

自分でやってみましょう・
家族や身近な人がチェックしてもOK



認知症の気付きチェック

4つ以上当てはまる人は要注意！早めに受診しましょう。

出典：『認知症ケアのコツがわかる本』新井 平伊監修（学研プラス）

☐ 知っている人の名前が思い出せない 	☐ 物のしまい場所を忘れる 	☐ 漢字を忘れる 
☐ 今しようとしていたことを忘れる 	☐ 器具の説明書を読むのを面倒がる 	☐ 理由もないのに気がふさぐ 
☐ 身だしなみに無関心である 	☐ 外出をおっくうがる 	☐ 物が見あたらないことを他人のせいにする 

いざ！というときの相談先を決めておきましょう

家族と事前に話し合いをしておくことで、余裕をもった対応につながります。

家族や親戚など	名前	連絡先	住所
	名前	連絡先	住所
かかりつけ医	医療機関名	連絡先	
ケアマネジャーや介護サービス事業所	事業所名	連絡先	
	事業所名	連絡先	



篠栗町

認知症ケアパス



くりみん

それでも この町で
自分らしく 暮らしたいから



監修：アルツクリニック東京
院長／順天堂大学 名誉教授／
医学博士 新井 平伊

福祉課 地域包括支援係
令和7年9月改訂版

はじめに

認知症は高齢になるほど発症する可能性が高まる病気であることから、高齢化が進む今後も、その増加傾向は続くといえます。誰もが認知症になる可能性があり、また、かかわることになるかもしれない身近な病気です。

しかし、認知症は、早く気付いて対応することで、その症状を軽減できたり、進行を遅らせたりすることができます。

本書には、認知症という病気について理解し、対応のポイントを押さえ、認知症の人やその家族が活用できるサービスや制度を知って、さらに、認知症のリスクを減らす方法まで分かりやすくまとめられています。

一人でも多くの認知症の人やその家族が、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症という病気をご理解いただき、認知症の進行に応じた対応やサービスなどを紹介する認知症ケアパスをご活用ください。

もくじ

1 認知症とはどんな病気？	03
2 認知症の受診と治療・ケア	06
3 認知症を予防する	14
4 認知症の人と家族を支える	18
認知症の気付きチェック	裏表紙



認知症とはどんな病気？

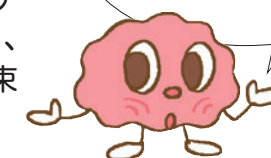
認知症とは、記憶障害やさまざまな状況に対する判断が不適切になるなど、生活する上での支障が少しずつ増えていく脳の病気です。



認知症と加齢によるもの忘れの違い

「昨日の夕飯の内容が思い出せない」「何時に約束したか忘れた」、こんなことがあると「認知症では？」と心配になりそうですが、「昨日はコロッケを食べた」「5時の約束だよ」と言われ、ああそうだったと思い出せるのは、加齢によるもの忘れです。しかし認知症の場合は、夕飯を食べたこと・約束をしたこと自体を忘れてしまいます。

最初は区別がつきにくいですが、次第に違いがはつきりしてきます



加齢によるもの忘れ

体験の「一部」を忘れる

「何を食べたか」思い出せない

「約束をうっかり」忘れてしまった

目の前の「人の名前」が思い出せない

物を置いた場所を「しばしば」思い出せない

「ヒントがある」と思い出せる

認知症によるもの忘れ

体験の「全部」を忘れる

「食べたこと自体」を忘れる

「約束したこと自体」を忘れる

目の前の人が「誰なのか」分からない

置き忘れ、紛失が「頻繁」になる

「ヒントがあっても」思い出せない

※これらはあくまで目安です。当てはまらない人もいます。

認知症のはじまりは家族の気付きも大切

認知症のはじまりは、本人よりも家族が気付くことが少なくありません。ポイントは下記のような症状が以前に比べて頻度が高まっているか、程度が重くなっているかなどの変化です。



切ったばかりの
電話の相手を忘
れる

テレビのリモコン
の簡単な操作に
戸惑う

慣れた道で迷う

他にもこんな症状が 気付きのポイント

- 料理や片付けができなくなってきた
- 運転などのミスが多くなり車に傷が増えてきた
- 身だしなみを構わなくなった
- 外出をおっくうがる
- 怒りっぽくなった



認知症の種類と特徴

認知症は原因となる病気によって、さまざまな特徴があります。

一番多い認知症

アルツハイマー型認知症



女性に多く、進行は緩やか。記憶障害が著しく、特に最近の記憶（短期記憶）が不得意になります。うつ状態がみられることもあります。

特徴的な症状の例

- 同じ質問を何度も聞く
- 物事の段取（食事の準備など）が悪くなる
- 日にちが分からなくなる
- 約束をすっぽかす など

幻視が起こるのが特徴

レビー小体型認知症



初期のころはもの忘れより、うつ状態、失神、震えといった症状が出たり、幻視（目の前に無いはずの物が見える）を認めたりすることがあります。

特徴的な症状の例

- 子どもや虫が見えると言う
- 夢を見て反応し大声を出す
- もの忘れは軽い など

脳梗塞、脳出血などが引き金

血管性認知症



男性に多く、脳の血管障害で脳細胞が死滅することで発症します。脳血管障害のリスクとなる高血圧や糖尿病などの治療・改善が予防につながります。

特徴的な症状の例

- 意欲が低下する
- もの忘れがあるわりにはしっかりしている（まだら認知症）
- 手足の麻痺がある など

性格や行動上の変化が主な症状

前頭側頭型認知症（ピック病）



もの忘れの症状は軽く、意欲や理性、感情をコントロールすることが難しくなります。万引きや無銭飲食などで周囲を困惑させることも少なくありません。

特徴的な症状の例

- 同じ時間に同じ行動をとる
- 同じ食品を際限なく食べる
- 周囲を顧みず自己本位な行動が目立つ など

若年性認知症

まだ若いということで、診断までに時間がかかります。うつ病などの精神疾患と診断されていることも少なくありません。

こんな症状に注意

- 書類の整理が難しくなった
- 家事に時間がかかる
- 打ち合わせの約束をしたことを忘れる など

65歳未満で発症する認知症の総称です

認知症と間違えやすい病気に注意

認知症と似た症状から間違われやすい病気に、「うつ病」や「せん妄」などがあります。治療法や対処法が異なるため、正しく区別することが重要です。

憂うつ、気分が落ち込んだ状態が2週間以上続く「うつ病」

高齢になると、自分や身近な人の病気や、経済的な不安などからストレスを抱えやすく、それがうつ病の誘因になることもあります。症状としては、意欲や集中力の低下、認知機能の低下などが多く見られます。



意識障害が原因で起こる「せん妄」

病気によって体調不良になると意識が障害され、つじつまの合わない言動・記憶障害・幻覚などが現れることがあります。認知症と異なって発症時期がはっきりしており、症状も日によって変わります。適切な対応で、改善します。

❗ 薬の影響で認知症に似た症状が出る場合も

持病などの薬の影響で、認知症に似た症状が現れることがあります。たとえ正しく薬を服用していても、飲み合わせによって起こることもあります。

認知症予備群のうちに引き返しましょう

認知症はいきなり発症するわけではなく、一歩手前のグレーゾーンがあります。その段階のことをMCI（軽度認知障害）といい、認知症予備群です。もの忘れなどが気になる人は、かかりつけ医などに相談してみましょう。

認知機能は緩やかに低下していきます。 MCI（軽度認知障害）での対処が大切です！



回復

維持

時間の経過

2

認知症の受診と治療・ケア

あれ？ おかしいと思ったらまず受診。対処が早いほど生活の質をよい状態で保てます。MCI（軽度認知障害）の段階で見つければ、認知機能の回復・維持も期待できます。

早期受診はメリットが大きい

適切なケアや治療の開始により、進行を遅らせたり、症状を軽減させられます。さまざまな制度・サービスの情報収集やその利用計画も、本人の意思を反映させるなど余裕を持って立てられます。



受診のコツを知っておこう

コツ①

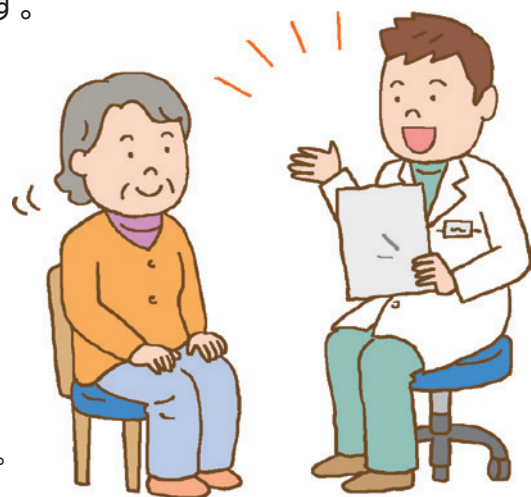
まずかかりつけ医に相談

かかりつけ医には、本人や家族を日頃から知っている強みがあります。必要に応じて専門医療機関を紹介してくれます。

本人と家族に心強い、かかりつけ医

- 早期段階での発見や気づき
- 専門医療機関の受診の勧め、紹介
- 日常的な身体疾患の治療や健康管理
- 本人や家族の不安の理解、アドバイス
- 地域の認知症介護サービス機関との連携 など

※かかりつけ医がない場合は、地域包括支援センターなどに相談しましょう。



福岡県認知症医療センター

福岡県では、認知症の専門医療機関として、認知症医療センターを設置しています。専門医による診察や検査、相談員が認知症に関する相談を受け付けています。

【問い合わせ】

医療法人社団緑風会 水戸病院
志免町志免東四丁目1番1号
☎092(935)0066

認知症初期集中支援チーム

医療や介護のサービスを受けていない認知症の人やその疑いのある人を対象に、専門的な視点から早期発見・早期対応を支援するチームです。支援対象になる可能性がありますので、まずはご相談ください。

【問い合わせ】

篠栗町地域包括支援センター
篠栗町中央一丁目1番1号(役場福祉課内)
☎092(948)6650



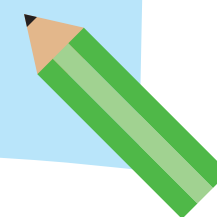
コツ②

気になることをまとめておく

診断に欠かせないのが、本人や家族からの情報です。本人の話はもちろん、家族からの視点、それぞれの話の食い違いなども重要な手掛かりになります。医師に伝えたい内容をまとめておくとスムーズです。

事前に整理しておくポイント

- 性格や習慣などにどんな変化がいつごろから現れたか
- 具体的に困っている症状は何か
- 日や時間帯によって変化があるか
- 既往歴(高血圧や糖尿病などがあるか)
- 飲んでいる薬とその服用期間 など



コツ③

受診へのためらいを上手にとる

本人も納得して受診することがベストですが、ためらいがある場合や、自覚がない場合は、表現を工夫してみましょう。

本人に自覚があるなら



本人に自覚がないなら



認知症と分かったら知っておきたいこと

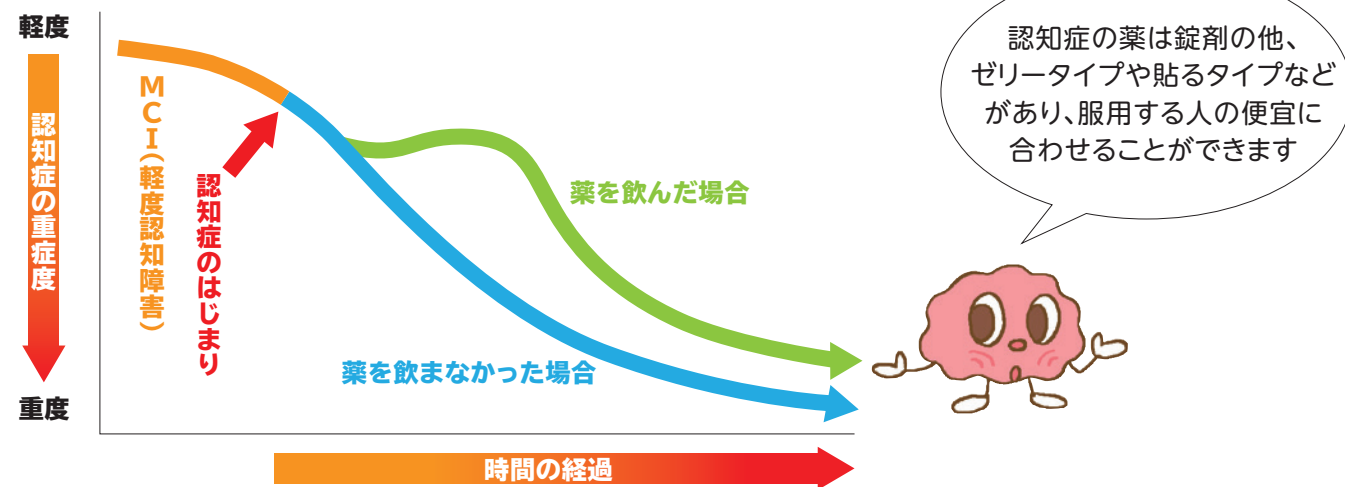
本人も家族も、認知症を受け入れることは容易いことではありません。しかし、現在は薬とケアによって進行や症状を抑えたり、さまざまな支援・サービスが連携することで、よりよい介護環境を築くことができます。認知症の人への接し方の工夫やポイントも理解しておけば介護負担も軽減できます。

知っておきたいこと① 薬による治療

～進行を遅らせ、行動・心理的症状の緩和のために～

薬による治療で、記憶などの認知機能の障害を改善したり、悪化を緩やかにします。不安や興奮、暴力などの症状にも薬が処方されることがあります。効果には個人差がありますが、効果が感じられないから、あるいは効果が出たからといって、勝手に服用量を減らしたり、やめたりすることはしないでください。

薬による治療効果のイメージ



かかりつけ薬局を持ちましょう

処方箋の薬はいつもここ! というかかりつけ薬局を持ちましょう。重複処方や危険な飲み合わせをチェックしてもらえたり、分からないことは気軽に相談したりできます。



かかりつけ薬局を選ぶポイント

こんな条件が整っていると安心です

- 立地や開局時間などの利便性がよい
- 相性がよく、相談しやすい薬剤師がいる
- 服薬の回数や方法など説明してくれる
- 店内が明るく清潔感がある
- 店舗責任者や薬剤師、時間外などの問い合わせ先が明確に表示されている



知っておきたいこと② リハビリによるケア

～生きがいを持ち、認知機能の低下を遅らせるために～

脳の残された機能を活かし、使われていない部分の活性化につながるリハビリ。ストレスを感じずに、家族や仲間と一緒に楽しみながらできるリハビリを行うことで、その人の意外な得意分野が発見できたり、精神を安定させることも期待できたりします。

本人にあったリハビリを発見しよう

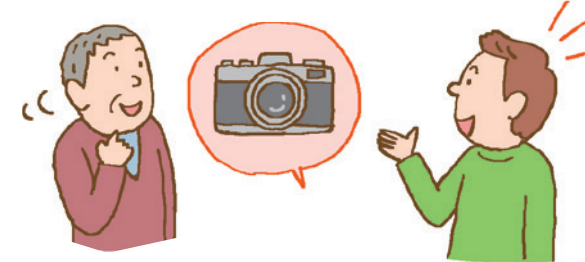
STEP1 振り返ってみる

昔からの趣味や旅行など、楽しかったこと



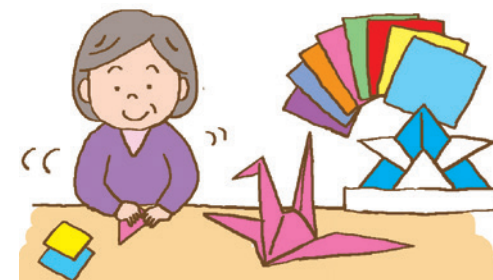
STEP2 勧めてみる

日頃の会話を通じて興味がありそうなことを勧める



STEP3 試してみる

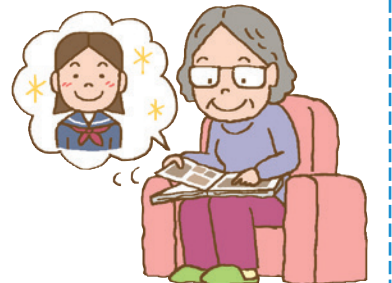
継続できそうなリハビリを試してみる



脳のリハビリの例

回想法

子どものころ遊んだ道具や、楽しかった行事、流行したものなどについて話し、脳を刺激するリハビリ。



絵画療法

絵画、粘土細工、手芸などで感性や創造性が活性化。手先を動かすことで脳も刺激されます。

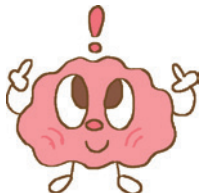


音楽療法

合唱したり、簡単な楽器を演奏したりします。楽しみやすいリハビリです。



介護保険サービスのデイサービスなどを活用するのもポイントです



家での役割が日々のリハビリに

家事や買い物、散歩などできることは今まで通り続けることがリハビリに。役割があるということは気持ちの安定にもつながります。

お母さん、ありがとう 助かるわ



知っておきたいこと③ 主な症状と対処法

～本人の気持ちを尊重し、介護負担の軽減につなげるために～

認知症には必ず現れる「中核症状」と、本人の性格や環境、人間関係などの影響で出現する精神・行動上のさまざまな症状「BPSD＝行動・心理症状」があります。

中核症状

治すことが
難しい

- もの忘れ
- 状況判断ができない
- 計算ができない
- 時間・場所・人が認識できない
- 手順よく物事を進められないなど

- 無気力になる
- 物が盗まれたと騒ぐ
- ひとり歩き※
- 怒りっぽい・怒鳴る
- なかなか寝付かないなど

※従来の「徘徊」という表現が改められ、現在は「ひとり歩き」などに言い換えられています。

改善することが
できる

BPSD(行動・心理症状)

BPSDは中核症状をもとに、本人のもともとの性格や心の状態、人間関係、生活環境などの要因が絡み合って出てきます。介護者の接し方や適切な薬物治療により改善が可能です。

介護負担の軽減のためにも、それぞれの症状別によく見られるケースと対処法を具体的に知っておきましょう。

覚えておきたい症状とそのときの対応

家族を悩ませる不可解な行動、困った行動にも本人なりの理由があります。健常者の常識や事実を押し付けるのは逆効果。認知症の進行に応じた症状であることを理解し、気持ちに寄り添って接することが大切です。

【中核症状が起こす行動】

ケース① 軽度障害

日時の感覚の混乱
「今日は何日？」

対応のポイント

答えられなくても
問題視しないこと

日には健常者でも分からないことがある位なので、まずはご家族が「今日は何日？」などの質問でテストをして不安を増強しないようにしましょう。大きな日めくりカレンダーをかけておくこともよいかもしれません。



ケース② 中等度障害

全体の記憶の障害
「ごはんまだ？」

対応のポイント

話題を変えて
納得してもらう

食べた、という事実を理解してもらうのではなく、本人がいかに納得するかがポイントです。「もうすぐできるから待っていてね」「できるまでこれ(お茶やお菓子など)を食べて(飲んで)いてね」と話題を変えてみましょう。



ケース③ 中等度障害

季節が分からない
「服装が変」

対応のポイント

一緒に選ぶ、
褒めて勧める

みっともない、汚い、などとたしなめることはせず、適切な衣服を一緒に選んでみてください。「お似合いですよ」と勧めると素直に着替えてくれることも。体調面で不都合がなければおおらかに目をつぶることも大切です。



ケース④ 高度障害

家族を忘れる
「あなた誰？」

対応のポイント

なりきって振る舞う

家族の名前を忘れたり、別の人と間違えるなど、目の前の人自分がどういう関係なのか分からなくなります。「あなたの娘なのに」と言い聞かせず、別人を演じてしまいましょう。



[BPSDで見られる言動]

ケース①

物盗られ妄想
「財布を盗まれた!」

対応のポイント

同じ感情を共有して、
味方になる

盗まれたと思い込んでいます。反論せず「それは困りましたね、一緒に探しましょう」と共感する。本人以外の人が財布を見つけた場合、ここにありましたとは言わず、「このあたりを探してみませんか」と言い、本人に見つけてもらうことが大事です。



ケース②

家に帰りたい願望
「そろそろ失礼します」

対応のポイント

気持ちを認め、
落ち着かせる

「ここが家ですよ」と引き止めると不安や不信感が募ります。「そこまで送りますよ」と一緒に散歩したり、「お茶だけでも飲んでいってください」と気分を変えて落ち着かせます。



ケース③

人柄が攻撃的に変化
「バカにしているのか!」

対応のポイント

できる限り感情を
いたわる

気持ちを表現できる言葉が出てこない、相手の言葉が理解できないことなどから、もどかしい気持ちを抱えています。日頃から本人を尊重する言葉をかけるとともに、投げられて危険なもの、困るものは目の届くところに置かず、ティッシュの箱などを置いておく。



ケース④

排泄トラブル
「トイレまで
間に合わなかった」

対応のポイント

排泄のリズムを
作ってトイレに誘導

尿や便の失禁や弄便(便を弄ぶ行為)は決してわざとしていることではありません。トイレの場所が分からなくなったり、便意や尿意を感じなくなっていたり、服の脱ぎ方が分からなくなっているなどの原因が考えられます。本人は失敗によってすでに傷付いています。責めたりせず、定期的にトイレに誘導しましょう。

ケース⑤

幻覚におびえる
「そこに誰か
立っている」

対応のポイント

話を合わせて
恐怖感を取り除く

虫がいる、泥棒が入ってきたなどと幻覚におびえたり混乱する場合は、否定せずに「もう出て行きましたよ」と話を合わせ、安心させてあげます。音が聴こえたり(幻聴)、景色が見える場合もありますが、本人が楽しそうならそっと見守ってもいいでしょう。

まとめ

認知症の人との接し方 10カ条

少しずつ進行する認知症の症状に合わせて、介護する側も認知症への理解を深め、接し方10カ条を基本に、認知症の人の心理や行動を少しずつ受け入れていきましょう。

2

余裕を持って穏やかな
気持ちで対応

雰囲気は敏感に察知しています。介護者のいら立ちはわかることを理解しておきましょう。



3

思い出させない、
間違いを正さない

無理に思い出させようとせず、言い分をよく聞いて、話を合わせます。



4

がんばり過ぎない、
抱え込まない

悩みは家族だけで抱え込まないこと。また介護者の健康管理もしっかりしておきましょう。



5

本人の視界に入った
ところで声をかける

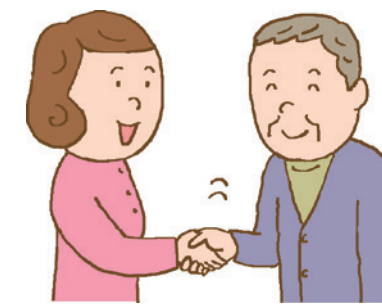
突然声をかけられるとびっくりします。視界に入ったところで、目を見て話すようにします。



6

信頼関係を
大切にする

介護に信頼関係は不可欠です。いつも味方、という態度できちんと接しましょう。



7

しかったり、
命令しない

介護者が感情的な物言いをしたり、命令口調だとBPSDを助長しかねません。

8

自尊心を大切に、
敬意を払う

症状が進んでも恥ずかしい、つらい思いは本人も同じ。プライドを傷付けないようにします。

9

受け入れて
共感する

無理のない範囲で受け入れることで、双方のイライラや不安が抑えられます。

10

行動パターンを観察し、
早めにフォロー

一日の生活パターンを観察し、転倒や火災といった事故防止策、排泄などの対策を立てます。



3

認知症を予防する

認知症のリスクを高める習慣は「あまり食べない」「あまり体を動かさない」「あまり外に出ない」などです。さあ、今日から、予防のための3原則を実践しましょう。

認知症予防 原則①よく食べる

いただきます!!

認知症予防に特別な食事は必要ありません。バランスよく、規則正しくが肝心です。年をとったら粗食が一番!と思っている人がいるかもしれませんが、大きな誤解。栄養状態の低下は老化のスピードを加速させ、認知機能低下のリスクを高めます。

1日10品目をバランスよく食べて脳を活発に



脳のためにも口腔ケアを忘れずに

65歳以上で歯がほとんどなく、入れ歯も使っていない人は、歯が20本以上残っている人に比べ、認知症になるリスクが約2倍になることが分かっています。歯を失ったら入れ歯を作り、入れ歯は歯科医に定期的に調整してもらって、きちんとかんで食べられるようにしましょう。

自分の歯がほとんどなく、
入れ歯を使っていない人

認知症の
リスクが
約2倍

歯が20本以上
残っている人

歯や歯茎、入れ歯の不調は全身の不調を招きます。

食欲が低下し栄養摂取量が減る ▶ 低栄養
筋力が減り活動量が低下する ▶ 転倒、骨折
口臭が気になって外出を控える ▶ 閉じこもり



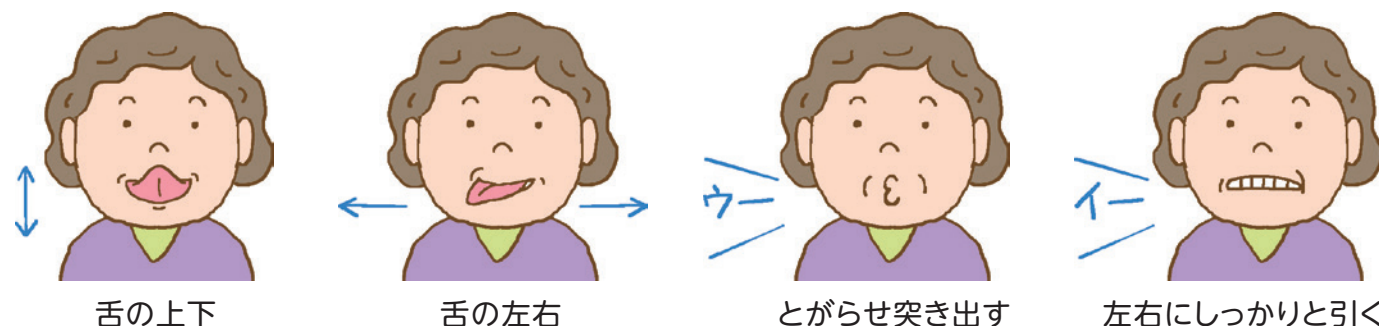
これらは全て寝たきりの原因にもなります!!

実践! 口腔ケア

- 歯磨き後はフロス、歯間ブラシなど補助清掃具を使って仕上げる
- フッ素入りの歯磨き剤やキシリトール入りのガムをかむ
- かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受ける
- 口の機能をアップする **お口の体操** を習慣にする

無理せず、毎日、続けましょう。

お口の体操



高齢者に多い嚥下性肺炎

嚥下性肺炎とは、唾液や食物、胃液などが、間違って気管に入ってしまう、食物などに含まれた細菌が気管から肺に入り込むことで起こる病気です。高齢者の嚥下性肺炎は、気づきにくく重症化する場合もあるため、●**口腔ケア**●**適度な水分摂取**に努めましょう。



嚥下性肺炎予防のためにも、かみにくさなどがある場合は、食事形態の工夫などについて、かかりつけ医や歯科医などに相談しましょう

目標とするBMIを知っていますか?

BMIで日頃のエネルギー摂取量の過不足が分かります。目標範囲を下回っていれば「不足」、上回っていれば「過剰」として目標範囲内にとどめるように体重を改善しましょう。※BMIはボディ・マス・インデックスの略で、肥満の程度を示す体格指数として用いられます。

BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

年齢(歳)	18~49	50~64	65以上
目標とするBMI(kg/m ²)	18.5~24.9	20~24.9	21.5~24.9

出典:厚生労働省「日本人の食事摂取基準」(2020年版)

Column

健康診断を受けていますか?

認知症予防に加えて、生活習慣病予防・管理に取り組むことも大切です。自分のために、家族のために、年に1度は健康状態を確認しましょう。

認知症予防 原則②よく体を動かす

軽く汗をかく程度の
ウォーキングを日課に



まず歩こう!!

すぐにできる有酸素運動の代表といえばウォーキング。歩幅を広げて姿勢よく歩くことを心掛けます。併せて、筋肉を使うトレーニングを習慣にすると転倒リスクも遠ざけられます。

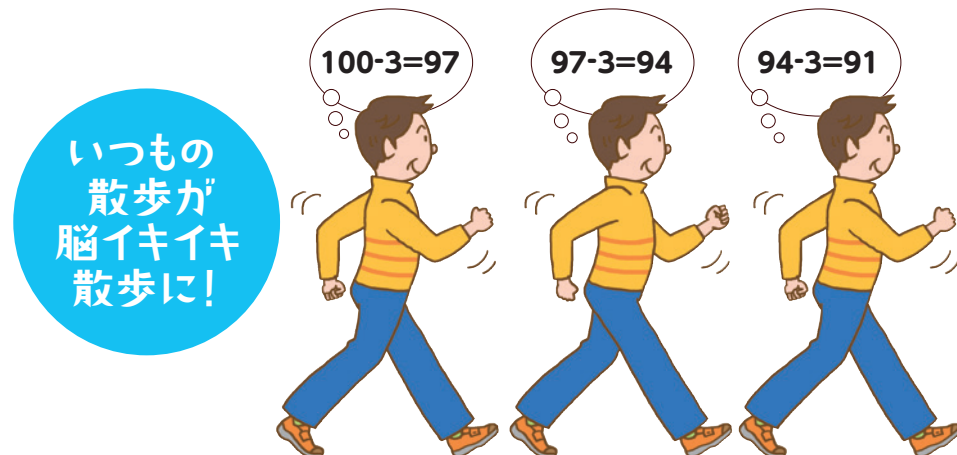
転倒予防に効果的！ 筋力アップ体操



頭を使いながら歩こう！

頭を使いながら体を動かす運動をコグニサイズといいます。認知症の予防、特にMCI(軽度認知障害)の人の認知機能の維持・向上に役立ちます。

引き算散歩 100から3つずつ引いて歩いてみましょう。慣れてきたら8つずつ、450から8と6を交互に引くなど難しい引き算にも挑戦！



認知症予防 原則③よく外に出る

外出が減る きっかけはさまざま

からだの問題

膝や腰が痛む、足の爪や指のトラブル、視界が狭くなった、口臭が気になる など

こころの問題

転倒が怖い、親しい人との別れ、喪失体験、生きがいがいない など

環境の問題

友人がいない、一人暮らしが長い、交通量が多く不安、公園がない など

社会に参加しよう!!

外に出る機会が減っていませんか？ 外出が減ると、人との交流や会話が少なくなり、気分的に落ち込み、うつ傾向になる場合があります。また、社会とのかかわりが活発でないことが、認知症の発症リスクを上げるともいわれています。



お出掛けのきっかけづくりはここから

着替え 起きたら着替えて、いつでも外出できるように

生活リズム 昼夜逆転など外出や交流を難しくしていませんか

運動習慣 転倒や骨折を防ぎ、外出時の不安を解消しましょう

地域参加 ボランティアや地域の催しに参加しましょう

交流会 趣味のグループ活動や同好会、健康教室に思い切って参加

情報収集 世の中の動きに関心を持ち、新聞や図書館などで情報を収集



コミュニケーションに欠かせない機能を保とう

①見る(目)②聞く(耳)③話す(歯・顎)といった機能が低下していると、人と話すことがおっくうに感じたり、自信がなくなったりして閉じこもりがちになってしまうこともあります。

かかりつけ医に相談し、適切な診療科を受診するなどして、外へ出る楽しみや喜び、仲間づくりの機会を増やしましょう。



4

認知症の人と家族を支える

認知症は誰でもなる可能性があり、家族だけでケアをするのが難しい病気。これからは地域の人たちや公的支援などを通して地域全体で認知症の人や家族を見守り、支える時代です。活用できる支援やサービスを知り、孤立したり、抱え込んだりしないようにしてください。

本人の将来のために、がんばり過ぎない介護のために、さまざまな支援の活用を

認知症は適切なケアを長期的に行う必要があります。地域で安心して暮らすためのサービスを上手に利用しましょう。詳細については、お住まいの市区町村・地域包括支援センターなどへお問い合わせください。

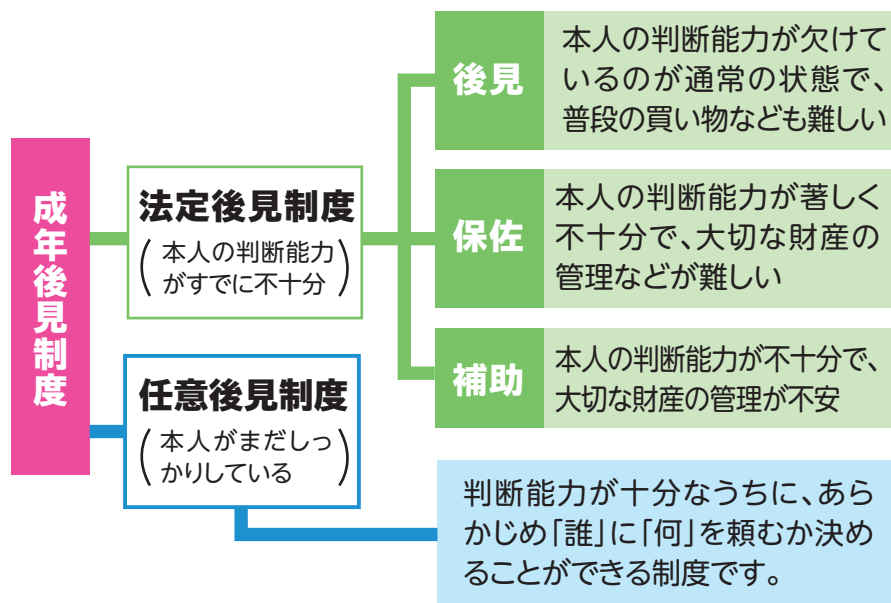
介護保険サービス 本人の状態に合わせ、通い・訪問・宿泊を組み合わせる

施設への通い・宿泊、ホームヘルパーや介護職員などの訪問によって、食事や入浴といった日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。受けられるサービスは、本人に必要な介護の手間（要介護度）に応じて、ケアマネジャーがケアプランを作成します。



成年後見制度 判断能力の低下の度合いに応じてサポート

認知症の人の日常生活の支援や財産管理、悪質商法によって被害を受けないようにするなど、家庭裁判所が選んだ後見人などが本人の保護や支援を行います。支援の内容は本人の判断能力によって異なります。



本人・配偶者・四親等以内の親族などが家庭裁判所へ申立てを行います。



日常生活自立支援事業

サービス利用・金銭管理などを支援

一定の判断能力はあるものの、十分ではない場合に利用できます。福祉サービスの利用手続きや日常的な金銭管理などのサポートが中心となります。

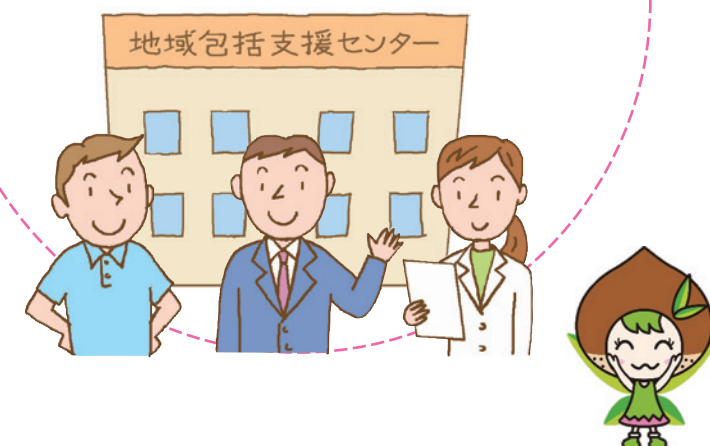
その他

食事を届ける配食サービスや買い物、家事援助など、本人や家族が住み慣れた地域で安心して暮らすことに役立つサービスがあります。また、運転免許の自主返納を支援する制度もあります。



何かお困りの際は地域包括支援センターへ！

保健師・社会福祉士・ケアマネジャーなどの専門家が、生活全般にわたるさまざまな相談に応じ、支援を行います。地域の身近な相談窓口として活用しましょう。



相談窓口

地域包括支援センター（役場福祉課内）

保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員等の専門職が高齢者の介護や保健・福祉・医療などあらゆる相談に対応しています。

【問い合わせ】
篠栗町中央一丁目1番1号
☎092(948)6650

福祉課 高齢者支援係（役場福祉課内）

介護保険の申請受付や在宅支援サービス（食の自立支援・認知症高齢者捜してメール・緊急ショートステイ事業など）を行っています。

【問い合わせ】
篠栗町中央一丁目1番1号
☎092(947)1347

社会福祉協議会（オアシス篠栗）

『ふれあいいきいきサロン』日常生活自立支援事業・ひとり暮らし高齢者の見守り事業（乳酸菌飲料サービスなど）の事業を行っています。

【問い合わせ】
篠栗町中央一丁目9番2号
☎092(947)7581

消費生活センター

悪質商法、多重債務、架空請求などのトラブルについての相談受付、解消のためのアドバイス等を行っています。

【問い合わせ】
かすや中南部広域消費生活センター
志免町志免中央一丁目10番10号
志免町地域安全安心センター2階
☎092(936)1594

福岡県若年性認知症サポートセンター

若年性認知症支援コーディネーターを配置し、若年性認知症の人やその家族等から医療・福祉・就労等の相談に応じています。お気軽にご相談ください。

【問い合わせ】
特定非営利活動法人 たすけ愛京築
福岡県行橋市金屋649番1
☎0930(26)2370

認知症サポーター

認知症サポーターとは地域の認知症の人や家族を見守り、支援する応援者。特別な活動や奉仕を義務付けられているわけではなく、認知症の理解者として、困っている人がいたら手を差し伸べることができる人です。認知症サポーター養成講座の受講修了者は誰でもなれます。

スーパーで一人で不安そうにしている人がいたので、館内放送をお願いしました。家族の人も探していたようで、良かったです

寒い日、マンションの前で上着も着ないでいる人を見かけました。オートロックの番号が分からなくなったようで、震えているので、管理員さん呼びました。マンションに住んでいる人だったようです

こんな体験、
こんな見守り

私が認知症サポーターになってから

大げさなことではないのですが、こちらからできるだけあいさつをするように心掛け、地域の人たちとのつながりを意識するようになりました

認知症サポーターになってから、周囲の高齢者に目を向けるなど、最寄りの駅まで歩くにも意識が変わりました

チームオレンジ

近隣の認知症サポーターがチームを組み、認知症の人やその家族に対して生活面等の支援を早期から行う取り組みです。認知症の人もメンバーとして参加します。認知症サポーターが力を発揮する場として活躍が期待されています。

ささカフェ

篠栗町で行っている認知症カフェです。ささカフェは認知症の人やそのご家族、地域住民などが気軽に集い、認知症に関する講座や交流を行う場です。認知症に対する理解を深めるとともに、本人や家族の孤立感を軽減し、地域全体で支え合う仕組みづくりを目的としています。

※開催日や申込期間があります。詳しくは問い合わせ先までご連絡ください。

【問い合わせ】

地域包括支援センター(役場福祉課内)
☎092(948)6650



在宅高齢者福祉サービス一覧



①「食」の自立支援サービス ※訪問調査あり

食事の準備や買い物ができず、見守りが必要なひとり暮らし高齢者等の自宅にお弁当を配達し、安否を確認します。

②緊急通報装置貸与サービス ※訪問調査あり

ひとり暮らしの高齢者等の緊急時に、迅速かつ適切な対応が図れるよう、通報すると受診センターへつながる緊急通報装置を貸し出します。

③紙おむつ給付サービス

寝たきり及び常時おむつを使用する町内在住の高齢者を対象に紙おむつやパッド等を現物給付します。

④緊急ショートステイ事業

町内在住の高齢者等が、災害・虐待・ご家族の入院等の理由で自宅での生活が困難な場合に、一時的に協力施設で養護します(原則7日間)。

⑤認知症高齢者捜してメール

認知症で行方が分からなくなるおそれのある人の氏名や特徴・写真等の情報を事前に登録し、行方不明になった場合に行方不明者の情報を協力事業者・協力サポーターへメールで一斉に配信して早期発見・早期保護につなげます。

⑥災害時要配慮者避難支援制度

災害時に支援を要する人を事前に登録し、いざというときの避難情報の伝達や避難誘導、安否確認等に役立てます。

※登録したら必ず助けが来る制度ではありません。

各サービスの利用には対象者の該当要件を満たす必要があります。詳細については下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】

高齢者支援係(役場福祉課内) ☎092(947)1347



介護予防教室



65歳以上の方が元気でいきいきと暮らし、自分のやりたいことを長く続けられるようにするための支援として介護予防教室を開催しています。

リハビリテーション専門職による「運動」「口腔機能」「認知機能」の改善に向けたプログラムやフレイル予防教室、認知症予防教室等、対象者に合わせた内容の教室をご紹介します。

※各教室、開催期間や申込期間があります。詳しくは問い合わせ先までご連絡ください。

【問い合わせ】

地域包括支援センター(役場福祉課内) ☎092(948)6650

認知症の人も家族も、いつまでも安心して暮らせる地域づくりを目指して。
認知症の経過と地域のかかわり ～認知症ケアパスとは～

認知症は下表のように進行していきます。その段階ごとに、適切な支援や利用できるサービスがあります。認知症ケアパスを見ると、認知症の進行に応じて「いつ」「どこで」「どのような医療や介護サービス」が受けられるか、といったケアの流れが具体的によく分かります。

認知症の段階		健康	MCI(軽度認知障害)	認知症(軽度)	認知症(中等度)	認知症(重度)
		自立		誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活を送るには支援や介護が必要	常に専門医療や介護が必要
本人の様子		- 健康づくりや介護予防に取り組む - 地域とのつながり(社会参加)を大事にする	- もの忘れが増えるが自覚もある(人からも言われはじめる) - 日常生活は自立しているが、計算間違いや漢字のミスなどが増える	- 同じことを何度も聞くようになる - 物や人の名前が出てこない - 置き忘れやしまい忘れが増える - 料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる	「物を盗られた」などの発言をする - 洋服の着替えがうまくできなくなる - 家までの帰り道が分からなくなる - 書字・読字が苦手になる - もの忘れの自覚がない	- 食事、トイレ、お風呂、移動などの日常生活に関することが、誰かの助けがないと難しい - 車いすやベッド上での生活が長くなる - 言葉数は少なくなるが、感覚(目・耳・鼻などの機能)は残っている
家族の心得・対応のポイント		本人と一緒に認知症予防に関する取り組みを実践 	年齢のせいにはせず、気になりはじめたら、早めにかかりつけ医や各種窓口相談 	- 同じことを聞かれても、きちんと返答 - 何でもかんでも取り上げず、本人ができないことだけをサポート - 認知症についての勉強や介護保険サービスの利用を開始する 	- さまざまな症状が現れてきて疲れる時期。人の助けを借りよう - 通所系サービスのみでは困難、訪問系や泊まり系サービスなどの検討を 	- 本人が安心できる環境づくりを心掛ける - 最期の迎え方について家族間で話し合いをしておく 
篠栗町の認知症の方や家族等を支援する体制や	相談	役場(地域)		包括支援センター・福祉課) / 社会福祉協議会		
	医療			かかりつけ医		
	予防	介護予防教室 / ふれあい・いきいき		サロン		
	介護	介護支援ボランティア / シルバー人材センター		介護保険サービス(訪問介護 / 訪問看護 / 通所介護 / 通所リハビリ / ショートステイなど)		
	生活支援	民生委員 / 認知症サポーター / チーム		オレンジ / 配食サービス / 認知症高齢者捜してメール / 乳酸菌飲料サービス		
	住まい	日常生活自立支援事業		成年後見制度(家庭裁判所)		
		ケアハウス / 有料老人ホーム		介護付き有料老人ホーム / グループホーム / 老人保健施設 / 特別養護老人ホーム		