認知症ケアパスはんなん

（詳細版）

****

阪南市では、認知症になっても住み慣れたまちで

安心して暮らし続けられるように認知症の理解を深め、

認知症の人を支える医療・介護サービスや地域の社会資源

を紹介する『認知症ケアパスはんなん』を作成しました。

令和６年３月発行

『認知症ケアパスはんなん』の使い方（目次）

■認知症の病態

**１****．認知症とは？（P１～3）**

認知症の種類、症状について

■お金の自己管理、手続などが難しくなった場合について

**２．認知症への備え（P４）**

お金の管理や手続きについての相談窓口

認知症かな？と思ったら

■自分や家族が認知症になった時、どんなサービスが

利用できるのか

**５．阪南市認知症社会資源マップ（P９～１３）**

社会資源マップ（別紙）から本人の状態に合わ

せたサービスを知る

具体的なサービス、相談窓口について

認知症の方を支えたい

住み慣れたまちで暮らしていくための情報が知りたい

■認知症の方への対応について

**３．認知症の人への接し方（P５）**

具体的な対応方法について

■認知症の方をサポートする

**４．私たちにできること（P6～８）**

サポート方法について

# １．認知症とは？

認知症とは、さまざまな原因で脳の神経細胞の働きが悪くなることによって、記憶・判断力の障がいなどが起こり、日常生活や社会生活に支障が出ている状態をいいます。

**●「認知症によるもの忘れ」と「加齢によるもの忘れ」との違い（一例）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 認知症によるもの忘れ | 加齢によるもの忘れ |
| **体験したこと** | すべてを忘れている  例）朝ごはんを食べたこと  自体 | 一部を忘れる  例）朝ごはんのメニュー |
| **もの忘れの自覚** | ない  (初期には自覚があることも) | ある |
| **日常生活への支障** | ある | ない |
| **症状の進行** | 進行する | 徐々にしか進行しない |



例えば、体験したこと

自体を忘れてしまったり、

もの忘れの自覚がない場合は

認知症の可能性があります。

出典：政府広報オンライン

「■暮らしのお役立ち情報：知っておきたい認知症のキホン」https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201308/1.html

**■認知症の種類について**

代表的な４つの病気について紹介します。

**脳血管性認知症**

脳梗塞、脳出血などによって脳の神経細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、神経のネットワークが壊れたりする病気です。脳血管障害を起こした場所によりますが、麻痺などの症状を伴うこともあります。

【症状】

日時やタイミングにより症状の程度に差があることから「まだら認知症」と呼ばれることがあります。

**アルツハイマー型認知症**

認知症の中で最もおおく、全体の約６～７割を占めます。脳の細胞がゆっくりと減少し、脳が萎縮（縮んで小さくなること）するために起こる病気です。

【症状】

比較的早い段階からもの忘れ、時間や場所が分からなくなるなどの症状のほか、不安・うつ・妄想が出やすくなります。

**前頭側頭型認知症**

脳の前頭葉（前の方）や、側頭葉（横の方）の神経細胞が減少し、脳の萎縮（縮んで小さくなること）が目立つのが特徴です。

【症状】

我慢や思いやりなどの社会性を失い、万引きや信号無視など異常行動をすることもあります。言葉が出にくくなる症状も出やすくなります。

**レビー小体型認知症**

「レビー小体」と呼ばれる変性したたんぱく質が脳の神経細胞にたまることによって起こる病気です。

【症状】

もの忘れに加えて実際に見えないものが見える（幻視）、歩行障害、大声での寝言や行動化（レム睡眠行動障害）が特徴です。

**■認知症の症状**

**●中核症状**

　脳の神経細胞が減少していくことによって直接発生する症状で、周囲で起こっている現実を正しく認識できなくなります。

**見当識障害**

見当識とは、季節、時間や場所、対人関係を把握する力です。

これが障害されると、時間や季節感の感覚が薄れ、自分の場所が分からず迷子になったりします。

**記憶障害**

新しいことを記憶できず、ついさっき聞いた事が、思い出せなくなります。

病気が進行すれば、以前覚えていたはずの記憶も失われていきます。

**失語・失行・失認**

・失語…言葉が出てこなかったり、人の話の内容が理解できなくなります。

・失行…手足の動きは問題ないが、今までできていた動作ができなくなります。

・失認…見えているが、物体や人の顔などが認知できなくなります。

**理解・判断力の障がい**

状況に応じた適切な行動が、できないことがあります。些細なことやいつもと違うことで、混乱をきたすなどの症状が起こりやすくなります。

**実行機能障害**

目的を果たすため、いくつかの作業を順序立てて行う能力が低下し、行動の途中で次に何をすればいいのかわからなくなります。料理や買い物が難しくなり、同じものを購入したり、味付けがおかしくなるなどの症状が出ます。

# ２．認知症への備え

認知症になると、判断力が低下してしまうため、財産の管理は非常に難しくなります。認知症高齢者を狙った犯罪や消費者トラブルは後を絶ちません。

このような被害を防ぐため、あらかじめ身を守る備えをしておくことが大切です。不安を感じたら、ぜひご相談ください。

**●お金の管理や手続に不安があるとき**

|  |  |
| --- | --- |
| **日常生活自立支援事業** | 認知症などによって、ものごとを理解したり、判断したりすることが難しくなった人が、自立した生活を送ることができるよう、お金や印鑑などの管理、介護・福祉サービスの手続のお手伝いをする事業です。 |

**【相談窓口】　阪南市社会福祉協議会　電話：０７２－４７２－３３３３**

|  |  |
| --- | --- |
| **成年後見制度** | 認知症などで、理解力や判断力が不十分な人に代わって、財産管理、契約の締結や取消などを代わりに行ってくれる人（後見人）を決めることができる制度です。 |

【**相談窓口】**

**尾崎・東鳥取地域包括支援センター　電話：０７２－４９３－２３０４**

**西鳥取・下荘地域包括支援センター　電話：０７２－４４７－６４２８**

**阪南市役所介護保険課　　　　　　　電話：０７２－４８９－４５２６**

# ３．認知症の人への接し方

**●認知症の人への対応の心得　「３つのない」**

①驚かせない　②急がせない　③自尊心を傷つけない

**●具体的な７つのポイント●**

**①まずは見守る**

一定の距離を保ち、まずは様子を見守ります。

**②余裕を持って対応する**

こちらが困惑していると、相手にも伝わってしまいます。笑顔で対応しましょう。

**⑦相手の言葉にゆっくりと耳を傾け、対応する**

認知症の人は急がされるのが苦手です。相手の反応をみながら会話しましょう。

**③声かけは１人で**

複数で声掛けすると恐怖心をあおりやすいです。

****

**④後ろから**

**声をかけない**

一定の距離で相手の視界に入ってから優しく声をかけます。

**⑥はっきりした滑舌で**

早口、大声、甲高い声は避けましょう。

**⑤相手に目線を合わせる**

目線を同じ高さに合わせましょう。

参考：全国キャラバン・メイト連絡協議会「認知症を学び地域で支えよう」

# ４．私たちにできること

認知症になっても、住み慣れたまちで生活できるよう、１人でも多くの方に認知症について正しく知って理解することが求められています。

**１．阪南市　認知症サポーター養成講座のご案内**

**〇認知症サポーターとは**

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守り支援することで、誰もが暮らしやすいまちを作っていく応援者です。

認知症サポーターには、阪南市キャラバン・メイト※事務局を通じて、全国キャラバン・メイト連絡協議会より「サポーターカード」を無料配布いたします。従来の「オレンジリング」は有料となります。

※キャラバン・メイトとは、認知症サポーター養成講座の企画。・立案を行い、講師を務める方のことです。



**〇講師**

全国キャラバン・メイト

**〇対象者**

阪南市在住・在勤の方はどなたでも

**〇講座内容**

１.認知症サポーターキャラバンとは

**【問い合わせ先】**

**尾崎・東鳥取地域包括支援センター**

〒599-0202

阪南市下出57-4ハーブビル1階

電話：072-493-2304

**西鳥取・下荘地域包括支援センター**

〒599-0232

阪南市箱作3515-7

電話：072-447-6428

２.認知症を理解する

①認知症とはどういうものか

②認知症の症状

③認知症の診断・治療

④認知症予防についての考え方

⑤認知症の人と接するときの心構え

⑥介護をしている人の気持ちを理解する

３.認知症サポーターとは

４.認知症サポーターのできること

**〇所要時間・費用**

およそ１時間～１時間半　受講は無料です。

**２．阪南市徘徊高齢者等SOSネットワークについて**

認知症の方が徘徊で所在不明になったり、自宅に帰れなくなった場合に、

速やかに発見・保護し、ご家族のもとに帰れるように、阪南市内及び大阪府、近隣市町の関係協力機関と住民がお互いに協力し、支援を行います。

**●徘徊時の円滑な支援ができるよう事前登録制となっています。**

・対象者　：住民の方で徘徊のおそれのある認知症高齢者の方

　　　　　　その他市長が必要と認める方

・申請者　：上記対象者の家族の方（原則）

・相談窓口：尾崎・東鳥取地域包括支援センター

　　　　　　電話：072-489-4526

　　　　　　西鳥取・下荘地域包括支援センター

　　　　　　電話：072-447-6428

阪南市役所介護保険課

電話：072-489-4526



# ●登録は阪南市役所介護保険課

# で受付ています。

　登録時に印鑑・ご本人の写真・申請者の身分証明証が必要です。

●登録いただいた方には、QR

コードのついたアイロンネームをお渡ししています。

# 

**３．ご高齢者の方の自動車運転に関して**

認知症と診断された方、その疑いがある方は医師の診断または臨時の適正検査を受けなくてはなりません。

「自分は大丈夫」と感じている高齢者の方やそのご家族の方も一度、「運転免許証の自主返納」について考えてみるのもいいかもしれません。

もし運転に不安を感じている方やご家族のみなさんがいらっしゃれば

**「安全運転相談ダイヤル（♯８０８０）」**にご相談ください。

こんな時に相談してみよう！！



運転中にヒヤッと

したことがある

**まわりが**

**見えづらくなった**

物忘れが

多くなった

身体の動きが

鈍くなった

# ５．阪南市認知症社会資源マップ

「阪南市認知症社会資源マップ」は、認知症を発症したときから、生活する上でいろいろな支障が出てくる中で、その進行状況にあわせて、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいかをまとめたものです。認知症の人やその家族が住み慣れたまちで安心して暮らしていくためにご活用ください。

冊子に折り込んでいる「阪南市認知症社会資源マップ」を参考に、医療や介護サービス、その他様々なサービスを検討してください。社会資源マップと「認知症ケアに関するサービス一覧」（P1０～）をあわせてご覧いただくと、よりわかりやすくなっています。

一番大事なことは、まずは相談することです。地域包括支援センターやかかりつけのお医者さんに相談してみましょう。



**■認知症ケアに関する各種サービス一覧**

認知症予防や認知症になった方のためのサービスについて、阪南市では次のようなサービス・事業所があります。

* **地域の生きがい・通いの場・福祉活動**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **活動の名称** | **活動の概要** | **お問い合わせ先** |
| 老人クラブ活動 | おおむね60歳以上の高齢者を対象に、地域で高齢者の生きがい活動や社会活動などの活動を行っています。 | 阪南市社会福祉協議会  電話:072-472-3333 |
| まちなかサロン  ・カフェ | 地域の身近な拠点で、定期的にサロン・カフェを開催し、交流の場づくりを行っています。 |
| 校区福祉委員会  活動 | 住民による見守り活動や、ひとり暮らし高齢者の食事会などの地域福祉活動を行っています。 |
| 介護者（家族）  の会 | 介護者同士の交流会や施設見学、講演会・学習会などを定期的に行っています。 |
| 認知症カフェ | 認知症の方や家族が気軽に立ち寄り、お茶を飲みながら、介護などの相談が行なえるカフェのことです。誰でもご参加できます。阪南市のカフェについては「にっこりはんなんマップ」をご参照ください。    [にっこりはんなんマップ](https://www.city.hannan.lg.jp/kakuka/fukushi/kaigo/houkatsu/6880.html) | 尾崎・東鳥取地域  包括支援センター  電話：072-493-2304  西鳥取・下荘地域  包括支援センター  電話：072-447-6428  阪南市役所介護保険課  072-489-4526 |

* **介護予防・生活支援サービス等**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **サービスの名称** | **サービスの概要** | **お問い合わせ先** |
| 介護予防事業 | 要支援・要介護状態にならないために、運動機能向上など介護予防事業をしています。詳細は「みちがえる手帳」を参照ください。  [みちがえる手帳](https://www.city.hannan.lg.jp/kakuka/fukushi/kaigo/kaigoyobouzigyo/6638.html) | ※尾崎・東鳥取地域  包括支援センター  電話072-493-2304  ※西鳥取・下荘地域  包括支援センター  電話072-447-6428  阪南市役所介護保険課  電話:072-489-4526 |
| 高齢者  緊急通報装置  貸与事業 | 要支援・要介護認定を受けた一人暮らし高齢者等を対象に、緊急通報装置を貸与しています。（所得により利用負担あり） |
| 成年後見制度 | 理解力や判断力が不十分な人にかわって、財産管理、契約の締結や取消などを、代わりに行ってくれる人（後見人）を決めることができる制度です。（P４を参照） |
| 徘徊高齢者等SOSネットワーク事業 | 認知症の方の徘徊時、速やかに発見・保護しご家族のもとに帰れるように協力機関・住民さんと協力し、支援を行います。（P７を参照） |
| 介護用品給付事業 | 家族の介護を受けられている在宅の要介護３・4・5の方であって、非課税世帯を対象に、紙おむつ等の給付券を支給します。 |
| くらしの  安心ダイヤル | 地域の各関係団体・機関が連携し、災害時には安否確認を行うなど地域ぐるみで要援護者を支え合う制度です。 | ※包括支援センター  阪南市役所市民福祉課  電話:072-489-4520  072-489-4521 |
| 日常生活  自立支援事業 | 判断が困難な方を対象に、お金などの管理、福祉サービスの手続のお手伝いをする事業です。（所得により利用負担あり）（P４を参照） | 阪南市社会福祉協議会  　電話:072-472-3333 |

**□介護保険サービス等**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **サービスの名称** | **サービスの概要** | **お問い合わせ先** |
| 通所介護 | デイサービスセンターに通い、食事・入浴等のサービスや機能訓練を受けることができます。 | ※介護保険の認定をお持ちでない方  阪南市役所介護保険課  （介護保険の申請に対するお問い合わせ）  電話:072-489-4525  ※介護保険の認定をお持ちの方  地域包括支援センターまたは担当のケアマネジャーにご相談ください。 |
| 認知症対応型  通所介護 | 認知症高齢者が通い、食事・入浴等のサービスや機能訓練を受けることができます。 |
| 訪問介護 | ホームヘルパーが自宅を訪問して、食事、排泄、入浴の世話などの身体介護や掃除、洗濯、買い物、調理などの生活援助を受けることができます。 |
| 訪問看護 | 訪問看護師が自宅を訪問し、主治医と連携をとりながら、病状の観察や処置、内服管理等を行うサービスです。 |
| 短期入所生活介護 | 介護老人福祉施設などに短期間入所し、食事・入浴等のサービスや機能訓練を受けることができます。 |
| 小規模多機能型  居宅介護 | 身近な地域の施設に日帰りで通うことが中心ですが、利用者の状態に応じて、訪問や泊まりのサービスを利用することができます。 |
| **サービスの名称** | **サービスの概要** | **お問い合わせ先** |
| 認知症対応型  共同生活介護  （グループホーム） | 認知症の状態にある利用者が少人数で共同生活をしながら、家庭的な環境と住民と交流することで、介護その他の日常生活上の支援や機能訓練を受けることができます。 | 「高齢者住宅・施設の手引き」  「阪南市内介護事業所一覧」をご参照ください  介護保険課  電話：072-489-4526  [高齢者住宅・施設の手引き](https://www.city.hannan.lg.jp/kakuka/fukushi/kaigo/shisetsu/juutakusisetu.html) |
| 介護老人保健施設 | 病状が安定期になり、入院治療の必要はないものの、リハビリテーションや看護・介護を必要とする要介護認定者が、看護や医学的管理下における介護、医療、日常生活上のサービスを受けることができます。 |
| 介護老人福祉施設  （特別養護老人ホーム） | 原則、要介護3以上の常時介護が必要な方で、在宅での生活が困難な方を入所対象とする施設のこと。入浴・排泄・食事等の日常生活の支援から、健康管理や機能訓練等を受けることができます。 |
| サービス付き  高齢者向け住宅 | 国の定めた一定以上の登録基準を満たした高齢者向けの「賃貸住宅」です。 |

