**地域住民やNPO・ボランティア、認知症サポーター、新聞店などによる見守り、ごみ出しや買い物などの支えあい活動**があります。

お金の管理、権利や財産をまもる

- □ **日常生活自立支援事業**
- □ **成年後見制度　　など**

住まい

住まいや暮らしの環境を整える

- □ **住宅改修【介保】**
- □ **福祉用具のレンタルや購入【介保】 など**

自宅での生活が心配になった場合など

- □ **グループホーム【介保】**
- □ **特別養護老人ホーム（特養）【介保】**
- □ **有料老人ホーム**
- □ **サービス付き高齢者向け住宅　など**

医　療

かかりつけ医

- □ 認知症について心配ごとがあれば、まずは**「かかりつけ医」**に相談しましょう。必要に応じて**「認知症疾患医療センター」**などの専門医療機関を紹介してもらえます。

認知症疾患医療センターは、認知症に関する鑑別診断や治療、行動心理症状や身体合併症の急性期対応、専門医療相談などを行っています。

かかりつけ医がない場合は、いきいき支援センターに相談してみましょう。**「医師による専門相談」**や**「もの忘れ相談医」**、**「認知症疾患医療センター」**などの医療機関をご案内しています。

通院がむずかしい場合

- □ **訪問診療、訪問歯科診療**
- □ **訪問看護、訪問リハビリ　など**

口腔ケアについては**歯科医師や歯科衛生士**、薬の一包化や服薬に関する訪問指導などは**薬剤師**に相談ができます。かかりつけ歯科医やかかりつけ薬局を持ちましょう。

予　防

介護予防教室・地域での交流の場

- □ **高齢者はつらつ長寿推進事業**
- □ **いきいき教室**
- □ **認知症予防教室**
- □ **介護予防教室　　など**

都福祉会館（回想法センター）や**まちかど保健室**、各**コミュニティセンター**などでの教室や同好会もあります。高齢者の方が気軽にお出かけできるサロンなどのお出かけ先を紹介したマップ等があります。いきいき支援センターにお問い合わせください。

お住まいの地域によって、**ふれあい給食会**や**ふれあい・いきいきサロン、老人クラブ**などがあります。

認知症について学ぶ場

- □ **認知症サポーター養成講座**
- □ **認知症市民講座や市民シンポジウム　など**

〈いきいき支援センターの連絡先〉

千種区東部いきいき支援センター	（桜が丘11-1）	**☎７８１－８３４３**	担当学区	大和、上野、東山、星ヶ丘、自由ヶ丘、富士見台、宮根、千代田橋
千種区東部いきいき支援センター分室	（宮根台1-4-24）	**☎７２６－８９４４**		
千種区西部いきいき支援センター	（西崎町2-4-1）	**☎７６３－１５３０**		千種、千石、内山、高見、春岡、田代、見付