

認知症あんしんガイド

(認知症ケアパス)

発行元：吉岡町役場 吉岡町地域包括支援センター

ご自身や身内の方が認知症かもしれないと心配されている方へ
認知症になったからといって、心身の状態が急に悪化したり、生活のすべてが変わるわけではありません。これからの暮らしにこの冊子で紹介している情報をお役立てください。



認知症とは？

●認知症とは？

認知症とは、脳の障がいによって認知機能（記憶力や判断力など）が低下して、日常生活に支障をきたした状態のことです（およそ6か月以上継続）。

認知症は原因によっていくつかに分類されますが、次の3種類の認知症がよく知られています。

アルツハイマー型認知症

最も多いタイプの認知症。
記憶障害が著しい。
脳内にアミロイドβというたんぱく質がたまることが主な原因と考えられている。

血管性認知症

脳出血や脳梗塞などが原因で起こる認知症。
認知機能の低下だけでなく、気分の落ち込みや身体の麻痺、言語障害等がおきることもある。

レビー小体型認知症

幻視や筋肉のこわばりなどが現れることがある。症状の変動が大きい。
脳内にレビー小体というたんぱく質がたまることが主な原因と考えられている。

●若年性認知症とは？

若年性認知症とは、65歳未満で発症した認知症のことです。若年性認知症は医学的には高齢者の認知症と違いありません。しかし、自身が社会の中心となり家庭を支えるというライフサイクルの視点から考えると、病気だけではなく、経済的問題、家族への身体的・精神的負担が高齢者の認知症と比べると大きいとされています。



若年性認知症の相談窓口

若年性認知症支援コーディネーター

平成29年度から若年性認知症の人と家族等に対する支援を一層強化することを目的に県内の認知症疾患医療センターに配置しています。

若年性認知症支援コーディネーター配置先一覧(群馬県HP内)
<https://www.pref.gunma.jp/page/1604.html>



若年性認知症コールセンター

若年性認知症特有の様々な悩みに対し、専門の相談員が電話相談に応じます。
TEL.0800-100-2707

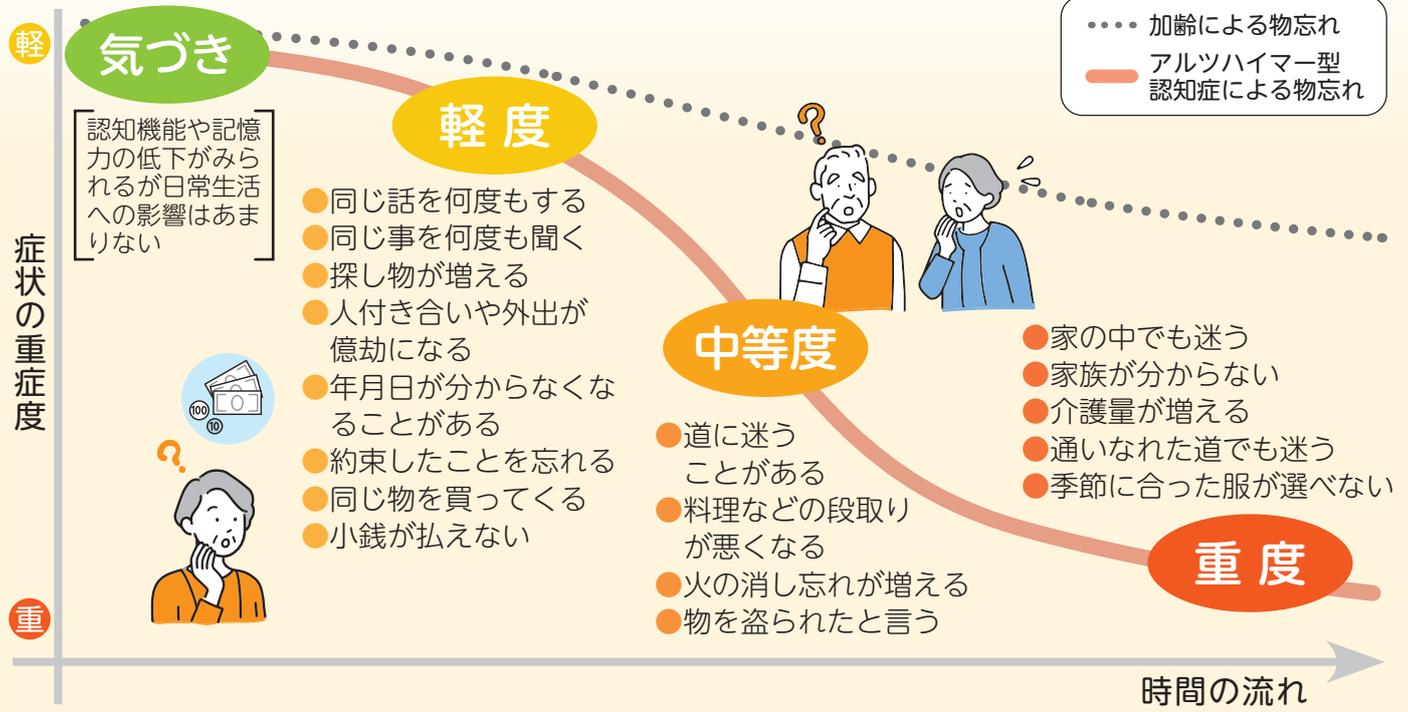
■受付時間／月～土曜日 10:00～15:00

ただし水曜日 10:00～19:00(年末年始・祝日は除く)



認知症の症状と経過

認知症の進行は、「気付き(MCI:軽度認知障害)」の段階を経て、「軽度」「中等度」「重度」の3つの進行段階に分けることができます。症状は時間をかけて進行すると言われていますが、早期に発見し、適切な対策や治療を行うことで発症や進行を遅らせることができます。認知症がどのように進行していくかを知っておくことはとても重要です。



	気づき (MCI:軽度認知障害)	軽度	中等度	重度
本人の思い	<ul style="list-style-type: none"> ● もしかしたら認知症かもしれないと不安 ● 物忘れが進んだらどうなるか心配 	<ul style="list-style-type: none"> ● 今までの自分と明らかに違うという不安がある ● 何をするのも億劫で気がわからない 	<ul style="list-style-type: none"> ● 失敗したことを忘れてしまい、家族や周囲の人に注意されたときに「理由もなく怒られた」と不快な思いが残る ● 優しくしてもらえると安心できる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 自分のおかれている状況が分からず、不安になる ● 安心できることが嬉しい
支援の一例	<ul style="list-style-type: none"> * 本人の話をよく聞く * 生活状況を見守る * 不安などの感情の変化に気を付ける * 孤立しないように社会とのつながりを持てるよう支援する 	<ul style="list-style-type: none"> * ゆっくり分かりやすく話す * 急がず本人のペースに合わせる * 大切な約束や連絡先は本人に分かるようにメモを書いて渡す 	<ul style="list-style-type: none"> * 視線に合わせてゆっくり話す * 本人のできることを一緒にに行い一緒に楽しむ * 一度に多くのことを伝えずに一つ一つ伝える 	<ul style="list-style-type: none"> * 表情やしぐさからメッセージを受け止める * 安心できるように接する
ヒント・工夫を減らす	<ul style="list-style-type: none"> ★ 自分に合った「探さずにすむ方法」「忘れてもよい工夫」を見つける <ul style="list-style-type: none"> ・ 探し物発見器(紛失防止タグ等)の利用 ・ 常に身に着ける ・ 同じ物を複数用意する ・ スマートフォンのアラーム機能など ★ メモをとることを習慣づける 	<ul style="list-style-type: none"> ★ 運動・バランスの良い食事を心がける ★ 自分に合った介護サービスを利用する ★ 時には人に頼ることも大切です 	<ul style="list-style-type: none"> ★ 「焦らずゆっくり、一つずつ」を心がける ★ 迷ったときの備えをしておく <ul style="list-style-type: none"> ・ 氏名や連絡先が分かるものを身に着ける ・ スマートフォンの活用など 	

認知症の相談窓口

吉岡町地域包括支援センター(老人福祉センター内) ⇒ 必要時 認知症初期集中支援チームで早期診断・早期対応に向けた支援も行います。
TEL.0279-54-4323 ※時間外は転送されます。
 ■受付時間/月～金曜日 8:30～17:15(年末年始・祝日は除く)
 高齢者の総合相談窓口です。認知症の相談もできます。

吉岡町役場 健康福祉課 介護高齢室
TEL.0279-26-2247

■受付時間/月～金曜日 8:30～17:15(年末年始・祝日は除く)
 介護保険や高齢者へのサービスの相談や申請の窓口です。

認知症の人と家族の会 群馬県支部
TEL.027-289-2740

■受付時間/月～金曜日 10:00～15:00(年末年始・祝日は除く)



認知症に対するサービスや支援

名 称	目的や内容	問い合わせ先	
認知症保険加入事業	在宅で暮らす認知症の方が行方不明になった時の捜索、第三者に対する不慮の事故、自分自身のケガ等に対する補償。	吉岡町役場 健康福祉課介護高齢室 TEL.0279-26-2247	
徘徊高齢者等検索サービス事業 (GPS機器貸し出し)	GPS機器を貸与し、徘徊発生時には介護者の申し出により位置情報の提供を行います。	吉岡町役場 健康福祉課介護高齢室 TEL.0279-26-2247	
認知症高齢者事前登録制度	行方不明になる恐れがある方の顔写真や身体的特徴等の情報を提供し本人保護時の身元特定に役立つ制度。	吉岡町役場 健康福祉課介護高齢室 TEL.0279-26-2247 吉岡町地域包括支援センター TEL.0279-54-4323	
認知症カフェ	元気になるカフェ	誰でもぶらりと立ち寄れて自由におしゃべりできる居場所です。スタッフは認知症サポーターです。(毎週木曜日・町内2カ所で開催)	吉岡町社会福祉協議会 TEL.0279-54-3930
	22カフェ	認知症の方やその家族、認知症が心配な方が医療・介護の専門職や認知症介護経験者と認知症に関する相談や情報交換ができる場所です。地域包括支援センター職員が参加します。(毎月22日に開催)	吉岡町地域包括支援センター TEL.0279-54-4323
	しあわせになるクローバー	認知症の方やその家族、地域の方など誰でも気軽に集まり、ほっとした時間を共有することを目的にしています。田中病院の相談員がいます。(毎月第2土曜日開催)	認知症疾患医療センター 田中病院 TEL.0279-54-5560
日常生活自立支援事業	認知症高齢者等が安心して在宅生活を送れるように日常的な金銭管理サービスを行う事業。	吉岡町社会福祉協議会 TEL.0279-54-3930	
成年後見制度事業	認知症等で財産管理や重要な契約等ができない方の権利を守り安心して暮らせるよう相談支援を行う事業。	吉岡町成年後見支援センター TEL.0279-54-3930	

※「吉岡町高齢者支援ファイル」には高齢者が利用できるサービスが掲載されていますので、あわせてご覧ください。

https://www.town.yoshioka.lg.jp/fukushi/korei/post_110.html



早期受診と早期発見のメリット

- ① 手術や治療で治る病気の場合もあります。(慢性硬膜下血腫・脳腫瘍・甲状腺ホルモン異常等)
- ② 薬などで進行を遅らせることができる場合があります。
- ③ 家族や周囲の人に意思を伝える等、事前に準備ができます。

認知症について心配事があれば、まずはあなたの「かかりつけ医」に相談しましょう。

認知症疾患医療センター

認知症に関する早期診断・治療を行うと共に、医療・介護部門との連携を図り、地域における認知症疾患の保健医療水準の向上を図ることを目的に群馬県で指定している病院です。受診のためには予約と、主治医からの紹介状が基本的には必要です。

※群馬県内の認知症疾患医療センターは下記をご参照ください。
認知症疾患医療センター一覧(群馬県HP内)
<https://www.pref.gunma.jp/page/2132.html>



吉岡町近隣の
認知症疾患
医療センター

- 田中病院……………TEL.0279-54-5560
- 老年病研究所附属病院……………TEL.027-252-7811
- 群馬大学医学部附属病院……………TEL.027-220-8047

新しい認知症観とは

認知症になってからも、一人ひとりが個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望をもって自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。

令和6年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」に基づき作られた認知症施策推進基本計画に示されました。



誰もが「新しい認知症観」を持つために

2022年の65歳以上の認知症と軽度認知症(MCI)をあわせた有病率は約3割であり、認知症に関わる症状がある人は約3人に1人の割合となっています。認知症は誰に起こってもおかしくはありません。

共生社会の実現には認知症の人の自身の思いや希望を尊重し、本人中心の生活を支える姿勢が社会全体に求められます。そのためには、認知症について正しい知識を身につけ、認知症の人の声を聴き、認知症の人が安心して声を挙げられる環境をつくっていくことが重要です。

「共生」という言葉にもあるように、認知症の人は介護や支援が必要な「支えられる存在」ではなく「共に生きる存在」であるという点がこれまでの認知症の捉え方、考え方を大きく転換させる点だと言えるでしょう。

この冊子をご覧になり「質問したいこと」「相談したいこと」がありましたら、お気軽に地域包括支援センターにご連絡ください。

吉岡町地域包括支援センター

TEL.0279-54-4323 (時間外は携帯に転送されます)
■ 受付時間 / 月～金曜日 8:30～17:15(年末年始・祝日は除く)
吉岡町大字南下1333-4

<https://www.yoshioka-shakyo.jp/chsc.html>

