

認知症・ケアパス

オロロード

香美

あら？・・・もしかして認知症？
もし認知症なら、段階に合わせたサポートがあります。
あなたの道を、一緒に歩いていきましょう。



認知症でも
自分らしく過ごせるのね。

いくつになっても生き生き
暮らしたいもんね。

認知症の人を見守り支える「認知症サポーター」の証、オロロードリング、ジオンくんのように付けています。



認知症の進行ぐあいと症状に合わせた対応

代表的なアルツハイマー型認知症の進行例

認知症の進行ぐあいとその時に合った周囲の対応を示す。(右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態) ※個人差がある

チェックポイント	発症前	境界	軽度	中度	重度
記憶面	もの忘れの自覚が出てくる。	直近の事を覚えられない。 体験したことの内容を忘れる。	いつどこで何をしたかの出来事を忘れる。	過去の記憶も失われていく。	
見当識		・時間や日にちがわからなくなる。 ・自分の年齢が正確にわからなくなる。	・季節や年次がわからなくなる。 ・場所がわからなくなる。		
本人の様子	5～10年前と比較して日常生活において支障はなく、変化はみられない。	「あれ」「それ」等と代名詞を多用する。何かヒントがあれば思い出す。	・同じ事を何度も聞く。 ・物をしまった事を忘れる。 ・大事な約束を忘れる。 ・不安、いらいら ・外出の機会が減る。 ・物を盗られた、財布をなくした、と言う。	・季節に合った服を着ることが出来ない。 ・同時に二つ以上のこと ・家事(料理・掃除)等の段取り・自分がどこにいるかわからなくなる。 ・買い物時のお金の計算 ・入浴や着替え等ができなくなる。 ・食べ物があるだけ食べる。 ・排泄の失敗が起こってくる。	・会話が出来なくなる。 ・表情が乏しくなる。 ・食べ物が飲み込みにくくなったり、食べることの理解が出来なくなる。 ・生活全般のケアが必要
対応ポイント	◎認知症予防のための生活習慣を始めましょう。 ◎有酸素運動、地域の行事、ボランティアなどの社会参加や趣味を楽しみましょう。 ◎家族内での役割を持ちましょう。	◎ゆっくり短い言葉で少しずつ伝えましょう。 ◎大事なことや出来事をメモに書きとめる、家族は大事なものを片付ける箱を用意しましょう。 ◎時計やカレンダーを置いて、時間や日にちを分かりやすくする工夫をしましょう。	◎説得や否定をせず、いったん気持ちを受け止めましょう。 ◎出来ないことを無理強いはさせない。	◎合併症(肺炎や脱水)などが起こりやすくなります。体調管理に注意していきましょう。 ◎言葉が出なくなれば手を取る、背中をさすなどスキンシップを心がけ、安心感を与えるようにしましょう。	
家族の心構え	◎いつもと違う、何か様子がおかしいと思ったら、早めに「いきいき相談センター」や「かかりつけ医」に相談してください。 ◎家族の気づきがとても大切です。早めに正しい対応や医療にかかることで、進行を遅らせることができます。	◎介護者自身が抱え込まない、健康管理を行っていきましょう。 ◎正しい接し方、基本的なコツを学ぶ。(認知症サポーター養成講座、認知症カフェ、介護者の集いなどへの参加も有効です) ◎適度にストレス発散を行い、抱え込まない。愚痴の言い合える仲間や相談相手を作る。 ◎いつでも介護を代わってもらえるような、気楽な気持ちで過ごす。 ◎ケアマネージャー「いきいき相談センター」「かかりつけ医」「サービス事業所」など専門職へ気軽に相談する。 ◎徐々に介護負担が増えています。社会資源や介護サービスを有効に活用する。 ◎近隣の方へも理解を求め、協力してもらえ関係を築く。	◎介護についてみんなで話し合しましょう。 ◎元気なうちに、ご本人の意向を確認しておく。(治療方針・お金・延命・相続・施設のことなど) ◎家族間でも、介護や終末期に関して段階的に話し合っておく。		

家事や仕事、趣味など出来ることもたくさん残っています。得意なこと、出来ることを生活に取り入れていきましょう。

介護者自身が抱え込まない、健康管理を行っていきましょう。

◎正しい接し方、基本的なコツを学ぶ。(認知症サポーター養成講座、認知症カフェ、介護者の集いなどへの参加も有効です)
◎適度にストレス発散を行い、抱え込まない。愚痴の言い合える仲間や相談相手を作る。
◎いつでも介護を代わってもらえるような、気楽な気持ちで過ごす。
◎ケアマネージャー「いきいき相談センター」「かかりつけ医」「サービス事業所」など専門職へ気軽に相談する。
◎徐々に介護負担が増えています。社会資源や介護サービスを有効に活用する。
◎近隣の方へも理解を求め、協力してもらえ関係を築く。
◎介護についてみんなで話し合しましょう。
◎元気なうちに、ご本人の意向を確認しておく。(治療方針・お金・延命・相続・施設のことなど)
◎家族間でも、介護や終末期に関して段階的に話し合っておく。

症状に合ったサポート

認知症の人やその家族が状態に応じて、いつ・どこで・どのような医療や介護サービスや在宅での支援が受けられるかを示す。

認知症の進行ぐあい ←このマークは、香美町が今後強化していきます。

サポート種類	予防(発症前)	境界	軽度	中度	重度
介護予防 悪化予防	1 いきいきサロン	2 ふれあい交流館、いこいの里	3 元気体操サークル	4 元気デイサービス	5 ホームヘルプ
仕事 役割支援	10 シルバー人材センター				
安否確認 見守り支援	11 民生委員など(愛育会・福祉委員)	11 配食サービス	12 認知症サポーター	13 にこここかえるネットワーク	5 ホームヘルプ
生活支援	家事援助事業	生活支援ハウス			
身体介護			11 配食サービス	5 ホームヘルプ	
医療	15 かかりつけ医	16 かかりつけ歯科医(訪問歯科)	17 かかりつけ薬局(訪問薬局)	5 ホームヘルプ	9 訪問看護
家族支援			介護者のつどい	18 認知症カフェ	
権利擁護		19 任意後見制度			20 成年後見制度
緊急時支援 神経症状がみられる等			21 ショートステイ 短期入所療養介護	5 ホームヘルプ	
住まい支援	生活支援ハウス	ケアハウス		22 特別養護老人ホーム	23 介護老人保健施設
			24 グループホーム	25 小規模多機能型施設	

認知症になっても自分らしい生活を続けるために

認知症・初期集中支援チーム がサポートします！

※「初期」には認知症の病気の早期、認知症の人への関わりの初期の2つを指します。

家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応をしていくことが大切です。



初期集中支援チーム

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。私たちに相談してくださいね。

認知症サポート医・保健師、社会福祉士、作業療法士・理学療法士・薬剤師・栄養士・歯科衛生士等で活動しています。
認知症サポート医とは：認知症医療・介護などがスムーズに連携するようサポートする医師で、認知症の専門知識を持っています。

・認知症の方(疑いのある方)のご家庭を訪問し相談に応じます。
・病院受診やサービス利用、家族への支援などの初期支援を集中的に行い、一緒に解決策を考えます。

40歳以上で自宅生活をしており、認知症の症状でお困りの方。
・認知症の診断を受けたいが、うまく受診につながらない。
・どこにも出たがなくて介護サービスが使えない。
・認知症による症状が強く、介護や対応に困っている。

早い段階で相談してね！

香美町いきいき相談センター 0796-36-4004

「認知症」で悩んでいたなら

認知症とは・・・

いろいろな原因で脳の働きが徐々に損なわれていくために、さまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態のことを指します。

早期受診の必要性

「認知症は治らないから」「年だから仕方がない」と考えていませんか？
認知症も他の病気と同じように早期発見・早期治療が非常に大切です。



認知症についてのご相談は、香美町いきいき相談センターへ 0796-36-4004

今後の生活の準備をしよう。

早期診断を受け、症状が軽いうちに、ご本人やご家族が認知症への理解を深め、病氣と向き合い話し合うことで今後の生活の備えをすることができます。介護保険サービスを利用したり、住宅環境を整えていけば、生活上の支障を減らすことも可能になります。

治る認知症、一時的な症状の場合も。

認知症を引き起こす病氣には、早めに治療すれば改善が可能なものもあります。(正常性水頭症、慢性硬膜下血腫など)。早めに受診して原因となっている病氣を突き止めることが大切です。

認知症の進行を遅らせる事が可能な場合も。

アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症は薬で進行を遅らせる事ができ、早い段階から使い始めるのが効果的と言われています。また、周囲の適切な対応で悪化を防ぐ事ができます。

サポート内容の詳細説明

介護予防(社会参加)	1. いきいきサロン 2. ふれあい交流館、いこいの里 3. 元気体操サークル 4. 元気デイサービス ★自治会 ★老人クラブ	高齢者対象小地域福祉部会が各地域で開催しています。各講座を通じ、ふれあい・交流・健康増進を図り、介護予防をしています。週1回体操を目的に健康づくりや交流など自主的に行います。週1回2時間の体操を行い、自立生活が送れるようプログラムを行います。暮らしやすい地域をつくる活動をしています。地域の社会活動や交流を会員が主体となって行います。
介護支援(悪化予防)	5. ホームヘルプ 6. デイサービス 7. デイケア 8. 認知症デイサービス 9. 訪問看護	ヘルパーが訪問して食事や入浴など日常生活の助けを行います。日帰りや食事、入浴、リハビリ、レクリエーションなどが受けられます。リハビリを目的に通所し、機能訓練を行います。認知症高齢者のために通所してプログラムを行います。医師の指示に基づき看護師がご家庭を訪問して、病状の観察、療養生活の支援を行います。
役割支援	10. シルバー人材センター	高齢者が経験、技能を活用して、社会のための仕事をします。
見守り支援(安否確認)	11. 配食サービス 12. 認知症サポーター 13. にこここかえるネットワーク 14. 民生委員 ★自治会	一日1食お弁当を配達するサービスです。(週1回休み) 認知症の知識や理解で、認知症の人を見守り支援します。 見守りや行方不明発生時のために、事前登録を行います。 地域の身近な相談相手として必要な支援や紹介を行います。 地域住民の協力を得ながら地域のつながりを作ります。
生活支援	★家事援助事業 ★生活支援ハウス	シルバー人材センター会員による掃除や洗濯などの生活援助を行います。介護支援・住居・交流を総合的に提供する施設です。
医療(服薬管理)	15. かかりつけ医 16. かかりつけ歯科医 17. かかりつけ薬局 ★初期集中支援チーム	日常的な診療や健康管理をする地域の身近な医師です。歯の健康を守るために、いつでも相談できる歯科医です。(訪問歯科) 薬の効果や飲み合わせ、費用など様々な症状について身近に相談できることです。(訪問薬局)
家族支援	18. 認知症カフェ ★介護者のつどい	認知症の人と家族が交流や情報交換を行う会です。介護者が介護方法を学び交流しています。
権利擁護	20. 成年後見制度 ★日常生活自立支援事業	判断力が不十分な人の財産を守る活動を行います。日常生活の福祉の手続きや金銭管理を行います。
緊急時支援	★ナイトケアサービス事業	デイサービスを利用しながら宿泊をするサービス(ショートステイの代替サービス)です。
住まい支援	施設(22～25)	短期間、宿泊して日常生活上の介護が受けられる施設もあります。

オレンジロード香美

認知症サポートの道あんない

どんな時も
大事

どんな時も
大事

15 かかりつけ医

かかりつけ医の先生に健康を支えてもらい安心です。必要なときには専門医を紹介してもらえます。

16 かかりつけ歯科医

歯の健康を守るために、若い頃から定期歯科健診は欠かせません。



行った!来た!のオレンジロード。行く方に変えられて、住み慣れた香美町に暮らしています。

認知症を意識しない生活

自治会・老人会で
様々な活動をして
います。

12 認知症サポーター

認知症の正しい理解をしてオレンジリングをもらいました。

10 シルバー人材センター

家事援助の手伝いを仲間とともにがんばっています。

友達と合っ
ておしゃべり、楽しい!

町ぐるみ健診で年1回
に健康診断を受けてい
ます。結果をかかりつ
け医に相談

かかりつけ歯科医から
定期健診のお知らせを
もらい、定期受診して
います。8020が目標!

3 元気体操サークル

自主グループとして地域で
毎週体操を続けています。

いきいき相談センター
で「もの忘れ相談」を
受け、年相応で心配な
いといわれました。

1 いきいきサロン

地域のいきいきサロンに参加して
カラオケを歌う。
大拍手をもらいました。

早寝・早起きをして、食事を
3食きっちり食べます。
いずみ会の方に教わったメ
ニューで健康も意識します。

水中ウォーキング教室や
ノルディックウォーキン
グ教室に友人と参加!



状態が悪化

11 配食サービス

食事を作るのが大変な
なってきたので、「配食
サービス」を利用します。

サロンや元気
体操サークルには、地域
の人が誘いに来てくれ
参加しています。

認知症の薬を毎日
服薬します。

薬は面倒だから
飲まないよ。

内服中断

服薬を守らないと
進行が早く進みます。

17 訪問薬局

自宅に薬剤師が来て、薬
の管理をしてくれます。

16 訪問歯科

歯科定期健診日を忘れること
が増えたので、自宅に歯科
の先生が訪問してくれます。

ケアマネジャーが
自宅に来てくれて、
相談に乗ってくれる
ので安心です。

認知症 ですね。

認知症カフェにも
ボランティアで参
加しています。

2 ふれあい交流館 いこいの里

手芸やハーモニカ、体操の教室に
参加。いくつになっても学ぶこと
は楽しいです。

香美町健幸ポイント事業に申し込み、
毎日運動しています。500ポイント
貯めてゴミ袋をもらいました。

4 元気デイサービス

膝や腰の痛みが悪化。
週1回椅子に座って体操して
家事が楽になりました。

春は、ジオパークマラ
ソンにチャレンジ!
見事、完走!

秋は、蘇武岳紅葉ハイキ
ングに。但馬牛ゆったり
ウォークに今年も参加!



在宅

元気はつづく

病院

病院に入院して治療を受けました。
でも、治療が終わったらまた自宅に
戻り自分らしく生活します。

13 交番：警察

自宅にかえることが出来なく
なり、おまわりさんに声をか
けてもらいました。ここにこ
かえるネットワークに登録し
ていたの 덕분에すぐに自宅に
戻ることができました。



カラーは、認知症の
進行ぐあい、その時
に沿ったサポートを
示しています。



おもて面と裏面の
番号・カラーは
連動しています。

認知症の進行ぐあい・サポートの種類

発症していない 軽度 中度 重度

24 グループホーム

認知症の方が暮し続けられる
施設です。家庭的な雰囲気
で調理や洗濯など、出来る家事
をしています。

25 小規模多機能型施設

デイサービスやお泊りに行ったり
して、家族に負担をかけないよう
にしています。

23 介護老人保健施設

お泊りで、リハビリを
がんばっています。

22 特別養護老人ホーム

特養の入所をケアマネジャー
と相談します。

外出は
大好きです。今日
は家族と近くの公
園へお花見に行き
ました。

週末は家族が
会いに来てく
れます。



施設

いろいろな介護
サービスやサポ
ートを受けて、自宅
で暮らしています。

9 訪問看護

医師の指示により、看護師が
訪問してくれて療養生活の支
援を受けます。



在宅

施設での生活

在宅での生活

在宅