

忍野村 認知症 ケアパス

認知症になっても
住み慣れた地域で
暮らし続ける
ために

「認知症ケアパス」 とは…

「認知症かな？」

「認知症どんな病気」

「認知症の相談先は？受診は？」

「認知症と診断されたけど、将来は？」

と思ったとき、認知症の進行状況に合わせて、
いつ、どこで、どのような医療や介護サービス
などが利用できるかを示した
ガイドブックです。



もくじ	
認知症を知ろう	2
認知症の早期発見・早期受診	4
認知症に早く気づこう	6
認知症の人への接し方	7
「認知症ケアパス」一覧表	8
認知症ケアパス一覧の支援内容	10
忍野村医療・介護資源マップ	14

認知症を知ろう



●認知症は脳の病気です

認知症とは、いろいろな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力などが低下し、日常生活に支障が出る状態で、通常の老化による衰えとは違います。

脳の働きが悪くなって認知症は起こりますが、その原因は様々あり、症状の現れ方にも特徴があります。主な原因としては次の3つがあげられます。

アルツハイマー型認知症

いちばん多い認知症です。脳内で異常なたんぱく質がつくられ、脳の細胞の働きが少しずつ失われて死んでいき、脳が萎縮して機能が全般的に低下していきます。脳内の変化は、記憶障がいなど具体的な症状が出る何年も前から起きているといわれ、徐々に進行していきます。早期の発見が重要です。

症状や傾向

- 女性に多い
- ゆっくりと症状が進行する
- 機能低下は全般的に進む
- もの忘れの自覚がなくなる
- 初期には麻痺など神経障がいは少ない
- 人格が変わることがある
- 画像診断で脳の萎縮がわかることがある

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血など脳血管疾患のために、脳の細胞の働きが失われることで発症します。画像診断で発見しやすいタイプで、損傷を受けた脳の部分の機能は失われますが、脳全体の機能が低下することは少ない病気です。片麻痺や言語障がいなど身体症状が多くみられ、脳梗塞の再発で段階的に進みます。

症状や傾向

- 男性に多い
- 再発のたび段階的に進行する
- 機能低下はまだらに起こる
- 初期にはもの忘れの自覚がある
- 片麻痺など神経障がいが起こりやすい
- 人格は比較的保たれる
- 画像診断で梗塞などの病巣が確認できる

レビー小体型認知症

脳内に「レビー小体」という特殊な物質が蓄積された結果、脳の細胞が損傷を受けて発症する認知症です。手足のふるえ、筋肉の硬直などの症状や、もの忘れとともに生々しい幻視（その場にはないものがあるように見える）があらわれるのが特徴です。アルツハイマー型認知症より比較的早く進行します。

症状や傾向

- 男性に多い
- なだらかに症状が進行する
- 機能低下は全般的に進む
- 初期にはもの忘れの自覚がある
- 筋肉の硬直などが起こりやすい
- 生々しい幻視があらわれる
- 画像診断では脳の萎縮が軽い

※このほかにも、脳の外傷や腫瘍、感染症などさまざまな病気が原因となって脳に障がいが起こり、認知症を引き起こします。

●どんな症状が起こるのでしょうか

認知症になると記憶力や判断力などが衰えます。これが認知症という病気の本質なので「中核症状」といわれます。また、中核症状をもとに、本人の性格や周囲との関わり方、その人のおかれている環境などが関係して引き起こされる症状を「行動・心理症状」といい、妄想や抑うつなど人それぞれ現れ方は違います。

中核症状

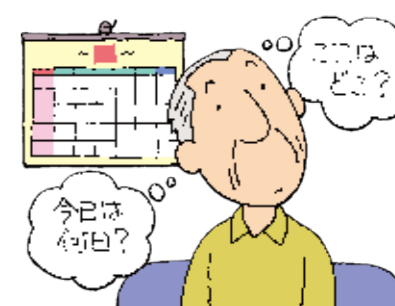
記憶障がい

新しい体験の記憶や、知っているはずの記憶の呼び覚ましが困難になる。



見当識障がい

時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握が困難になる。



実行機能障がい

旅行や料理など計画や手順を考え、それにそって実行することが困難になる。



理解・判断力の障がい

2つ以上のことの同時処理や、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる。



失認

周りの状況を把握する機能が低下し、知っているはずのものが認知できなくなる。



失行

身につけた一連の動作を行う機能が低下し、できていたことが行えなくなる。



中核症状に、本人の性格、周囲との関わり方、おかれている環境などが影響

行動・心理症状

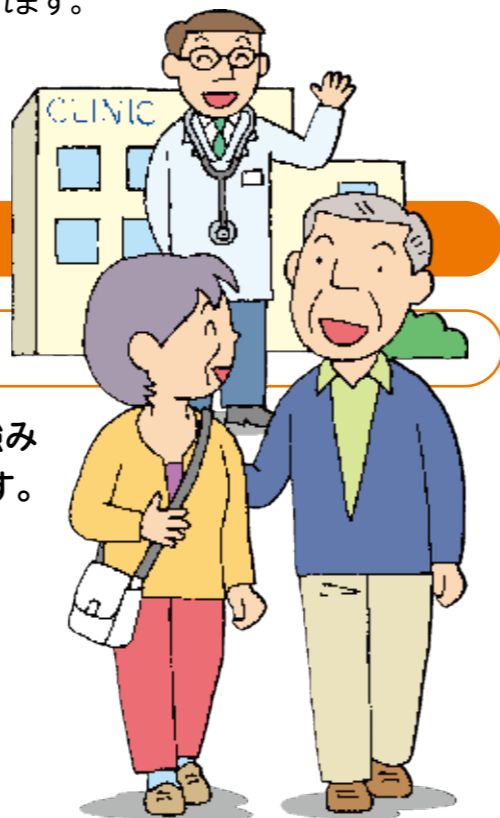
行動・心理症状は、適切な治療や周囲のサポートで認知症の方が感じている精神的なストレスなどを取り除くことによって、ある程度の予防や緩和が可能です。

- 妄想
- 徘徊
- 便をいじるなど排せつの混乱
- 過食など食行動の混乱
- 幻覚
- 無気力
- 攻撃的な言動
- 抑うつ
- など

認知症の早期発見・早期受診

早期受診はメリットが大きい

- 発症の原因によっては、早い段階で治療を始めれば回復が期待できる場合もあります。
- 早期の対応で、その後の症状の緩和や進行の遅延が期待できます。
- 今後の生活の備えや、もしもの時の話し合いを余裕をもって進められます。



受診のコツを知っておこう

コツ①まずかかりつけ医に相談

かかりつけ医には、本人や家族を日頃から知っている強みがあります。必要に応じて専門医療機関を紹介してくれます。

本人と家族に心強い、かかりつけ医

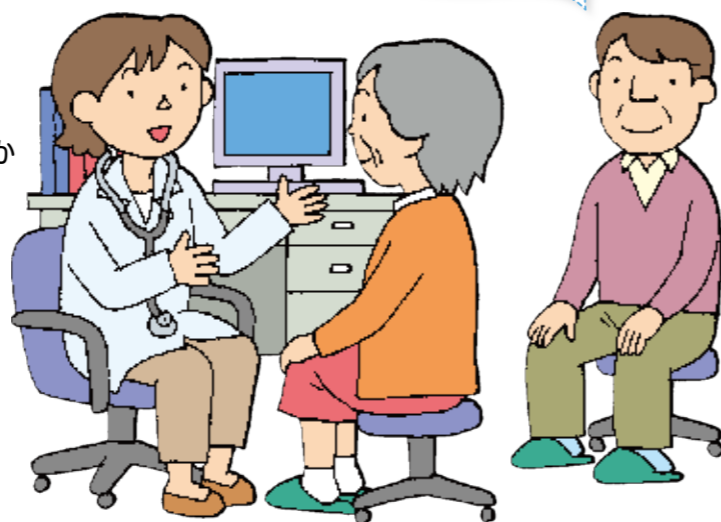
- 早期段階での発見や気づき
- 専門医療機関の受診の勧め、紹介
- 日常的な身体疾患の治療や健康管理
- 本人や家族の不安の理解、アドバイス
- 地域の認知症介護サービス機関との連携 など

コツ②気になることをまとめておく

診断に欠かせないのが、本人や家族からの情報です。本人の話はもちろん、家族からの視点、それぞれの話の食い違いなども重要な手がかりになります。医師に伝えたい内容をまとめておくとスムーズです。

事前に整理しておくポイント

- 性格や習慣などにどんな変化がいつ頃から現れたか
- 具体的に困っている症状は何か
- 日や時間帯によって変化があるか
- 既往歴(高血圧や糖尿病など)があるか
- 飲んでいる薬とその服用期間 など



本人のことをよく知る身近な人の付き添いは重要なポイントです

コツ③受診へのためらいを上手にとる

本人も納得して受診することがベストですが、ためらいがある場合や、自覚がない場合は、表現を工夫してみましょう。

本人に自覚があるなら



早く発見できれば治るかもしれないし進行も遅らせられます

何かの病気かもしれないから検査してみましょう

ずっと元気でいてほしいから受診してください



本人に自覚がないなら



私の健康診断に付き合ってください

一緒に健康チェックに行きましょう

検診の案内が来ているので受けに行きましょう



本人が受診を拒んだときは

認知症は、新しく体験したことを忘れてしまう症状があります。それゆえ、物忘れをしていること自体を自覚していません。家族や周囲の人が「(物忘れが心配だから)病院に行きましょう」と勧めても、「自分はおかしくないから病院に行く必要はない」と頑なに拒むことがあります。

自分ではおかしいと思っていないのに周囲から何度も受診を勧められたり、強引に病院に連れて行かれそうになれば、プライドを傷つけられ、不信感をあおることになり、さらに受診が困難になります。

どうしても受診してくれない時は、本人が一番信頼している人や同居以外の家族、かかりつけ医から勧めてもらったり、家族だけで専門医療機関の外来を訪れて相談する方法もあります。



認知症に早く気づこう

● 認知症が疑われるサイン

以下のチェックリストを参考に「認知症かもしれない」というサインに早めに気づき、かかりつけ医や市役所・地域包括支援センター等に相談しましょう。認知症による変化は、本人よりも周囲の人が気づきやすいことも多いので、身近な家族などが一緒にチェックしましょう。

直前にしたことや話したことを忘れてしまうようになった。



同じことを何度も言ったり、聞いたり、したりするようになった。



置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探しものをしている。



知っているはずの人やものの名前が出てこなくなった。



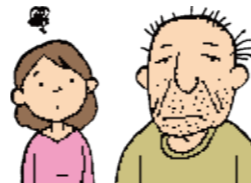
つじつまの合わない作り話をするようになった。



以前に比べ、ささいなことで怒りっぽくなった。



おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった。



今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった。



外出したり、人と会ったりするのをおっくうがり、嫌がるようになった。



今までできていた家事、計算、運転などのミスが多くなった。



日付や時間を間違えたり、慣れた道で迷ったりするようになった。



財布が見当たらないときなど、盗まれたと人を疑うようになった。



「MCI (軽度認知障害)」の発見と対処が重要です

「軽度認知障害 (MCI)」とは、いわば認知症の前段階で、軽い記憶障害などはあっても基本的に日常生活は大きな支障なく送れる状態です。この段階で発見して適切に対処すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を予防、または先送りできるといわれています。ちょっとした異変のサインを見逃さないようにしましょう。

認知症の人への接し方

認知症の人と接するには、その気持ちや行動への理解が必要です。認知症について理解していないと、「何度言ったらわかるの!」「どうしてそんなことをするの!」など認知症の人を傷つけたり、怒鳴ったりしてしまいます。すると、認知症の人は追い詰められ、症状が悪化し、悪循環をまねくことになってしまいます。

接し方の基本

ポイント① 気持ちによりそい自尊心を傷つけない

一見理解できない行動にも本人なりの理由があります。頭ごなしに否定したり怒ったり、子ども扱いしたりすると自尊心を傷つけてしまいます。本人の気持ちを理解できるように努め、その気持ちに寄り添った対応を心がけましょう。



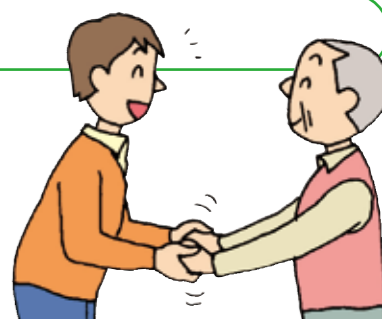
ポイント② 本人のペースにあわせる

認知症になってもゆっくりであればできることも多いので、本人の様子をよく見て、焦らせたり急がせないようにしましょう。また、一度にたくさんのことを言うと認知症の人を混乱させてしまいます。ゆっくりとシンプルに、分かりやすく伝えることを心がけましょう。



ポイント③ 笑顔で明るく接する

理解はできていなくても表情や感情は伝わります。笑顔で接することで認知症の人でも安心できます。対応に困ってもなるべく笑顔で接するよう心がけてください。



具体的な対応の7つのポイント

- ① まずは見守る
- ② 余裕をもって対応する
- ③ 声をかけるときはひとりで
- ④ 後ろから声をかけない
- ⑤ 相手の目線に合わせてやさしい口調で
- ⑥ おだやかに、はっきりした滑舌
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

出典:認知症の人への対応 ガイドライン



「認知症ケアパス」一覧表

「認知症ケアパス」は、認知症の進行状況にあわせて、いつ、どこで、どのような医療や介護サービスなどが利用できるかを示したものです。なお、認知症の状況は個人により異なります。今後、予想される症状や状態の変化の目安として参考にしてください。

認知症の段階	認知症はない	軽度	中等度		重度		
	健康	MCI (軽度認知障害)	②症状があっても日常生活は自立	③見守りがあれば日常生活は自立	④日常生活に手助けや介護が必要	⑤常に介護が必要	
本人の様子	年齢相応のもの忘れ	①認知症の疑い	②症状があっても日常生活は自立	③見守りがあれば日常生活は自立	④日常生活に手助けや介護が必要	⑤常に介護が必要	
認知症の方や家族を支援する体制	<ul style="list-style-type: none"> • もの忘れは多少あるが日常生活は自立している • 認知症ではない 	<ul style="list-style-type: none"> • 気になるもの忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成などを含め、日常生活は自立している 	<ul style="list-style-type: none"> • 買い物や事務、金銭管理などにミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している 	<ul style="list-style-type: none"> • 服薬管理ができない、電話の応対や訪問者の対応などが1人では難しい 	<ul style="list-style-type: none"> • 着替えや食事、トイレなどがうまくできない 	<ul style="list-style-type: none"> • 日常生活のほとんどに介護が必要になる • 会話などのコミュニケーションが難しくなる 	<ul style="list-style-type: none"> • ほぼ寝たきりで日常生活のすべてに介護が必要になる • 意思の疎通が難しくなる
相談 10ページ	1 忍野村地域包括支援センター 2 忍野村役場(福祉保健課) 3 認知症初期集中支援チーム 4 ケアマネジャー(介護支援専門員)						
医療 10ページ	5 認知症疾患医療センター 6 認知症サポート医 7 かかりつけ医 8 かかりつけ薬局						
予防 11ページ	9 介護予防事業 ● にこにこ教室 ● たいそう教室 ● 運動教室(からだ元気教室・貯筋会) ● 認知症予防教室(脳若返り教室) ● 閉じこもり予防教室(はつらつサロン) ● いきいき百歳体操						
生活支援 11ページ	10 認知症サポーター 11 高齢者等外出支援サービス事業 12 高齢者等買い物支援サービス事業 13 配食サービス 14 緊急通報システム 15 理髪サービス 16 紙おむつ支給 17 寝具クリーニング 18 ボランティアの派遣 19 除雪 20 認知症高齢者等GPS購入費等助成事業						
介護 12ページ			21 日常生活自立支援		22 成年後見制度相談支援		
			23 通所介護(デイサービス) 24 通所リハビリテーション(デイケア) 25 訪問リハビリテーション 26 居宅療養管理指導 27 短期入所生活介護・短期入所療養介護(ショートステイ) 28 訪問看護 29 訪問介護		30 訪問入浴介護		
家族支援 13ページ	31 家族介護者等交流会 32 山梨県支部富士北麓地域はまなしの会						
住まい 13ページ			33 福祉用具の貸与費、購入費の支給 34 住宅改修費の支給				
	35 サービス付き高齢者向け住宅 36 軽費老人ホーム(ケアハウス)		37 グループホーム 38 介護老人保健施設				
	39 養護老人ホーム				40 特別養護老人ホーム		

※サービス名の前に記された数字は10～13ページの番号と一致します。

「認知症ケアパス」一覧の支援内容

相談

1 忍野村地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者のみなさんを、介護・福祉・健康・医療などを総合的に支援する相談窓口です。認知症が心配になったら、地域包括支援センターにご相談ください。認知症地域支援推進員が配置されています。

問合せ先 ☎0555-20-5211 (忍野村保健福祉センター内)

2 忍野村役場 福祉保健課

問合せ先 ☎0555-84-7795 (忍野村保健福祉センター内)

3 認知症初期集中支援チーム

専門医と医療・介護福祉の専門職（看護師、社会福祉士、介護福祉士、保健師など）からなる認知症の専門知識と豊富なケア経験を持つチームです。早期に専門医療機関の受診・治療につなげ、適切な医療や介護が受けられるよう支援します。

4 ケアマネジャー（介護支援専門員）

介護サービス全般を支援する専門員です。サービスの利用に関する相談や、ケアプランの作成、サービス事業者との連絡・調整を行います。



医療

5 認知症疾患医療センター

認知症の専門的な診断や相談を行うための医療機関として、山梨県から指定を受けた病院です。

- 回生堂病院 0554-43-0101
- 日下部記念病院 0553-22-0536

6 認知症サポート医

認知症の専門講習を受講された医師のいる医療機関です。

- くわざわクリニック ☎0555-30-0133
- 富士吉田市立病院 ☎0555-22-4111

7 かかりつけ医

患者さんの身近にいて、病気の相談を受け、正確に病状を説明します。また、必要な時には専門医療機関（認知症疾患医療センター、もの忘れ外来）を紹介します。

8 かかりつけ薬局

薬の飲み方や管理の仕方について相談できます。



予防

9 介護予防事業

- にこにこ教室 ● たいそう教室
- 運動教室（からだ元気教室・貯筋会）
- 認知症予防教室（脳若返り教室）
- 閉じこもり予防教室（はつらつサロン）
- いきいき百歳体操 申し込み不要

問合せ先 忍野村地域包括支援センター ☎0555-20-5211 (忍野村保健福祉センター内)



生活支援

状態や症状に応じて利用できるサービスがあります。利用料や要件はサービスで異なりますのでお問い合わせください。

問合せ先 忍野村地域包括支援センター
☎0555-20-5221 (忍野村保健福祉センター内)

10 認知症サポーター

● 認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、接することができる認知症サポーターの養成講座を地域や団体の開催希望により実施しています。



11 高齢者等外出支援サービス事業

公共交通機関の利用が困難な高齢者がタクシーを利用して自宅から医療機関や官公庁へ行く場合に、その料金の一部を助成します。サービス利用の決定があった月から、1ヶ月あたり4枚利用券を交付します。

12 高齢者等買い物支援サービス事業

日常生活に必要な食料品や日用雑貨品等の買い物が困難な状況にある高齢者等をワゴン車等への乗り合いで、1ヵ月に1回運行し、自宅と村内スーパーとの送迎を行う買い物支援サービスを開始します。

13 配食サービス

食事が不規則になりがちな高齢者に昼食を届け、安否の確認を行います。

14 緊急通報システム

緊急通報装置(電話機・ペンダント)を設置します。緊急時にボタンを押せば安全センターに通報が届きます。安全センターでは通報を受信すると利用者宅へ電話し、電話に出ないなどの異常がある場合は消防本部、忍野村協力員などが交互に密接な連絡をとりながら、救助・援助を行います。

15 理髪サービス

村内理容組合が出張により理容を行います。利用の際は、理容券を年間最大6枚、2回に分けて発行します。

16 紙おむつ支給

現在使用しているおむつを一部支給します。

17 寝具クリーニング

掛・敷布団、毛布各1枚のクリーニングを行います。

18 ボランティアの派遣

ボランティアによる軽易な生活の援助（買い物など）を行います。

19 除雪

大雪により除雪が困難である方を対象に、必要に応じて生活道（庭を含まない）の除雪作業を重機で行います。

20 認知症高齢者等GPS購入費等助成事業

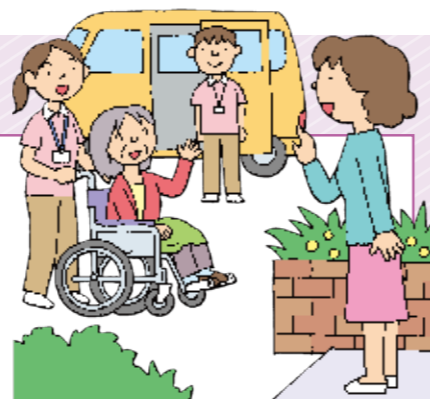
GPSを活用した専用端末装置及び付属品を購入するための初期費用の一部を助成します。購入前、事前に相談して下さい。

21 日常生活自立支援

判断能力が不十分で、適切な福祉サービスを受けることができない方のために、福祉サービスの利用手続きを援助したり、日常的な金銭管理のお手伝いなどを行い、地域で自立した生活が送れるよう支援します。

22 成年後見制度相談支援

認知症や知的・精神障がいなどにより、判断能力が不十分な方の「生活」や「財産」に関する不安や困りごとのほか、成年後見制度の利用等について相談できます。



介護

詳しい内容は、担当のケアマネジャー、地域包括支援センター、忍野村役場福祉保健課にお問い合わせください。

23 通所介護（デイサービス）

食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のための支援を行うほか、認知症の状態に合わせたサービスを提供します。

24 通所リハビリテーション（デイケア）

食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションを行うほか、その人の目標に合わせた選択的なサービスを提供します。

25 訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が自宅を訪問し、生活行為の向上を目的としたリハビリテーションを行います。

26 居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士などが居宅を訪問し、医学的な管理や指導を行います。

27 短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）

介護老人保健施設や特別養護老人ホームなどに短期間入所し、食事・入浴などの介護や機能訓練を行います。

28 訪問看護

看護師が自宅を訪問し、疾患などを抱えている人に、療養上の世話や診療の補助を行います。

29 訪問介護

ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴、排せつ、食事などの身体介護や調理、洗濯などの生活援助を行います。

30 訪問入浴介護

移動入浴車などで自宅を訪問し、入浴の介助を行います。

家族支援

31 家族介護者等交流会

家族を介護されている方を対象に、同じ悩みや体験などを話し合える場として、交流会や介護教室を開催します。

32 山梨県支部富士北麓地域はまなしの会

認知症高齢者の介護者同士が互いに支え合い、地域住民に認知症について理解してもらうための活動を行っています。定例会や講演会等の開催、相談活動、機関紙の発行等を行っています。

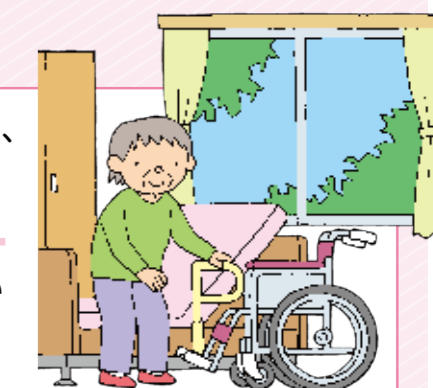


住まい

各サービスには対象要件がありますので、担当のケアマネジャー、地域包括支援センター、福祉保健課にお問い合わせ下さい。

33 福祉用具の貸与費、購入費の支給

在宅介護に必要な福祉用具の貸与（レンタル）および、貸与になじまない入浴（いす・手すり）や排せつ（便座）などの補助用具購入に対して、申請により貸与費および購入費の9割（または8割、7割）を支給します。



34 住宅改修費の支給

自宅で生活している要支援・要介護に認定されている人の生活環境を整えるために施工する小規模な住宅改修に対して、申請により住宅改修費の9割（または8割、7割）を支給します。

35 サービス付き高齢者向け住宅

安否確認や生活相談の援助が受けられる高齢者向けの住宅です。その他の生活支援や介護・医療サービスの内容は事業者によって異なります。

36 軽費老人ホーム（ケアハウス）

身体機能の低下により独立した生活に不安があり、家族の援助を受けることが困難な高齢者を対象に、入所により日常的な便宜の供与や生活相談などのサービスを提供する施設です。

37 グループホーム

認知症のための介護を必要とする人が、共同生活をする住宅で、家庭的な雰囲気のもとに日常生活上の世話や機能訓練などのサービスを受けられます。

38 介護老人保健施設

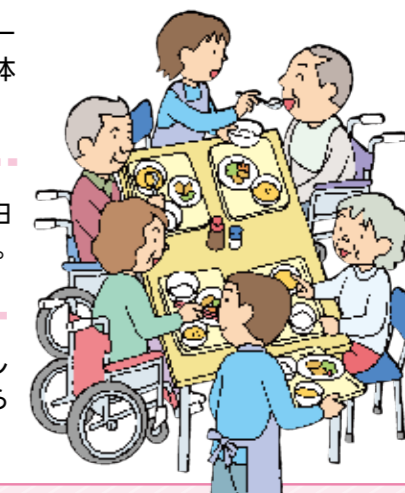
病状が安定している人に対し、医学的管理のもとで看護、介護、リハビリテーションを行う施設です。医療上のケアやリハビリテーション、日常的介護を一体的に提供し、家庭への復帰を支援します。

39 養護老人ホーム

原則として65歳以上で、身寄りがないか、家族と一緒に生活できない理由（心身または環境上の理由および経済的な理由）のある方を対象としています。

40 特別養護老人ホーム

日常生活において常に介護が必要で、自宅では介護が困難な人が入所します。食事、入浴、排せつなどの日常生活の介護や療養上の世話が受けられます。（原則要介護3以上の方が対象です）



認知症のかたは 忘れる のではないのです
今の記憶がない そして 過去の記憶を徐々に失っていくのです

想像してください

ご飯が炊けている でも誰が炊いたかわからない
窓が開いている でも誰が開けたかわからない
荷物がある なんてこんなところにあるんだろう
家族はあなたがしていたと

全く身に覚えのないことを言われた瞬間の 驚き 不安 恐怖
あなたの知らないあなたがそこにいるような
誰かがそこにいるような

理解してください

今の記憶だけではないのです
自分がこれまで生きてきた記憶を徐々に失っていく
自分の年齢や 今いる場所さえあいまいになるのです

あなたならどうですか

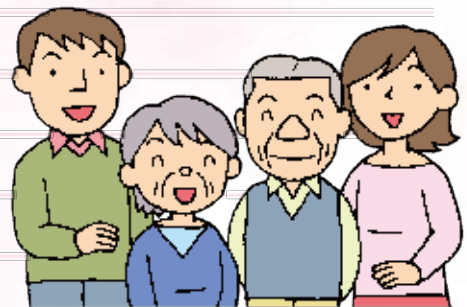
朝 知らない人がご飯を作っている
自分に向かって「食べよう」と話しかけてくる
入浴していると 知らない人が「背中を洗ってあげる」と入ってくる
そばにいる 笑顔で話しかけてくるこの人は誰？
そこはかとな不安 そして恐怖
すぐにそこから逃げ出したくなるような

忘れないでください

目の前にいる認知症のかたは 一生けんめい人生を生き抜いてきたことを
そして今 ほっと一息つかれているのです
そこに 少しだけ力を貸してあげてください
あなたが生まれてから たくさんの力を貸してもらったことを
あなたには多くの記憶があります

毎日ご本人と向き合わないといけない苦労は
並々ではないと思います
ただ ほんの少し 認知症のかたの
うまく表せない思いをくみとってください

寄り添ってください



〔認知症専門医より〕

このパンフレット
に関する
お問い合わせ

▶ 忍野村役場 地域包括支援センター

〒401-0511 山梨県南都留郡忍野村忍草1445-1(保健福祉センター内)

電話：0555-20-5211 FAX：0555-84-1036