

## 認知症の段階

	正常	認知症の疑い (MCI)	認知症症状があっても日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助けが必要	常に介護が必要
<p>ご本人の様子 (症状や行動)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">本人の視点重視</p> <p>①本人の意思・生き方・生活を重視</p> <p>②何事も本人と決める・一緒に進む</p> <p>③本人の力を重視/可能性重視</p> <p>④本人が支え手として活躍</p> <p>⑤本人が地域に出る/出られる環境</p> <p>⑥初期～最期までより良く生きる</p> <p>⑦多様な人がつながり 一緒に歩む</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>・本人が存在感・安心、状態安定、力の発揮</p> <p>・家族、地域、社会の偏見解消・負担が最小化</p> <p>・希望の良循環</p> </div> <p>(家族、住民、専門職と一緒に)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>○日常生活自立のため、時々会う家族は気づかない</li> <li>○置き忘れ、同じことをくりかえし聞く</li> <li>○片づけが苦手になる</li> <li>○外出がおっくうになる</li> <li>○自分が認知症かもと不安になる人もいる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○日常生活自立だが、時々会う家族も違和感を持ち始める</li> <li>○探し物をする時間が増える</li> <li>○食事の支度が苦手になる</li> <li>○買い物や金銭管理や支払いにミスが目立つ</li> <li>○物を盗まれたということがある</li> <li>○物忘れから生活しづらさを感じるようになる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○日常生活に声掛けや見守りが必要になり、家族は目が離せなくなる</li> <li>○同じものばかり買ってくる</li> <li>○慣れない場所だと道に迷うことがある</li> <li>○薬の飲み忘れが多くなる</li> <li>○お金の管理ができなくなる</li> <li>○書類や手続きが難しくなる</li> <li>○電話の対応や訪問者の対応が苦手になる</li> <li>○人間関係に支障が出る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○季節にあった服を選べない</li> <li>○食事・トイレがうまくいかない</li> <li>○日付がわからない</li> <li>○近所でも道に迷ってしまう</li> <li>○食べ物ではないものを食べてしまう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族の名前、顔がわからない</li> <li>○歩行、食事が困難</li> <li>○意思の疎通が困難</li> <li>○寝て過ごすことが多くなる</li> </ul>
<p>ご家族の気持ちと、やっておきたいこと</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>認知症について学び、相談窓口を確認しておきましょう。このガイドブックに目を通しておきましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>規則正しい生活を心がけ、人と接したり、適度な運動などの機会をつくり、健康を保てるよう支援しましょう。</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>認知症の症状に気づいたら、早目に相談や受診をしましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>認知症による失敗や感情の変化が現れやすくなります。失敗は本人が自信を失い、症状を悪化させることがあるので、できるだけ失敗を最小限にするように、さりげなくフォローしましょう。家族も介護疲れを感じる時期。介護保険などのサービスを利用し、介護している方自身の 時間を作りましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>気になる行動があるが、まだ認知症の治療をしていない場合は、かかりつけ医に相談したり、専門医療機関に受診をして、認知症についてのアドバイスや治療を受けることも進行を抑えるためには必要です。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>悩みを1人で抱え込みがちになるため、誰かに話したり相談したりすることが大事です。ご家族の病気に対する理解と対応が今後の症状に影響することがあります。家族のつどいやオレンジカフェ(認知症の方も地域の方も気軽に参加できるカフェ)に行くと情報も仲間も得られます。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>ご本人の「できること」や「特技」を活かし、本人らしい生活をいかにして送れるかを考えていきましょう。</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>どのような介護や支援をすればよいか迷ったり、不明なことがあったら、家族で抱え込まずに、地域包括支援センターやかかりつけ医、ケアマネジャーに相談しましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>認知症ケアに加え、全身の健康管理も必要になります。かかりつけ医と家族、親族が緊急時の対応、最期の過ごし方や看取りについて話し合うことが必要です。医療や介護など多くの方の支援を遠慮せず活用しましょう。ご家族自身の身体と心に気を配りましょう。</p> </div>			
<p>自分がやっておきたいこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○普段から何でも相談できる、かかりつけ医を持ちましょう。</li> <li>○友人や地域との繋がりを大切に、今までやってきた趣動やサークル活動は続けましょう。</li> <li>○介護保険や福祉制度について勉強する機会があれば積極的に参加しましょう。</li> </ul>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>心配事は、かかりつけ医に相談してみましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>気になることは地域包括支援センターに相談しましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>○担当民生委員を知っておきましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>○周りの人に相談しましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>○終活ノートなどを活用して、自分の思いを整理して家族に伝えましょう。</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>認知症専門医にも相談してみましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>色々なサービスを利用してリラックスする時間を持ちましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px; text-align: center;"> <p>今迄どおり、外出したり人と会う時間は持ちましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>1人で行くことが難しいことは周りの人に手伝ってもらいましょう。言葉に出しましょう。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>今後どう過ごしたいか、家族と話しあいましょう。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○言葉によるコミュニケーションが難しくなり、表情も乏しくなりますが、お互いが気持ちよく楽しく過ごせるように心がけましょう。</li> <li>○身体が弱り、病気や怪我をしやすくなります。医師や看護師に相談しながら力を借ります。</li> </ul>		

認知症の段階

	正常	認知症の疑い (MCI)	認知症症状が あっても 日常生活は自立	誰かの見守りが あれば 日常生活は自立	日常生活に 手助けが必要	常に介護が必要
介護予防 健康づくり 重症化予防 友人づくり 生きがいくくり 役割支援	介護予防講座 ・ わくわく体操教室 ・ 社会福祉協議会ふくしの会					
	オレンジカフェ ひだまり ・ 家族のつどい					
	おい！元気会 ・ コグニサイズの会 ・ うたごえ ほか					
	自治会活動	総合事業(通所・訪問)	通所介護・通所リハ・訪問リハ・訪問看護			
身体介護			通所介護・通所リハビリ・訪問介護・訪問看護 ・小規模多機能型居宅介護		訪問介護 訪問リハビリ 訪問看護 訪問入浴	
住まい	有料老人ホーム ・ サービス付き高齢者向け住宅					
	軽費老人ホーム	認知症対応型共同生活介護(グループホーム)・ 小規模多機能型居宅介護				
					介護老人保健施設・ 特養養護老人ホーム	
相談 医療	地域包括支援センター ・ 保健福祉事務所(認知症相談) ・ 認知症地域支援推進員 ・ 認知症初期集中支援チーム					
		ケアマネジャー(居宅介護支援事業者) *介護保険の要介護認定を受けた方				
	オレンジカフェ ひだまり ・ 家族のつどい					
		民生委員				
	かかりつけ医 ・ 認知症サポート医 ・ かかりつけ歯科医 ・ かかりつけ薬局 ポリファーマシー対策					
	認知症疾患医療センター・認知症専門医・訪問看護・認知症コールセンター					
生活支援	社会福祉協議会 生活応援隊(日常のちょっとした困りごと、ゴミ出し等) ・ シルバー人材センター					
		社会福祉協議会移送サービス・町緊急通報装置貸与・町配食サービス				
		訪問型サービス(総合事業)	訪問介護			
安否確認・ 見守り	街の中 お店 ・ 飲食店 ・ 金融機関 ・ 警察署(交番) ・ 交通機関 ・ 散歩道・地域の集まり ほか					
	訪問 LPガス協会・新聞販売・ヤクルト販売・生活協同組合・各宅急便・日本郵便ほか					
	民生委員・緊急通報システム ・ 見守り機器導入費補助 認知症等行方不明 SOS ネットワーク					

※ 詳細につきましては、大井町福祉課(大井町地域包括支援センター) ☎ 0465-83-8024 へ、おたずねください。