

萩市の

# 認知症 ガイドブック

概要版

## 認知症は誰もがかかる可能性のある脳の病気です

認知症の方や介護家族が、住みなれた地域で安心して暮らせるように、一人一人が認知症について正しく理解し、認知症が疑われた時には、症状の進行にあわせて相談・医療・介護サービス等が受けられるように「認知症ガイドブック概要版」を作成しました。

なんとも同じことを聞く

置き忘れ・  
しまい忘れが増えた

日にち・場所を間違える  
約束を守れない



怒りっぽくなった

身なりを気にしなくなった

興味・関心がなくなった

もしかして、認知症?! どうしよう!  
と思ったら

萩市地域包括支援センターへ

早めの相談・  
受診が何より  
大切!

高齢者の相談窓口となるのが「地域包括支援センター」です。高齢者のあらゆる困り事の相談に応じます。認知症についての相談、医療機関・サービスの紹介、介護アドバイス等を行ないます。

萩・川上・むつみ・ 旭・福栄地域の方	萩市西地域包括支援センター (萩市役所内)	萩市江向 510 番地 電話：0838-25-3521
田万川・須佐地域の方	萩市東地域包括支援センター (須佐総合事務所内)	萩市須佐 4570 番地 電話：08387-6-2017



各総合事務所、在宅介護支援センターも相談対応いたします。



## 認知症について確認しよう

脳は、私たちのあらゆる活動をコントロールしている司令塔です。

認知症は、さまざまな原因で脳細胞が死んでしまったり、働きが悪くなった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（おおよそ6ヶ月以上継続）を指します。

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。まずは認知症について確認してみましょう。

### 正常なうちは？

- 正しい知識や理解を深めておく
- ボランティア活動や介護予防教室などへ参加する
- 何かおかしいと感じたら、すぐに相談する

**活動的な生活を！**

### 軽度認知障害(MCI)とは？

- 認知症と正常の中間の状態
- もの忘れの自覚はあるが、記憶力、意欲の低下以外に認知機能の障害がみられず、日常生活への影響がほとんどない状態
- 予防により改善が期待できる

**早期発見が大事！⇒かかりつけ医、地域包括支援センターへ相談**

## 認知症の経過

**軽度**

【気づき】  
【認知症の疑い】

**中等度**

【見守りがあれば自立】  
【手助け・介護が必要】

**重度**

【常に介護が必要】

ご本人の様子	家族の心構え・支援のポイント
<ul style="list-style-type: none"> <li>●もの忘れが見られ、買い物や金銭管理にミスは見られるが、日常生活はほぼ自立している</li> <li>●新しいことがなかなか覚えられない</li> <li>●状況判断が必要な行為が難しくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●本人が自ら社会参加をし、家庭内での役割を持つよう働きかける</li> <li>●接し方の基本やコツを理解する</li> <li>●家族間で、今後の生活設計（介護、金銭管理など）について考える</li> <li>●介護の心配事は早めに相談する</li> <li>●地域の人の理解を得る</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●服薬管理ができない</li> <li>●たびたび道に迷う</li> <li>●着替えや食事、トイレがうまくできない</li> <li>●興奮や妄想がみられる</li> <li>●時間、日時、季節がわからない</li> <li>●ついさっきのことを忘れる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●失敗を最小限にするさりげないフォローをする</li> <li>●介護者自身の健康管理を行う</li> <li>●介護の負担が増えてくるため、困ったことがあれば抱え込まず、早めに担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談する</li> </ul>
<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る</li> <li>●表情が乏しく、意思の疎通が難しい</li> <li>●ほぼ寝たきりで、生活全般に介護が必要</li> <li>●家族の顔や、使い慣れた道具がわからない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●できないが増えてきた結果、合併症を起こしやすくなることを理解する</li> <li>●どのような終末期を迎えるか、家族で話し合っておく</li> </ul>



## 萩市の活用できるサービス

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。経過の中で利活用できるサービスを知り、今後の参考にしてください。



支援	正常	軽度認知障害 (MCI)	軽度	中等度	重度
相談	地域包括支援センター・在宅介護支援センター				
	居宅介護支援事業所				
予防	介護予防教室				
	サロン・老人クラブなど				
	介護保険通所サービス				
生活支援	生活支援給食サービス・緊急通報システム・訪問理美容サービス				
	はぎ介護者家族会・認知症サポーター・徘徊・見守りSOSネットワーク				
	地域福祉権利擁護事業・成年後見制度				
医療	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局				
	認知症診断協力医療機関・専門医療機関				
	訪問看護・居宅療養管理指導				
介護	訪問介護・通所介護・訪問入浴・短期入所生活介護（ショートステイ）				
住まい	福祉用具の利用・住環境の整備				
	養護老人ホーム・ケアハウス				
	シルバーハウジング・有料老人ホーム・サービス付き高齢者住宅				
	介護老人保健施設・介護老人福祉施設・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）				



こちらは、【概要版】です。詳しく説明が記載されているパンフレット【詳細版】もありますので、萩市地域包括支援センターまでご連絡ください。【詳細版】は、萩市のホームページ <http://www.city.hagi.lg.jp> から、ダウンロードできます。

# 萩市では認知症の人を支えるための仕組みづくりがスタートしています！

## 主役は地域のみなさんです!!

- 認知症サポーターなどによる見守り・支援
- 住民主体サービスの運営
- 地域の方のちょっとした手助け
- 萩市高齢者等安心見守りネットワーク
- 萩市徘徊見守り SOS ネットワーク

地域



認知症の人と介護家族が今必要としているのは、専門的な知識や技術だけでなく、地域での日常的な声かけや、さりげない見守り・手助けなどです!!!



## 医療サポート

- かかりつけ歯科医師 やかかりつけ薬剤師による指導
- リハビリテーション 専門職による 運動指導



認知症の人とその家族

## 介護

- 本人の状態に合わせた介護サービスの提供
- 認知症対応型通所介護
  - 認知症対応型共同生活介護
  - 小規模多機能型居宅介護
  - 多職種によるサポート



## 適切な医療の提供

- 物忘れ外来（都志見病院・萩病院）
- 認知症診断協力医療機関（都志見病院・萩病院・萩慈生病院・萩市国民健康保険弥富診療センター）
- かかりつけ医による在宅医療、必要に応じて専門医療機関への紹介

医療



## 家族への支援

- 認知症カフェ等の認知症の人とその家族が安心して過ごせる場所の提供
- 認知症介護者家族会

## 萩市地域包括支援センターではこんなことをしています！

- 認知症サポーター養成講座 ● 認知症予防の出前講座
- 介護予防教室 ● 相談業務やサービスの調整
- 権利擁護事業 ● 認知症地域支援推進員による支援体制づくり
- 認知症初期集中支援チームによる早期発見・早期対応に向けた支援



## 認知症初期集中支援チームとは

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるために、専門職で構成されたチーム員が訪問を行い、早期診断・早期対応にむけた支援を行います。