

「認知症」あんしん手引き

～認知症にやさしいまちを目指して～



目 次

ページ

巻頭資料

認知症ケアパス一覧表(サービス・支援早見表)

はじめに.....	1
認知症について.....	2
認知症を予防するために.....	5
認知症の方への接し方.....	7
まずは脳の健康度についてチェックしてみましよう.....	9
医療機関.....	10
相談先.....	13
認知症の方に対する各種支援.....	14

認知症ケアパス一覧表(サービス・支援早見表)

	MCI(軽度認知障害)①	MCI(軽度認知障害)②	認知症初期	認知症中期	認知症後期
本人・家族の行動 周りの支援	認知症の前兆	認知機能の低下はあるが 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・介護が必要	常に介護が必要
本人の様子や行動	<input type="checkbox"/> 頻繁ではないが物忘れがみられる <input type="checkbox"/> 金銭の管理・買い物などはできる	<input type="checkbox"/> 軽い物忘れが頻繁にある <input type="checkbox"/> 出来事は部分的に思い出せる <input type="checkbox"/> 金銭の管理・買い物等ミスがある <input type="checkbox"/> 約束したことを忘れる <input type="checkbox"/> うつのような状態・不安が強い	<input type="checkbox"/> 最近の出来事についての記憶障害 <input type="checkbox"/> 言葉がでない <input type="checkbox"/> 段取りが必要な料理・服薬管理・電話応対等ミスが目立つ <input type="checkbox"/> 怒りっぽくなる	<input type="checkbox"/> 昔の出来事や十分に学習したことの記憶は保持されるが、新しいことは急速に記憶から消える <input type="checkbox"/> 日時や場所、季節を誤認する <input type="checkbox"/> 着替え・食事・トイレを失敗する	<input type="checkbox"/> 重度の記憶障害 断片的な記憶は残っている <input type="checkbox"/> 家族の顔がわからなくなる <input type="checkbox"/> 意思疎通ができなくなる <input type="checkbox"/> 日常生活の多くに介助が必要になる
本人の胸中 (私たち一人一人がその気持ちを、少しでもいいから想像してみる)	<input type="checkbox"/> あ～頭がなんかモヤモヤする すっきりしないなあ <input type="checkbox"/> 忘れっぽくなったし、これから色々忘れちゃうのかな 怖いよ <input type="checkbox"/> みんなに忘れっぽいって言われたくない 俺はまだまだやれる！ <input type="checkbox"/> もう、なんで忘れちゃうんだろう！ほんとイライラする		<input type="checkbox"/> あれ、どうやるんだっけ！わからない もうどうでもいいや <input type="checkbox"/> また怒られるから、コレ隠さなきゃ！ <input type="checkbox"/> なんで、そんなこと言うんだ 悪いことはしていない <input type="checkbox"/> お金は本当に大事なもの なくなったのはあなたが盗ったからでしょ		<input type="checkbox"/> うれしい、悲しい、つらいでも言葉にできない、、、
家族はどう接したら 良いか	<input type="checkbox"/> 就寝・食事等生活リズムを整える <input type="checkbox"/> 地域の活動・通いの場・いきいきサロン等に参加し人と交流を持つ <input type="checkbox"/> かかりつけ医を定期的に受診する	<input type="checkbox"/> 普段の行動に変化が見られたら、かかりつけ医または地域包括支援センターに相談する(ひとりで抱え込まないことが大事) <input type="checkbox"/> 将来のことや今後予想されることを家族全員で話し合う <input type="checkbox"/> 階段の上り下り、火の始末等の事故が起きないよう環境を見直す		<input type="checkbox"/> なぜできないのか、なぜわからないのかと、責めても仕方がない <input type="checkbox"/> 本人が懸命に発しようとしている言葉を否定せず、とにかく聞いてあげる事 <input type="checkbox"/> まだ全てを失ったわけではないので、本人が出来ることを大切にして、それを一緒になって行う <input type="checkbox"/> 自分が感情的になりそうな時は、少しの間その場を離れる	
介護予防・悪化予防	<input type="checkbox"/> 通いの場 <input type="checkbox"/> 老人クラブ <input type="checkbox"/> いきいきサロン <input type="checkbox"/> 認知症予防教室 <input type="checkbox"/> 生きがいデイサービス				
医療とその周りの役割	<input type="checkbox"/> かかりつけ医 <input type="checkbox"/> 地域包括支援センター <input type="checkbox"/> 認知症初期集中支援チーム		<input type="checkbox"/> 認知症サポート医 <input type="checkbox"/> 認知症疾患医療センター		
介護保険	介護保険の検討・手続き 介護認定の申請 介護サービスの利用 <input type="checkbox"/> 訪問介護・訪問看護・通所介護・通所リハビリテーション・小規模多機能型居宅介護・短期入所・住宅改修・福祉用具(レンタル、購入)・施設入所等				
本人の擁護	<input type="checkbox"/> あんしんサポート(二本松市社会福祉協議会) <input type="checkbox"/> 福島県高齢者総合相談センター <input type="checkbox"/> 福島県認知症コールセンター <input type="checkbox"/> 法テラス福島 <input type="checkbox"/> 成年後見制度				
二本松市の取り組み	<input type="checkbox"/> 認知症初期集中支援チーム <input type="checkbox"/> 認知症サポーター養成事業 <input type="checkbox"/> 認知症予防教室 <input type="checkbox"/> 避難行動要支援者避難支援制度 <input type="checkbox"/> 緊急通報システム <input type="checkbox"/> 生きがいデイサービス <input type="checkbox"/> 家族介護教室 <input type="checkbox"/> 認知症高齢者等見守りQRコード活用事業 <input type="checkbox"/> 配食サービス <input type="checkbox"/> ようたすカー <input type="checkbox"/> デマンドタクシー <input type="checkbox"/> 措置入所				



MCI(軽度認知障害)とは？

軽度の記憶障害はあるが、一般的な認知機能は問題がなく、日常生活にも支障のない認知症の前段階をさします。

はじめに

「住み慣れた地域でいつまでも長く暮らしたい」という思いは、誰しもが自然に抱く願いです。しかし、病気の発症や、親しい家族・友人との別れなど、年齢とともに経験する様々な出来事がこの願いをはばみます。とくに「本当にこのまま暮らしていけるのだろうか」と不安を抱かせる大きな原因となっているものの一つに「認知症」があげられます。

今と未来のために 「古い認知症観」を「新しい認知症観」に変革を!

古い認知症観

他人ごと、他者視点、問題重視、疎外、絶望

- ①他人ごと、なりたくない、目をそらす、先送り
- ②認知症だとなにもわからない、できなくなる
- ③本人ははなせない/声を聞かない
- ④おかしい言動で周りが困る
- ⑤危険重視
- ⑥周囲が決める
- ⑦本人は支援される一方
- ⑧地域で暮らすのは無理
- ⑨認知症は恥ずかしい
- ⑩暗い、萎縮、あきらめ、絶望的

新しい認知症観

わがごと、本人視点、可能性重視、ともに、希望

- ①わがごと、お互いさま、向き合う、備える
- ②わかること、できることが豊富にある
- ③本人は声を出せる/声を聞く
- ④本人が一番困っている。本人なりの意味がある
- ⑤あたりまえのこと(人権)重視。自由と安全のバランス
- ⑥本人が決める(決められるように支援)
- ⑦本人は一足先を行く人、支え手でもある
- ⑧地域の一員として暮らし、活躍(施設入所後も)
- ⑨認知症でも自分は自分、自然体でオープンに
- ⑩楽しい、のびのび、あきらめず、希望がある

認知症について

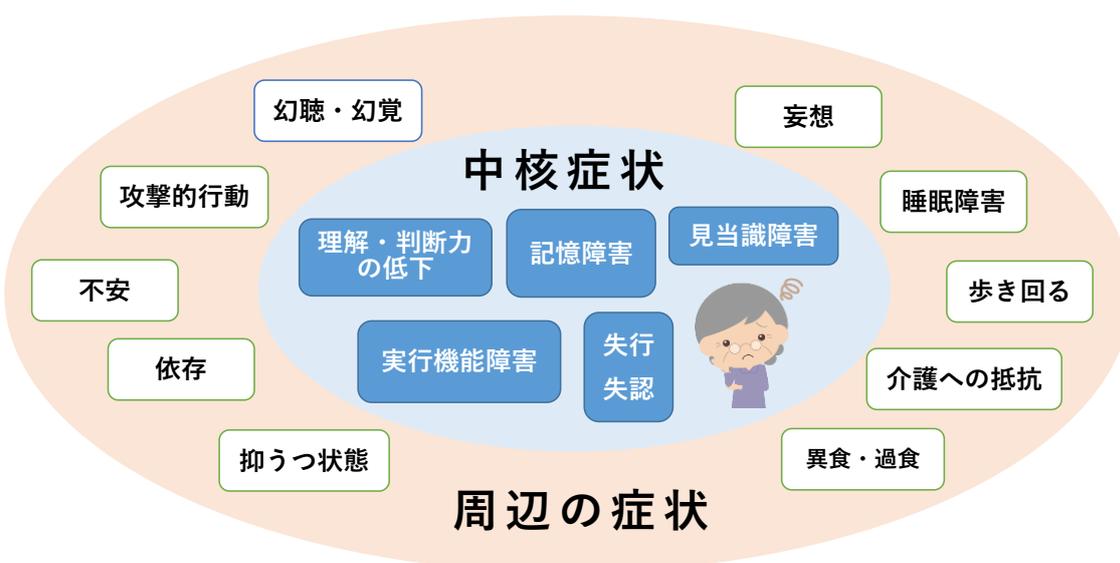
ちょっと前のことを思い出せない、新しいことを覚えづらいといったことは誰にでも身に覚えのあることです。これを一般的に「度忘れ・単なる物忘れ」と言います。しかし認知症による物忘れはそれとは違い、脳の細胞が壊れることによって記憶や認知能力が失われ（中核症状）、その結果、日常生活に支障をきたす症状がでる（行動・心理症状）病気のことを指します。それでは、具体的に「度忘れ・単なる物忘れ」と「認知症による物忘れ」の違いを見てみましょう。

【度忘れ・単なる物忘れと認知症による物忘れの違い】

度忘れ・単なる物忘れ	認知症による物忘れ
・体験したことの一部を忘れる (自覚している)	・体験したことの全体を忘れる (自覚に乏しい)
・なんらかのきっかけで後から思い出すことができる	・きっかけがあっても後から思い出すことが少ない
・日常生活や社会生活に支障がない	・日常生活や社会生活に支障がある
・短期間での変化はない	・短期間で変化(進行)が見られることが多い

【中核症状と行動・心理症状(BPSD)】

認知症では「中核症状」と「行動・心理症状」が現れることがあります。以下では中核症状と行動・心理症状について説明します。



1 中核症状

脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状です。

中核症状名	症状
記憶障害	<ul style="list-style-type: none"> ●夕食を食べたばかりなのに「飯はまだか」と言う。 ●物忘れが激しく、ヒントがあっても思い出せない。
失語（言語障害）	<ul style="list-style-type: none"> ●「これ」「それ」「あれ」などの指示語が多くなったり、相手の言っていることをオウム返しするようになる。 ●言葉の意味が分からず、会話のつじつまが合わない。
失行	<ul style="list-style-type: none"> ●服を着るときの順番がわからなくなる。 ●ハサミや箸の使い方がわからなくなる。
失認	<ul style="list-style-type: none"> ●料理の味が変わる（異常に甘くなる。異常にしょっぱくなる。） ●時計の文字盤が読めない。
見当識障害	<ul style="list-style-type: none"> ●季節感のない服を着るようになる。 ●自宅にいてもトイレの場所がわからなくなる。
判断力障害	<ul style="list-style-type: none"> ●自動精算機での支払いができなくなる。 ●電化製品が新しくなると使えなくなる。
実行機能障害	<ul style="list-style-type: none"> ●冷蔵庫が同じ食材でいっぱいになる。 ●きれい好きだったのに、部屋が散らかってくる。

2 行動・心理症状

中核症状がもとになり、本人の性格や素質、周囲の環境や人間関係などが影響して現れる症状です。

	行動・心理症状	症状の具体例
初期	<ul style="list-style-type: none"> ・やる気が出ない ・不安が強い ・「物を盗まれた」という 	<ul style="list-style-type: none"> ●財布をしまい忘れ、「財布がない。○が盗んだ。」と訴える。 ●頻繁に物をなくす。
中期	<ul style="list-style-type: none"> ・外出中道に迷うことが多くなる ・妄想が出現しやすくなる ・興奮しやすくなる ・便をいじる等の不潔行為を起こしやすくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ●自分のいる場所が分からなくなり、あちこち歩きまわり警察等に保護される。 ●食事をしたのを忘れて、「（家族に）ご飯をたべさせてもらえない。」と訴える。
後期	<ul style="list-style-type: none"> ・表情が乏しくなる、尿や便の失禁が増える、運動機能が低下する 	<ul style="list-style-type: none"> ●寝たきりの状態（上手く歩けない、食事を飲み込めない等）になることもある。

大切なのは「行動・心理症状がある方の混乱や不安の原因を理解すること」です。

【代表的な認知症の種類】

①脳血管性認知症

前頭葉にある中大脳動脈や前大脳動脈に脳梗塞や脳出血が起こり、前頭葉が障害され発症する病気です。意欲が低下したり、複雑な作業ができなくなったりする等の症状が見られます。

②アルツハイマー型認知症

脳の神経細胞が神経の変性により、通常よりも早く減ってしまい、脳が委縮して行く病気です。比較的早い段階から、記憶障害、見当識障害のほか、不安・うつ・妄想等の症状が見られます。

③レビー小体型認知症

レビー小体という一種のゴミのようなものが脳細胞にたまることによっておこる病気です。物忘れと幻視、注意障害、運動障害等の症状が見られます。

④前頭側頭型認知症

司令塔役の前頭前野を中心に傷害されるため、がまんをしたり思いやりなどの社会性を失い、「わが道を行く」行動をとる等の症状が見られます。

【その他】

早く治療をすれば治るタイプの認知症状もあります。また、うつ病などの認知症に似た病気もあり、見逃さないことも大切です。

コラム

～共生社会の実現を推進するための認知症基本法～

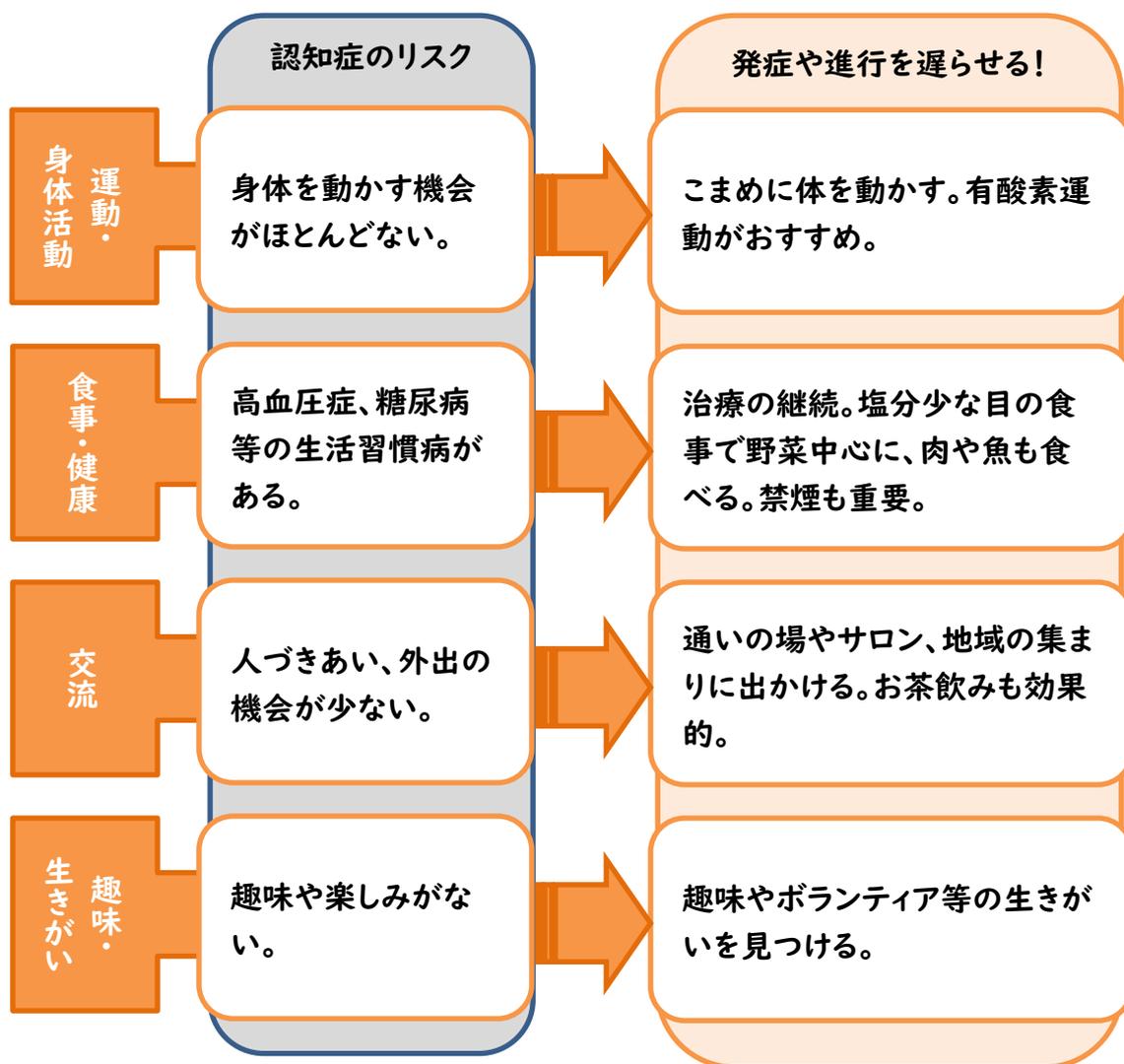
認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会の実現を目的に、令和5年6月14日に成立、令和6年1月1日に施行されました。

この法律では認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、7つの基本理念と、認知症の人に関する国民の理解の増進等、認知症の人の社会参加の機会の確保等、サービス提供体制の確保、認知症の予防等の8つの基本的政策を定めています。

また9月を「認知症月間」、9月21日を「認知症の日」と定め認知症についての理解と関心を深める期間としています。

認知症を予防するために

認知症の発症や進行は、生活習慣に深く関係しており、生活習慣病を予防することが認知症の予防にもつながります。健康で若々しい脳を保ち、認知症に負けない脳を作るように心がけましょう。



認知症予防に強い脳をつくる効果のある成分と多く含まれている食べ物

ビタミン E	かぼちゃ、さつまいも、ほうれん草 等
ビタミン C	レモン、いちご、グレープフルーツ 等
βカロテン	アスパラガス、かぼちゃ、ピーマン 等
DHA や EPA	イワシ、サバ、サンマ 等
ポリフェノール	チョコレート、赤ワイン 等

認知症予防のポイント

認知症になる前から低下しはじめる 3つの脳の機能を集中的に鍛えましょう!!

①エピソード記憶:体験を思い出す機能

～鍛える方法～

- ・家計簿をつける時、レシートを見ないで思い出してみる。
- ・2日遅れの日記をつける。(覚えておこう!と意識する、手がかりと一緒に覚える、思い出す時間を徐々に長くしてみる)

②注意分割機能:2つ以上のことを同時に行う時に注意を配る機能

～鍛える方法～

- ・料理を作る時、同時に何品か作ってみる。
- ・人と話す時、相手の表情や気持ちに注意を向けながら話す。
- ・仕事をてきぱき片づける。

③計画力:新しいことをする時に段取りを考えて実行する機能

～鍛える方法～

- ・旅行の計画を立てる。
- ・新しい料理を考える。
- ・園芸作業の計画を立てる。
- ・効率の良い買物の順序を考える。



認知症の方への接し方

認知症になると、何もわからない、何も判断できないといった誤解が原因で、その対応によっては、症状の悪化や、家族関係を壊してしまうこともあります。ここではそれを予防するための、対応方法について考えてみましょう。

【接し方のポイント】

認知症の人は、自分が何をしようとしていたか忘れてしまったりすることで、常に不安を感じています。これらの感情に寄り添うことが安心感や信頼感を築き、結果として認知症の進行を緩やかにしたり、気持ちを穏やかにすることに繋がります。ここでは接し方のポイントについて説明します。

●よい感情を残すように心がけましょう

出来事は忘れても、その感情は心の中に長く残っているものです。やさしく接することを心がけ、いつも穏やかな感情を引き出してあげることで、安心感を与え、信頼関係を築きます。

●いつも笑顔で接するようにしましょう

認知症が進行しても、相手の表情から喜怒哀楽の感情を読み取る能力は残っていることが多くあります。それだけに、言葉でのコミュニケーションが取れない場合でも笑顔で接することが重要です。

●本人のペースに合わせてあげましょう

物事を考えるスピードが落ちたり、一度に処理できる情報の量が減ったりしますが、急に何もできなくなるわけではありません。その人のペースに合わせて支援しましょう。

●怒鳴らずにやさしく接しましょう

高圧的な言葉や態度などは、本人に恐怖心や嫌な感情を与えることとなります。介護で疲れているときなどは、つい大きな声で接してしまいがちです。相手を混乱させてしまうことになるので注意しましょう。

【介護疲れに気をつけましょう】

介護する人が何でも背負いこんでしまうと、ある日突然息切れして「介護疲れ、介護うつ」になることもあります。福祉サービスの活用や、愚痴の言える仲間を見つけ、息抜きをすることも大切です。

【認知症の人の特徴とは？】

特徴	具体例
新しいことはすぐ忘れるけれど、昔のことはよく覚えている	最近の出来事は忘れてしまっても、子供時代の出来事は細かいところまでよく覚えていきます
自分にとって不利なことを隠そうとしてしまう	事実であっても自分にとって不利だと思ふことは、嘘をついたり、言い逃れをしてしまうことがあります
失敗や混乱を知られないようにその場を取り繕ってしまう	自分の失敗や混乱を隠そうとして、言い訳をするなど、その場を取り繕ってしまうことがあります
出来事は忘れても、不快感や恐怖心、心地よい感情は残っている	特に不快な感情や恐怖心などの悪い感情は比較的長く残り、人に対する好き嫌いも激しくなります
家族など、身近な人に対して症状が強く現れる傾向がある	たまに会う人など緊張を伴う相手よりも、身近な人には症状が強く出ることがあります（たまに会う先生よりも家族に対して）

それぞれの症状について、対応例を見てみましょう。

症状・訴え	対応例
・「まだご飯を食べていない」と言われたら？	<ul style="list-style-type: none"> ・もし食べていても直前のことを忘れていることが多いので、説明してもなかなか理解できません ・「さっき食べたでしょ」と叱り、嫌な感情を残すのは禁物です ・「もう少しで出来るから先にこれを食べていてね」とお菓子や果物を出したり、1回分の食事を減らしておいて、残りをおにぎりにして出したりすることで、心地よい感情が残ります
・「お金を盗まれた」と言われたら	<ul style="list-style-type: none"> ・置き忘れやしまい忘れを指摘するのは、嫌な感情を残すので禁物です ・「それは大変」と共感し、一緒に探し、場所がわかれば本人が見つけれられるように誘導しましょう ・見つかった時には一緒に喜び、心地よい感情を残すことも効果的です

まずは脳の健康度についてチェックしてみましょう

※このチェック項目は目安であり、認知症を診断するものではありません

1	同じことを言ったり聞いたりする。	
2	物の名前が出てこなくなった。	
3	置き忘れやしまい忘れが目立ってきた。	
4	以前はあった関心や興味が失われた。	
5	だらしなくなった。	
6	日課をしなくなった。	
7	時間や場所の感覚が不確かになった。	
8	慣れた場所で道に迷った。	
9	財布などを盗まれたと言う。	
10	ささいなことで怒りっぽくなった。	
11	蛇口、ガス栓の締め忘れ、火の用心ができなくなった。	
12	複雑なテレビドラマが理解できない。	
13	夜中に急に起きだして騒いだ。	

(国立長寿医療センターで使用されているチェックリストより)

3つ以上あてはまった方で、不安な方はかかりつけ医又は次ページ以降に記載されている医療機関・相談先にお問合せください。

医療機関

早い段階から認知症への理解を深めていくことができれば、薬で病気の進行を遅らせたり、その後の生活上の問題を軽減したりすることが出来る場合もあります。認知症かな?と感じたら、早めに専門医療機関を受診しましょう。

【「もの忘れ」の相談ができる医師・歯科医師・薬剤師】

適切な認知症診断の知識・技術や家族からの話や悩みを聞く姿勢を習得するための研修を修了した内科等の様々な診療科の医師です。

【医師】かかりつけ医認知症対応力向上研修を受講した医師

医療機関名	医師氏名	電話番号	医療機関住所
(医)佐藤内科胃腸科医院	佐藤 宏明	22-0174	油井字八軒町54番地
整形外科内科リウマチ科小林医院	小林 淳雄	22-0682	根崎二丁目197番地
土川内科小児科	土川 研也	22-6688	槻木250番地3
二本松ウイメンズクリニック	本田 信也	24-1322	亀谷一丁目275番地4
JCHO二本松病院	六角 裕一	23-1231	成田町一丁目553番地
(医)辰星会柘記念病院	遠藤 勝洋	22-3100	住吉100番地
(医)辰星会 柘病院	田中 由美 柘 俊彦	22-2828	本町一丁目103番地
(医)三浦内科医院	三浦 正	23-3883	亀谷二丁目208番地1
みうら内科クリニック	三浦 匡央	22-5512	羽石110番地6
和田医院	和田 敏末	55-2303	小浜字新町20番地
渡辺医院	渡邊 文則	62-3000	正法寺町186番地1
しんいち内科	佐藤 伸一	24-8420	油井字福岡 40 番地 1
本田レディスクリニック	本田 岳	22-0301	本町一丁目229番地

【歯科医師】歯科医師認知症対応力向上研修を受講した医師

医療機関名	歯科医師氏名	電話番号	医療機関住所
伊藤歯科医院	伊藤 修一	22-2277	金色久保196番地
岩崎歯科医院	岩崎 克彦	22-8500	藤之前33番地5
とうのす歯科医院	鴛巢 幸彦	22-8422	油井字八軒町231番地
ほんだ歯科クリニック	本田 祐樹	22-8862	本町一丁目24番地
みうら歯科医院	三浦 弘明	55-3008	小浜字鳥居町118番地
渡辺歯科医院	渡辺 英弥	22-0057	本町二丁目190番地
さいとう歯科医院	齋藤 吉嗣	46-2814	針道字町9番地1
デンティスト ワタナベ	渡邊 徹	22-0612	若宮二丁目164番地3
(医)辰星会 枳病院	佐藤 友規	23-1990	本町一丁目103番地

【薬局】

薬局名	電話番号	薬局住所
アイランド薬局 二本松店	62-1089	住吉102番地3
アイン薬局 二本松店	22-8899	成田町一丁目812番地3
かすみ薬局	22-6420	成田町一丁目817番地1の1
コスモ調剤薬局東和町店	66-2880	針道字蔵下110番地1
さくら薬局 二本松南店	22-9555	成田町一丁目815番地3
ゼネファーム薬局根崎店	24-1018	根崎二丁目199番地
ゼネファーム薬局小浜店	24-8871	小浜字新町19番地
(医)辰星会 枳記念病院	22-3100	住吉100番地
高越薬局	62-1877	藤之前33番地1
保原薬局油井店	62-1521	油井字八軒町33
山口薬局 二本松店	62-3105	本町一丁目48番地
わかば薬局	23-8181	若宮一丁目182番地

※診療時間・診療方針・診療内容等については医療機関により異なります。

【認知症の診療を行っている専門の医療機関】

医療機関名	電話番号	医療機関住所
(医) 静心会太田診療所	47-3508	太田字若宮19番地1
(医) 静心会 斎藤医院	22-0036	若宮二丁目204番地1
(医) 辰星会枡記念病院	22-3100	住吉100番地
(医) 慈水会みずのクリニック	23-5158	根崎一丁目55番地

【認知症サポート医】

かかりつけ医への助言その他の支援を行い、専門医療機関や地域包括支援センター等との連携を推進する役割の医師です。

医療機関名	医師氏名	電話番号	医療機関住所
(医)辰星会枡記念病院	遠藤 勝洋	22-3100	住吉100番地
	本間 真理		
	遠藤 雄司		
みうら内科クリニック	三浦 匡央	22-5512	羽石110番地6

【認知症疾患医療センター】

かかりつけ医や地域包括支援センターと連携して、認知症に関する鑑別診断や専門医療相談などを行います。

医療機関名	電話番号	所在地
福島県立医科大学附属病院	024-547-1292	福島市光が丘1番地
(医)辰星会 枡記念病院	070-8807-2308	二本松市住吉100番地
(医)湖山荘あずま通りクリニック	024-572-4611	福島市栄町1番28号

相談先

【地域包括支援センター】

高齢者のみなさんが、いつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう支援するための拠点です。介護に関する悩みや心配ごとのほか、健康や福祉、医療に関するさまざまな支援を行っています。6つの日常生活圏域に設置されています。

名 称	電 話	住所及び担当地域
二本松市二本松第1 地域包括支援センター	62-2223	成田町一丁目867番地 ※二本松第一中学校区(羽石・木藤次郎内を除く)
二本松市二本松第2 地域包括支援センター	24-5567	安達ヶ原一丁目291番地1 ※二本松第二中学校区
二本松市二本松第3 地域包括支援センター	62-7520	住吉100番地 ※二本松第三中学校区(羽石・木藤次郎内を含む)
二本松市安達 地域包括支援センター	23-8267	油井字濡石1番地2 ※安達中学校区
二本松市岩代 地域包括支援センター	24-5272	西勝田字杉内10番地 ※小浜中学校区・岩代中学校区
二本松市東和 地域包括支援センター	61-7100	太田字荻ノ田35番地1 ※東和中学校区

【福島県若年性認知症相談窓口】(福島県委託事業)

若年性認知症支援コーディネーターが、若年性認知症の人、家族、関係機関及び雇用している企業等から相談に応じます。

名 称	電 話	設置場所
福島県若年性認知症相談窓口	024-983-8406	公益財団法人 星総合病院内
福島県若年性認知症相談センター	024-572-4611	医療法人湖山荘 あづま通りクリニック内

認知症の方に対する各種支援

認知症の方への支援（サービス）の概要を、実施主体毎にまとめました。認知症ケアパス一覧表と照らし合わせながら、概要を把握しておきましょう。

【二本松市が行っている事業】

1 認知症初期集中支援チーム

複数の専門職で認知症が疑われる人、認知症の人とその家族を訪問し、状況の評価を行い、家族支援などの初期の支援を包括的、集中的に行うことで自立生活のサポートを行います。

《高齢福祉課包括ケア推進係 ☎23-3600》

《認知症初期集中支援チーム ☎070-8807-2308》

《各地域包括支援センター（P13）》

2 認知症サポーター養成事業

認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人とその家族を、あたたかく見守ることのできる「認知症サポーター」を養成しています。

《高齢福祉課包括ケア推進係 ☎23-3600》

3 認知症予防教室

認知症予防を目的とした教室です。地域包括支援センターと共同で実施しています。

《高齢福祉課包括ケア推進係 ☎23-3600》

《各地域包括支援センター（P13）》

4 認知症高齢者等見守りQRコード活用事業

外出時に保護されるなどの緊急時に、早期に身元を特定し高齢者の安全確保と、介護者の負担軽減を目的にQRコードを配布します。QRコードは衣類や持ち物に貼り付けて使用します。

《高齢福祉課包括ケア推進係 ☎23-3600》

5 通いの場

住民主体で、歩いて通える範囲の会場で定期的（週1回程度）な運動を中心に、おしゃべりなどして楽しく過ごす集まりです。

《高齢福祉課包括ケア推進係 電話23-3600》

6 避難行動要支援者避難支援制度

災害発生時に自力で避難することが困難な方が迅速に避難できるよう、「個別計画」を作成・管理する制度です。あらかじめ「避難行動要支援者」として登録しておくことで、平常時でも見守りや声かけなどの安否確認が強化されます。

《高齢福祉課長寿福祉係 ☎55-5114》

7 緊急通報システム

ボタンを押せば自動的に緊急通報センターにつながる「緊急通報装置」を貸与します。あらかじめ登録された協力員に連絡する等緊急時の対応ができ、安心して生活することができます。

《高齢福祉課長寿福祉係 ☎55-5114》

8 生きがいデイサービス

介護予防のため、施設まで専用のバスで送迎し、入浴や給食、日常動作訓練、趣味活動等を行います。サービスを利用している人同士で仲良くなり、孤独感の解消にも役立ちます。

《高齢福祉課長寿福祉係 ☎55-5114》

9 配食サービス(食の自立支援)

安否確認を兼ねて、栄養バランスのとれた昼食を平日にお届けします。糖尿病食や減塩食、きざみ食等の食事制限にも対応しています。

《高齢福祉課長寿福祉係 ☎55-5114》

10 措置入所

生活環境上の理由や経済的な理由により、居宅での養護が困難な高齢者について、老人ホーム入所判定委員会の審査により養護老人ホームへの入所を決定します。

《高齢福祉課長寿福祉係 ☎55-5114》

11 ようたすカー(二本松地域)

通院や買い物、公共施設に向かうときに利用できる予約制の乗合型タクシーです。事前登録が必要で、運行区域は二本松地域のみとなっています。

《高齢福祉課長寿福祉係 ☎55-5114》

12 デマンドタクシー（安達・岩代・東和地域）

ジャンボタクシーでご自宅のできる限り近い場所から、運行地域内の目的地まで運行する、予約制の乗合型タクシーです。利用には事前登録が必要です。

《秘書政策課総合政策係 ☎55-5090》

13 家族介護教室

介護の方法や知識を学べる他に、介護者の健康づくりやリフレッシュの機会となる内容の教室を開催します。

《各地域包括支援センター（P13）》

14 あんしんサポート（日常生活自立支援事業）

高齢者や障がいのある方々が、住み慣れた地域で安心して自立した生活が送れるように支援するサービスです。福祉サービスの利用手続きや、生活費などの金銭管理の援助をします。

《二本松市社会福祉協議会 ☎23-7867》

15 いきいきサロン

高齢者が集い、茶話会などにより楽しい時間を過ごすサロンです。

《二本松市社会福祉協議会 ☎23-7867》

16 福島県高齢者総合相談センター

高齢者やその家族が抱えている心配ごとや悩みごとの相談を電話、面接、手紙又はメールで受け付けています。また、専門家による法律、年金・保険、税金に関する相談にも応じています。

《☎024-524-2225》

17 福島県認知症コールセンター（認知症ほっと電話相談）

認知症介護の経験者が、認知症の症状・行動への対応の仕方や、認知症介護における悩み等様々な相談に応じています。

《☎024-522-1122》

18 法テラス福島

弁護士、その他各専門家（行政書士、社会保険労務士、司法書士、税理士、建築士、土地家屋調査士、社会福祉士等）による相談が受けられます。

《☎0570-078-370》

【地域のつながり】

19 老人クラブ

会員間の交流と親睦を図りながら、地域の美化運動等の社会参加活動を行っています。地元の役員の方や、各支所地域振興課市民福祉係、住民センターにお問い合わせください。

【その他の支援】

20 成年後見制度

判断能力が不十分な人（本人）の生活、療養看護及び財産の管理に関する事務を（本人とともに）本人の保護者が行うことによって、本人の意思や自己決定を尊重しながら本人を保護するための法律上の制度で、法定後見制度と任意後見制度に大別されます。

《各地域包括支援センター（P13）》

コラム

～共生社会の実現を推進するための認知症基本法～

この法律では認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会（＝共生社会）の実現を推進するために、以下の8つの施策を定めています。

- ① 認知症の人に関する国民の理解の増進等
- ② 認知症の人の生活におけるバリアフリー化の推進
- ③ 認知症の人の社会参加の機会の確保
- ④ 認知症の人の意思決定の支援及び権利利益の確保
- ⑤ 保健医療サービス及び福祉サービスの提供体制の整備等
- ⑥ 相談体制の整備及び孤立への対策
- ⑦ 研究等の推進等
- ⑧ 認知症の予防等

21 オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症の方やその家族、地域住民等だれでも自由に参加できる、息抜きや情報交換、相談・語らいの場として開催されています。開催日時や開催場所・費用等はお問合せ下さい。

地域	カフェ名称	問合せ先
二本松地域	まんまるカフェ	二本松第1地域包括支援センター 62-2223
二本松地域	オハナカフェ	グループホームオハナハウス 24-1153
二本松地域	ふれあいカフェ	二本松第2地域包括支援センター 24-5567
二本松地域	あだたらカフェ	二本松第3地域包括支援センター 62-7520
安達地域	オレンジカフェほっと ゆい	安達地域包括支援センター 23-8267
岩代地域	オレンジカフェいわしろ	二本松いわしろ紀行 24-5225
東和地域	はやまカフェ	東和地域包括支援センター 61-7100

コラム

「チームオレンジ」

認知症サポーターが認知症に対する正しい理解を得たことを契機に、自主的に行ってきた活動をさらに一歩前進させ、地域で暮らす認知症の人や家族の困りごとの支援ニーズと認知症サポーターを結びつけるための「チームオレンジ」の取組が開始されています。

「チームオレンジ」の活動は、外出支援、見守り・声かけ、話し相手、認知症の人の居宅へ出向く出前支援等が考えられます。メンバーの誰もが楽しみながら役割を果たし、引きこもりがちな生活になることを未然に防ぐ取組となるように工夫します。認知症の人もメンバーとしてチームに参加することや、地域の企業や事業者との連携体制を構築することが望まれます。

二本松市
「認知症」あんしん手引き
～認知症にやさしいまちを目指して～

発行／令和6年3月

編集／福島県二本松市保健福祉部高齢福祉課
福島県二本松市金色403番地1

電話（0243）23-1111（代表）