

# 認知症の方や家族を支援する取り組み

問い合わせ 高齢者支援課包括支援係






年をとると誰でも忘れっぽくなりますが、ご自身や家族の症状が単なるもの忘れなのか、認知症の始まりなのか気になりますか？

認知症は、早期に適切なケアや治療を開始することで症状を軽減させ、生活の質をよい状態で維持できると言われています。また、軽度認知障害（MCI）の段階で見つかれば、認知機能の回復・維持も期待できます。

市では、認知症予防をはじめ、認知症になったとしても、住み慣れた地域のよい環境の中で尊厳が守られ、自分らしく暮らし続けることができるよう、さまざまな取り組みを行っています。

## 青梅市認知症支援ガイドブック

認知症についての解説や対応のポイント、利用できるサービス・制度、認知症リスクを軽減する方法などを分かりやすくまとめた冊子です。認知症の段階ごとに適切な支援やサービス、ケアの流れを示した「青梅市の認知症ケアパス」（下図参照）も掲載しています。市ホームページ（記事ID…2046）に掲載しているほか、市地域包括支援センターで無料配布しています。

認知症の段階	元気	認知症の疑い	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	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康づくりや介護予防に取り組む</li> <li>地域とのつながり(社会参加)を大事にする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>もの忘れが増えるが自覚もある(人からも言われ始める)</li> <li>日常生活は自立しているが、計算間違いや漢字のミスが増える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>同じことを何度も聞くようになる</li> <li>ものや人の名前が出てこない</li> <li>置き忘れやしまい忘れが増える</li> <li>料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「ものを盗られた」などの発言をする</li> <li>洋服の着替えがうまくできなくなる</li> <li>家までの帰り道が分からなくなる</li> <li>書字・読字が苦手になる</li> <li>もの忘れの自覚がない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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</li> <li>車いすやベッド上での生活が長くなる</li> <li>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</li> </ul>
家族の心得・対応のポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人と一緒に認知症予防に取り組む実践</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>年齢のせいにはせず、気になり始めたら、早めにかかりつけ医や各種窓口にご相談してみようか？</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>同じことを聞かれても、きちんと返答</li> <li>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</li> <li>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</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>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</li> <li>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</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人が安心できる環境づくりを心掛ける</li> <li>最新の迎え方について家族間で話し合いをしておく</li> </ul> 

## 認知症施策

### ◆認知症チェック

ご自身や家族等の状況が心配な時は、認知症チェックを試みましょう。(右の二次元コード参照)

### ◆認知症カフェ

市地域包括支援センターや認知症家族の会では認知症に興味のある方、当事者やその家族等が集い、日頃の悩みや思いを共有し、認知症関連の情報を共有する場として認知症カフェを定期的に開催しています。

### ◆認知症サポーターの養成

認知症に関する正しい知識を持ち、地域や職場等において認知症の方や家族を支援する認知症サポーターを養成する研修を行っています。

### ◆徘徊高齢者家族支援サービス

認知症の高齢者が、GPSを用いた位置探索が可能な機器を身につけることで、帰宅できなくなってしまった場合などに、家族等が現在位置を照会できるサービスです。

### ◆認知症初期集中支援チーム

医療や介護サービスにつながりづらい方などを対象に、専門医、看護師、社会福祉士による専門職がチーム員として訪問し、受診や介護サービスにつなげるためのお手伝いや家族へのアドバイスを行います。

### ◆認知症早期発見・早期診断推進事業

市では、認知症コーディネーターを配置し、地域で認知症の方とその家族を支援しています。認知症の疑いがある方を把握し、訪問して状態に応じて適切な医療・介護サービスにつなげる等の取り組みを行っています。

### ◆出張もの忘れ相談会

市では、認知症疾患医療センター等と共同で不定期に、市内の施設で出張もの忘れ相談会を行っています。

開催日時は、広報おうめや市ホームページをご覧ください。



△認知症簡易チェックサイト



## 認知症の相談

### ◆かかりつけ医

認知症は早期に治療することで進行を緩やかにすることができます。まずはかかりつけ医やもの忘れ相談医、認知症サポート医に相談しましょう。

### ◆認知症疾患医療センター

認知症の早期発見・早期診断を行うとともに、認知症専門医療の提供と介護サービス事業所との連携を図る機関です。

#### ▷青梅成木台病院

所在地 成木1-447

電話番号 ☎74-9933

#### ◆地域包括支援センター

認知症の方と家族の困りごと、介護、医療、虐待防止、権利擁護など高齢者の日常に関する相談や支援を行っています。

#### ▷地域包括支援センター

所在地 市役所1階高齢者支援課内

電話番号 ☎22-1111内線2127

担当地区 勝沼、西分町、住江町、本町、仲町、上町、森下町、裏宿町、天ヶ瀬町、滝ノ上町、大柳町、日向和田、東青梅、根ヶ布、師岡町

#### ▷地域包括支援センターうめぞの

所在地 駒木町3-594-1 (メディケア梅の園内)

電話番号 ☎24-2882

担当地区 駒木町、長淵、友田町、千ヶ瀬町、河辺町、御岳本町、御岳、御岳山、沢井、二俣尾、畑中、和田町、梅郷、柚木町

#### ▷地域包括支援センターすえひろ

所在地 末広町1-4-5 (すえひろ苑内)

電話番号 ☎33-4477

担当地区 吹上、野上町、大門、塩船、谷野、木野下、今寺、新町、末広町、藤橋、今井、富岡、小曾木、黒沢、成木

### ◆認知症家族の会・青梅ネット

家族介護支援、つどい、認知症理解促進等を行っています。

電話番号 ☎31-1551 (代表 原島)