

もの忘れ、認知症、介護のご相談は**早めに**

## 地域包括支援センターにご相談ください

### 知立市東部地域包括支援センター

TEL **0566-82-8855**

FAX 0566-83-4070

場所：知立市八ツ田町泉43  
(知立市福祉の里八ツ田内)

#### 担当エリア小学校区

☆知立小学校 ☆来迎寺小学校  
☆八ツ田小学校 ☆知立東小学校

### 知立市西部地域包括支援センター

TEL **0566-81-8880**

FAX 0566-83-7776

場所：知立市長篠町新田東11-32  
(ながしのの里内)

#### 担当エリア小学校区

☆知立西小学校 ☆猿渡小学校  
☆知立南小学校

## 知立市役所

**長寿介護課** 地域支援係 TEL 0566-95-0191 (認知症相談・介護予防)  
介護保険係 TEL 0566-95-0122 (介護保険申請・介護サービス)  
長寿係 TEL 0566-95-0150 (緊急通報装置等のサービス)

## その他の相談先

■ **認知症初期集中支援チーム** 知立市東部地域包括支援センター内  
医療・福祉・介護の専門職でご本人とご家族に必要な支援をいっしょに考えていきます。  
TEL 0566-82-8855

■ **認知症疾患医療センター** (予約制)  
愛知県から指定を受け、地域における認知症疾患診療の拠点として、他の医療機関・介護福祉施設と連携し質の高い診療と情報を提供します。

・ **八千代病院 愛知県認知症疾患医療センター** 安城市  
医療相談 TEL 0566-33-5556 受診予約 TEL 0566-97-8111

・ **国立長寿医療研究センター** 大府市  
予約センター TEL 0562-46-2547

※記載以外にも認知症外来のある医療機関、認知症サポート医、認知症学会専門医がいる医療機関があります。詳しくはお問い合わせ下さい。

【問い合わせ先】知立市役所 長寿介護課 地域支援係 TEL 0566-95-0191

■ **愛知県若年性認知症総合支援センター** (来所・訪問も可) 大府市  
TEL 0562-45-6207 (月～土 10時～15時)

■ **認知症介護相談**  
認知症の人と家族の会 愛知県支部 東海市 (月～金 10時～16時)  
TEL 0562-31-1911



「認知症に備える」

# 知立市もの忘れ ガイドブック

住み慣れた地域で  
自分らしく  
暮らし続けるために



情報は知立市ホームページからも  
ご覧いただけます



令和6年2月改定 知立市  
認知症ケアパス

## はじめに

高齢化が急速に進展する中、認知症は誰もが関わる可能性のある身近な病気となっています。わたしたち一人一人が、認知症について「じぶんごと」として知ることが大切です。

住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるよう、認知症の相談窓口や支援について知り、自分のこれからの暮らしを考えることで、認知症に備えましょう。



### Q. 認知症ってなに？

**A.** 認知症は、脳の病気や障害など様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態を言います。

認知症の種類は次のようなものがあります。

#### **アルツハイマー型**

認知症の中で最も多く、脳神経が変性して脳の一部が萎縮していく過程でおきる認知症です。

#### **血管性認知症**

脳梗塞や脳出血などの脳血管障害によっておきます。

#### **レビー小体型**

現実には見えないものが見える幻視や、手足が震えたり歩幅が小刻みになったりする症状が現れます。

#### **前頭側頭葉型**

感情の抑制がきかなくなるなどの症状が現れます。

## 「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違い

年をとればだれでも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが困難になったりしますが、「認知症」はこのような「加齢によるもの忘れ」とは違います。

例えば、体験したこと自体を忘れてしまったり、もの忘れの自覚がなかったりする場合は、認知症の可能性がります。

|          | 加齢によるもの忘れ（例）           | 認知症によるもの忘れ（例）                |
|----------|------------------------|------------------------------|
| 体験したこと   | 一部を忘れる<br>例) 朝ごはんのメニュー | すべてを忘れている<br>例) 朝ごはんを食べたこと自体 |
| もの忘れの自覚  | ある                     | ない（初期には自覚があることが少なくない）        |
| 探し物に対して  | （自分で）努力して見つけようとする      | 誰かが盗ったなどと、他人のせいにすることがある      |
| 日常生活への支障 | ない                     | ある                           |
| 症状の進行    | 極めて徐々にしか進行しない          | 進行する                         |

そして、症状が軽い段階のうちに認知症であることに気づき、適切な治療が受けられれば、薬で認知症の進行を遅らせたり、場合によっては症状を改善したりすることができる可能性があります。

（出典：政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/tokusyu/ninchisho/>）



### 早期発見・早期対応のメリット

- 1. 症状が軽い段階から、こころ・身体・生活の準備をすることができます。**  
ご家族はもちろん、医師や介護スタッフとも相談しながら、認知症の症状に向き合い、日常生活を維持する準備期間が重要です。
- 2. 進行を緩やかに、また、症状を軽快する治療薬の効果が期待できます。**  
薬の服用等を含めて早い時期からの治療開始が効果的といわれています。
- 3. 治療できる認知症やよく似た症状のある病気にも対応できます。**  
認知症の原因となっている病気によって治療法が異なります。

（出典：あいち地域包括ケアポータルサイト  
<https://www.aichi-chiikihoukatu-portal.jp/dementia/>）



## Q. 認知症に気づくポイントは？

A. 自分自身や周りの人について、「もしかして認知症では」と思われる症状があったら、チェックシートの質問をチェックしてみましょう。

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



3つ以上あてはまる場合は、相談窓口で相談されることをお勧めします。  
このチェック項目は認知症の診断をするものではありません。認知症の早期発見のきっかけとしてご利用ください。

(出典：あいち地域包括ケアポータルサイト  
<https://www.aichi-chiikihoukatu-portal.jp/dementia/check>)

## 受診メモ

あれ？と思ったことや、日常生活で心配なこと、受診のときに聞きたいことをまとめておきましょう。

## Q. どこに相談すればいいの？

A. 「家族が認知症かもしれない」などの心配は、かかりつけ医、地域包括支援センターへご相談ください。自分やご家族の認知症について一人で悩む必要はありません。いっしょにこれからの生活を考えていきましょう。

### 相談はお住いの地区の地域包括支援センターへ

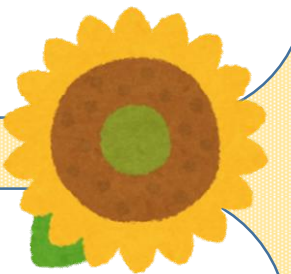
(認知症地域支援推進員がおり、相談・支援業務等を行っています。)

**知立市東部地域包括支援センター** TEL0566-82-8855

(知立小学校区・来迎寺小学校区・八ツ田小学校区・知立東小学校区)

**知立市西部地域包括支援センター** TEL0566-81-8880

(知立西小学校区・猿渡小学校区・知立南小学校区)



## ご本人・ご家族の集いの場所

開催日・来所予約等、お問い合わせは地域包括支援センターへ

### ひまわりカフェ

認知症のことを相談したい人・ご家族の人・地域の人など、どなたでも気軽にお立ち寄りください。専門職の相談もあります。

### 認知症のご本人の交流会「本人ミーティング」

認知症のご本人が集い、交流・情報交換をする場です。普段話せない気持ちを、仲間と話してみませんか？

### 認知症の人を介護する家族交流会

介護を担っている人のつながりの場です。誰かに相談したいこと、聞いてほしいこと、気軽に話してみませんか？

## 認知症の人と接するときの心がまえ

人の心情が様々であるのと同じように、認知症のご本人の心情も様々です。ご本人はこれまでの人生の中でいろいろな経験をしていらっしゃる。

「認知症の人」として見るのではなく、その人の人生や生活の中での役割を大切にし、ご本人やそのご家族を温かい目で見守り、心配りをするのが大切です。

# サービス・支援 早わかり表

認知症の進行に合わせて、いつ・どのようなサービスが利用できるかを示した「早わかり表」です。次ページの詳しい内容と併せて目安のひとつとしてください。

| 認知症の進行に応じた変化                                                                                                                                                                                                                                                                             | あれ？もの忘れかな？                                                                                                                                                                                      | 一人だとなんだか心配                                                                                                                                                                                                                                                  | 日常生活に手助けや介護が必要                                                                                                                                                                      | 常に介護が必要                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>本人の様子</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・約束事を忘れる。</li> <li>・「あれ」「これ」「それ」と言うことが増える。</li> <li>・忘れていてもヒントがあれば思い出せる。</li> </ul> <p>なんとなくおかしいと感じて不安になることも</p> <p>かかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう！</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・計画的な買い物ができない。</li> <li>・お札ばかりで支払い、小銭がたまる。</li> <li>・日時がわからなくなる。</li> <li>・食事を作る段取りができなくなる。火の消し忘れ。</li> <li>・探し物をする時間が増える。</li> <li>・薬を飲み忘れる。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・日にちや季節がわからなくなる。</li> <li>・道に迷うことがある。</li> <li>・家族の顔や人間関係がわからなくなる。</li> <li>・洋服の着方がわからない。</li> <li>・家の中のトイレの場所がわからない。</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・言葉による意思表示・理解が困難になる。</li> <li>・日中眠っていることが増える。</li> </ul>  |                                                                                                                      |
| <p>☆生活のポイント☆</p> <p>(準備しておくこと)</p>                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>☆地域の人とのつながりや今までやってきたことを大切に、続けましょう。</p> <p>☆認知症や介護保険のことを相談しましょう。</p>                                       | <p>☆介護サービスの利用や本人・家族の会に参加し、仲間や協力者をつくりましょう。</p> <p>☆今後の将来設計（介護、金銭・財産管理）の備えをしましょう。</p>                                                                                                                                                                         | <p>☆介護サービスや施設などの情報を収集しましょう。</p> <p>☆なるべく本人・家族お互いの時間をつくりましょう。</p>                                                                                                                    | <p>☆看取りをどう迎えるか話し合っておきましょう。</p>  |
| 予 防                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 高齢者サロン・老人クラブ・介護予防教室                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
| 医 療                                                                                                                                                                                                                                                                                      | かかりつけ医 認知症サポート医 認知症疾患医療センター                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
| 介 護                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 訪問看護、訪問診療                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
| 生活支援<br>家族支援                                                                                                                                                                                                                                                                             | 介護予防・介護サービス（デイサービス、ホームヘルパー、お泊りサービス、福祉用具貸与、住宅改修など）                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 緊急通報装置システム                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 宅配給食サービス（安否確認）                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 民生委員、いまどこネット（徘徊高齢者等見守りネットワーク）                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          | ひまわりカフェ、認知症のご本人の交流会、介護家族交流会                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 日常生活自立支援事業（お金や印鑑の管理等支援）                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             | 成年後見制度（財産や権利を守る制度）                                                                                                                                                                  |                                                                                                                      |
| 住まい                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ケアハウス（自立した方向けの施設）                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                             | グループホーム、介護老人保健施設                                                                                                                                                                    |                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 特別養護老人ホーム                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                          | サービス付き高齢者向け住宅・有料老人ホームなど                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                      |

# 主な支援内容



利用のご相談は地域包括支援センター・知立市役所  
長寿介護課へ 連絡先は裏表紙(P.11)をご覧ください。

## 予防

### ・高齢者サロン 老人クラブ

閉じこもり予防、生きがいづくりのため身近な地域で運動やレクリエーション、交流活動を行っています。

### ・介護予防教室

運動や栄養、認知症などの介護予防教室を開催しています。

### ・認知症サポーター養成講座・オレンジメイト育成研修

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り支えていく人を養成します。

## 医療

### ・かかりつけ医

日常的な医療や健康管理をしてくれる医師です。ささいな変化や悩みも相談できます。

### ・認知症サポート医

認知症の人の診察に習熟し、かかりつけ医への助言や支援を行い専門医療機関や地域包括支援センター等と連携の推進役となる医師です。

### ・認知症疾患医療センター

認知症診療の拠点として、他の医療機関や介護福祉施設と連携し、質の高い診療と情報を提供します。

### ・訪問看護

看護師が訪問して、医師と連携をとりながら療養上の支援や診療の補助を行います。

## 介護

### ・通所系サービス（デイサービス・通所リハビリテーションなど）

デイサービスセンター等で食事・入浴などの介護サービスや機能回復訓練を日帰りで受けられます。

### ・訪問系サービス（ホームヘルパー・訪問リハビリなど）

ホームヘルパー等が訪問し、身体介護や家事援助などのサービスが受けられます。

### ・お泊りサービス（ショートステイなど）

介護老人福祉施設などに短期入所して、食事・入浴・排泄などの介護サービスや機能回復訓練が受けられます。

### ・福祉用具貸与・購入・住宅改修

杖・手すり・スロープなどのレンタル、住宅改修の補助が受けられます。

### ・小規模多機能型居宅介護

通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊りのサービスを組み合わせ、多機能なサービスが受けられます。

## 生活支援・家族支援・安否確認・権利を守る

### ・緊急通報装置システム（知立市役所 長寿介護課 95-0150）

ボタンを押すだけで、緊急時の連絡調整ができる装置を貸与します。

### ・宅配給食サービス（知立市役所 長寿介護課 95-0150）

調理が困難な一人暮らしの人や高齢者のみ世帯に昼食または夕食を届けるとともに、安否確認を行います。

### ・民生委員

地域の身近な相談窓口として市や地域包括支援センターなどと連携しながら活動をしています。

### ・いまどこねっと（徘徊高齢者見守りネットワーク）（知立市役所 長寿介護課 95-0150）

行方不明の際、身体的特徴や服装等の情報を登録サポーターにメール配信し、捜索の協力を依頼します。

### ・ひまわりカフェ

認知症のことを相談したい人・ご家族の人・地域の人などが集まる場です。専門職への相談もできます。

### ・認知症のご本人の交流会「本人ミーティング」

認知症のご本人が集い、交流・情報交換をする場です。

### ・介護家族交流会

認知症の人の介護を担っている家族等が互いに悩みを相談し、情報交換をする場です。

### ・日常生活自立支援事業

判断能力が不十分となった人が地域で自立した生活が送れるよう、利用者との契約に基づきお金や印鑑などの管理、福祉サービスの手続きを支援します。

### ・成年後見制度

判断能力が不十分となった人が財産管理や契約で不利益を被ったり、権利や尊厳が侵害されたりすることのないように、家庭裁判所に選ばれた後見人によって支援をする制度です。

## 住まい

### ・ケアハウス（軽費老人ホーム）

掃除、洗濯などの生活支援サービスや食事の提供、緊急時の対応などが提供される施設です。

### ・グループホーム（認知症対応型共同生活介護）

認知症の人が共同生活できる場で、食事・入浴・排泄などの介護や機能訓練などのサービスが受けられます。

### ・介護老人保健施設

常時介護が必要な人が対象の施設で、医学的な管理のもとで介護、看護、リハビリが受けられます。

### ・特別養護老人ホーム

ねたきりなど、常時介護が必要で、自宅では介護を受けることができない人が対象の施設です。介護や日常生活上の世話などが受けられます。

### ・サービス付き高齢者住宅

高齢者向けの賃貸住宅に安否確認・生活相談サービスがついています。外部の介護サービスが利用できます。

### ・有料老人ホーム

食事や見守りなど生活支援サービスがついています。外部の介護サービスが利用できます。

## 認知症に備えて

# これからどんな暮らしがしたいですか？

自分のためにも ご家族のためにも いざというときのために今考える

自分の望む人生を自分らしく歩むために、これからあなたが希望する生き方について、今の気持ちを書き記してみましょ。また、書いたことをもとに、ご家族や医療・介護の専門職などの周りの人と話し、理解してもらうことも、自分らしく生きるためにはとても大切なことです。周りの人と相談しながら書いても良いでしょう。気持ちが変わったときにはその都度書き直しましょう。

### 記入した日

年 月 日

### 記入した人（名前）

### 今の自分について

好きなこと・趣味は何ですか？

今やりたいことは何ですか？

### これからの暮らし方

どんな暮らしをしたいですか？

### 介護が必要になったら

生活したい場所

- なるべく自宅を希望する
- 施設（希望場所があれば： ）
- 家族等にまかせる
- その他（ ）

### 判断能力が低下したら

財産管理をお願いしたい人

- 配偶者（名前： ）
- 子ども（名前： ）
- その他（名前： ）
- ※その他 任意後見人 代理人 特に契約はしていない

### 病気になったら

延命治療について

- できるだけ延命治療をしてほしい
- 延命よりも、痛みや苦しみを取り除く医療をしてほしい
- 回復の見込みがなければ延命治療はしないしてほしい
- その他（ ）

私が判断できないとき、私の治療方針については

（名前： ）（続柄： ）（連絡先： ）の意見を尊重して決めてください。

### その他、書き留めておきたいことなど

