

～認知症の人と家族を地域で見守り支える～

認知症ケアパス

(第4版)

認知症ケアパス (care pathway) 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ように、認知症の進行や状態に合わせて受けられる医療・介護・福祉サービスなどを示したものです。

早く気づいて受診することや適切な対応をすることでその人らしい生活が長く維持できます。

いつも「あれがない」「これがない」と探している



趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった



同じ食材を買い込む



ささいなことで怒りっぽくなった



1つでもあてはまる場合は、認知機能衰えのサインがかもしれません。
医師や地域包括支援センターなどに早めに相談しましょう。

会津若松市

認知症の方の様子の変化と家族の心構え

認知症はゆるやかに進行し、症状が変化していきます。
 家族や周囲の人が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。


認知症と診断されても、あわてて騒がないことが第一です。
 本人も戸惑い、混乱しています。
 ゆっくりと温かく見守ることで、穏やかに過ごすことが可能です。

	気づきの時期 (変化が起きた時)	発症した時期 (日常生活で見守りが必要)	症状が多発する時期 (日常生活に手助け・介護が必要)	身体面の障害が複合する時期 (常に介護が必要)	終末期	
本人の様子	会話など	<ul style="list-style-type: none"> 約束を忘れることがある いつも「あれがない」「これがない」と探している 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる 不安や焦りがあり、怒りっぽくなる 	<ul style="list-style-type: none"> 時間や日にちがわからなくなる 同じことを何度も言ったり聞いたりする 	<ul style="list-style-type: none"> 電話の対応や訪問者の対応が1人では難しくなる 文字が上手に書けなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> 質問に答えられない 会話が成立しなくなる 家族の顔や名前がわからなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> 表情が乏しくなる
	食事調理	<ul style="list-style-type: none"> 食事の内容を忘れることがある 	<ul style="list-style-type: none"> 食事したことを忘れる 調味料を間違える 同じ料理が多くなる 	<ul style="list-style-type: none"> 電子レンジが使えなくなる 鍋を焦がすことが多くなる 同じ食材を買い込む 	<ul style="list-style-type: none"> 食べ物でないものを口に入れる 	<ul style="list-style-type: none"> 食事介助が必要となる 飲み込みが悪くなる 誤嚥や肺炎を起こしやすい
	着替え		<ul style="list-style-type: none"> 同じものばかりを着ている ボタンをかけ違える 	<ul style="list-style-type: none"> 入浴をいやがる 服が選べない 	<ul style="list-style-type: none"> 着替えができなくなる 季節や場所に合わない服装をする 	
	お金の管理 買い物	<ul style="list-style-type: none"> お金の管理や書類作成はできる 	<ul style="list-style-type: none"> 買い物で小銭が使えない 町内会費を何度も持ってくる 通帳などの保管場所がわからなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> 同じものばかりを買う 財布や通帳を盗られたなどの妄想がある 		
	服薬 排泄 外出 など	<ul style="list-style-type: none"> たまに薬の飲み忘れがある 	<ul style="list-style-type: none"> ゴミ出しができなくなる 回覧板が回せなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> たびたび道に迷う 薬の飲み忘れが目立つ 失禁で汚れた下着を隠す 	<ul style="list-style-type: none"> 自分がいる場所がわからなくなり家に戻れなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> 尿や便の失禁が増える 寝たきりになる
本人の思い	<ul style="list-style-type: none"> これからどうなるのか不安なとき、周りから「もっとしっかりして」といわれると苦しい 	<ul style="list-style-type: none"> できないことも増えるが、できること できないことで一番困ることは新しい時間の感覚がないこと 	<ul style="list-style-type: none"> こともたくさんあることを知ってほしい 場所には一人では行けないこと 	<ul style="list-style-type: none"> 症状がかなり進んでも何もわからない人と思えないでほしい 言葉で自分の状態を表現できなくても顔や表情から、快・不快をくみとってほしい 		
家族の心構え	<ul style="list-style-type: none"> 家族や周りの人の「気づき」がとても大事です 何か様子がおかしいと思ったら、かかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう(連絡先:裏表紙) 認知症サポーター養成講座(9ページ)などで、認知症に関する正しい知識や理解を深めておきましょう 本人の不安に共感しながらさりげなく手助けしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> できないことや間違いがあっても責めたり否定したりしないようにしましょう 火の不始末や道に迷うなどの事故に備えて安全対策を考えておきましょう 一人で悩みを抱え込まず身近な人に理解してもらいましょう 今後の生活設計について話し合っても参加するとよいでしょう 	<ul style="list-style-type: none"> 食事、排泄、清潔などの支援が必要になり、合併症が起きやすいことを理解しましょう どのように終末期を迎えるか家族間でよく話し合っておきましょう 一人で介護を抱え込まないように介護サービスや医療サービスを活用しましょう 介護者の気持ちを共有できる場所「認知症カフェ」(7~8ページ)などを活用しましょう 			

認知症の状態に合わせて利用できる支援の一覧表

認知症の介護は、介護する人がストレスをためないことが大切です。
1人で抱え込まず、手助けする人とつながりましょう。

会津若松市では、認知症の人や介護する家族などを支援する体制の充実を推進しています。
認知症の状態に合わせ、介護保険サービスや公的サービス、その他の支援を上手に利用しましょう。

	認知症の予防の時期 気づきの時期 (変化が起きた時)	発症した時期 (日常生活で見守りが必要)	症状が多発する時期 (日常生活に手助け・介助が必要)	身体面の障害が複合する時期 (常に介護が必要)	終末期		
相談	地域包括支援センター・市役所高齢福祉課・認知症疾患医療センター・ケアマネジャー・認知症初期集中支援チーム・認知症の人と家族の会・各種電話相談					相談	
医療	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局・認知症医療疾患センター・在宅医療介護連携支援センター 訪問看護・精神科(外来・急性期増悪期の一時入院)					医療	
予防	健康づくり事業・介護予防講座・介護予防教室 あいづわくわく学園・ゆめ寺子屋・サークル活動 老人クラブ・地域サロン	介護予防・生活支援サービス事業(訪問サービス・通所サービス) 介護予防サービス(介護予防通所リハビリ・介護予防福祉用具貸与・居宅介護予防住宅改修費支給など)					予防
介護	介護サービス(デイサービス・通所リハビリ・訪問介護・訪問看護・ショートステイなど)						介護
生活支援 家族支援 安否確認 権利を守る	認知症外出見守り事業(QRコードシール給付)・緊急通報システム・訪問給食サービス・日常生活用具給付・民間企業の見守りサービス 紙おむつ等購入経費の助成・高齢者車いすタクシー利用助成券・介護者慰労金 民生児童委員・高齢者福祉相談員・老人クラブ・認知症サポート者・孤立死防止ネットワーク・地域支援ネットワークボランティア 認知症カフェ・認知症の人と家族の会・家族介護者交流会 日常生活自立支援事業 成年後見制度					生活支援 家族支援 安否確認 権利を守る	
住まい	グループホーム・老人保健施設 養護老人ホーム 特別養護老人ホーム 自宅・公営住宅・民間住宅・有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅					住まい	

認知症の方への接し方

認知症の人の気持ちに寄り添い「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」で対応しましょう。後ろから急に大きな声で呼びかけたりせず、相手の目線に合わせておだやかな口調で話かけましょう。関わり方しだいで、症状を和らげることができます。

認知症の人でも一般の人とのつきあいと基本的には変わりありません。そのうえで、認知症の人へは、認知症への正しい理解に基づく対応が必要になります。普段からの挨拶や声かけをすることも大切です。

●財布に小銭がいっぱい



判断力が低下して、金額に応じた硬貨が使えず、つい大きなお札で支払ってしまい、小銭がたまってしまいます。

小銭を使いたくても硬貨の区別がつかず、本人は不安に感じています。周りの人が手助けしてあげましょう。

●ごはんを食べたことを忘れる



食事をしたことを忘れたり、空腹を感じられなくなったりしています。本人は初めてごはんを食べると思っています。

寂しさという心理的要因による場合もあるので、否定したりせずひとまず受け入れて様子を見ます。小さな菓子や飲み物を出してあげるのもいいでしょう。

●同じことを何度も言ったり聞いたりする



記憶力が低下して、数分前のことを覚えていられません。本人は初めて言ったり、聞いたりしていると思っています。

落ち着いて初めて聞いたように対応しましょう。また、さりげなく話題を変えるのもいいでしょう。

●ゴミ出しができない



曜日や日時がわからなくなり、ゴミ出しができなくなります。

「ゴミ出しができない」「老人会の集まりの日を忘れる」などの変化に地域ぐるみでの対応ができるように日頃からの付き合いを大切にしましょう。

ポイント

認知症カフェ

認知症カフェは、認知症の人とその家族、地域の方や専門家が気軽に集い、お茶を飲みながら語り、情報交換や催しを通じて交流を楽しみ、くつろぐ場所です。認知症についての理解を深めたり、参加者同士で悩みを相談しあったり、医療や介護についての相談もできます。どうぞお気軽においでください。

①日時 ②場所 ③費用 ④問い合わせ先 ※日程や場所が変更になる場合がありますので事前にご確認ください。

令和2年10月現在

カフェ「ひだまり」

スタッフの大半は介護経験者です。悩みや不安を抱え、疲れていませんか。温かい雰囲気の中で、わかりあえる人と出会い、ほっと一息つける場所です。

- ①毎月第3土曜日10:00~14:00 (但し、8月と10月は変更あり)
- ②会津若松市少年の家 (城東町15番62号) ※市営プール隣
- ③パンorおにぎり+ドリンク500円 ドリンクのみ200円
- ④認知症の人と家族の会 会津地区会 090-8423-4377



認知症家族教室「オレンジカフェ」

認知症の方やそのご家族、地域の方が集い、病院のスタッフとお茶を飲みながら語り、交流を楽しみ、相談や意見交換を行っています。

- ①毎月第3土曜日13:30~15:00 (本町1-1)
- ②山鹿クリニック3F待合スペース
- ③お茶代200円
- ④一般財団法人竹田健康財団竹田総合病院 認知症疾患医療センター 0242-29-3808

オレンジカフェ「こころの輪」

認知症について学んだり、介護の情報を得ることができるカフェとして、会津西病院で開催しています。医療・介護の専門スタッフが様々な相談にも対応しております。

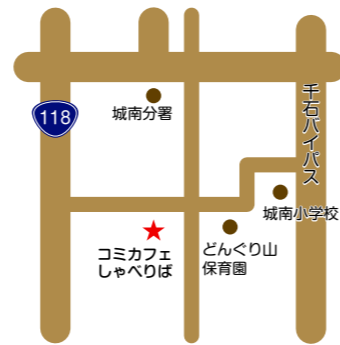
- ①毎月第4水曜日14:00~
- ②会津西病院 (北会津町東小松2335)
- ③お茶代200円
- ④北会津地域包括支援センター 0242-56-5005



コミカフェ しゃべりば

リハビリ専門職の作業療法士が運営しています。認知症予防の為に簡単な手作業や運動を行ない、地域の憩いの場になっています。認知症等の相談も行っています。

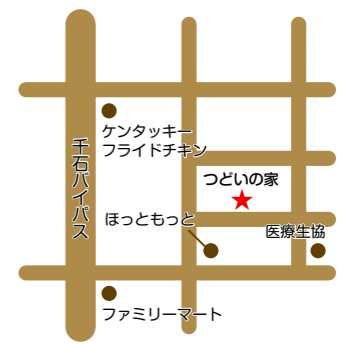
- ①毎月第2土曜日10:00~11:30
- ②城南コミュニティセンター (東年貢1丁目11番2号)
- ③お茶代200円
- ④会津医療センター作業療法室 0242-75-2100



オレンジカフェ メモリィ

歩いて気軽に参加できる地域密着型オレンジカフェメモリィ。アットホームな雰囲気の中で地域のボランティアスタッフと一緒に認知症の人、その家族、地域の方がお茶を飲んだり、お菓子を食べたりしながら認知症についての理解を深め語り合う場にしています。

- ①毎月第3火曜日10:00~11:30
- ②医療生協 愛称「つどいの家」(東千石1丁目3-32)
- ③お茶代200円
- ④若松第1地域包括支援センター 0242-36-6770



たねカフェ七日町

開け放った玄関の奥から元気な笑い声が聞こえてくるカフェです。世代を超えて人と人がつながり、楽しく暮らすにはどうしたらいいかを一緒に考えます。

- ①毎月第2・4土曜日11:00~14:00
- ②デイサービスおばちゃんち (七日町13-29)
- ③飲み物100円 ランチ450円 スイーツは実費
- ④認知症を考える会 あいづの種 デイサービスOASIS 2号館内 0242-27-5533



俺ん家カフェ Orenchi Cafe

俺ん家カフェは、地域で暮らす誰もがくつろげる憩いの場です。景色のいい場所でコーヒーを飲みながら、ホッと一息、おしゃべりしてみませんか。

- ①毎月1回第3または第4金曜日13:30~15:00
- ②河東園芸ふれあいセンター (河東町郡山中子山22)
- ③無料
- ④会津若松市社会福祉協議会在宅サービス推進室 0242-75-4780



ここdeかふえ

認知症ご本人や介護されているご家族、障がいをもたれている方を介護されている方、していた方、地域住民を含め参加することで「心の凝り」をほぐしていただける交流の場です。是非、ご来店お待ちしております。

- ①毎月第3火曜日14:00~15:30
- ②社会福祉法人たちあおい内 cafeアクティブ (一箕町大字亀賀字藤原22-16)
- ③飲み物+スイーツ代 300円
- ④社会福祉法人たちあおい (担当:五十嵐) 0242-23-4362



認知症の方や家族の方々を支える様々な支援

認知症初期集中支援チーム

保健や医療、介護に関する専門的な知識を持つスタッフが認知症の人や認知症が疑われる方の家庭を訪問し、適切な医療や介護サービスが受けられるように手助けします。まずは、近くの地域包括支援センター（連絡先：裏表紙）もしくは、市役所高齢福祉課（電話 0242-39-1290）へご相談ください。



認知症地域支援推進員

認知症の人やそのご家族の相談に応じ、医療や介護サービスなどへつなげる役割を担っています。

市役所高齢福祉課（電話 0242-39-1290）と市内7か所の地域包括支援センター（連絡先：裏表紙）に一人ずつおられますので、お気軽にご相談ください。



認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症のことを正しく理解し、地域や職場で認知症の人やその家族の方を温かく見守り支援する応援者です。

市では、認知症に関する正しい知識や対応の仕方などを学ぶことができる「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

受講すると認知症サポーターの証としてオレンジリングをプレゼントしています。小学生も受講しています。地域や職場で講座を受講してみませんか？

申込み・問い合わせ先：市役所高齢福祉課
（電話 0242-39-1290）



竹田総合病院認知症疾患医療センター

☎ 0242-29-3808

認知症の方やご家族、関係機関からの認知症に関する様々な相談に専門の相談員が応じます。認知症かその他の病気ではないか必要な検査を行い、総合的に判断します。診断に基づいてその方に合った治療などの方針を検討します。



認知症の方や家族の方々を支える人たちからのアドバイス

専門医 から

認知症の方が安心して暮らしていくためには適度な運動と精神活動の持続が必要です。また、認知症の進行抑制や周辺症状（不眠・妄想・易怒性など）のコントロールにはお薬が有効な場合もありますので、ご家族だけで悩まずに、早めにご相談ください。



認知症疾患医療センター
小藺江 浩一 さん

歯科医師 から

最近歯磨きがうまくできない、入れ歯をなくしたり昔の入れ歯を使っている、はめ方が分からない、歯科の予約などを忘れるなどの変化から早期認知症を発見できるケースがあります。また、かめる環境を整えることが脳への刺激となり認知症予防にもなります。そういった変化に気づいたり予防するためにもかかりつけ歯科医を作り、定期的に受診していただければと思います。



会津若松歯科医師会 武藤 卓 さん

認知症の人と家族の会 から

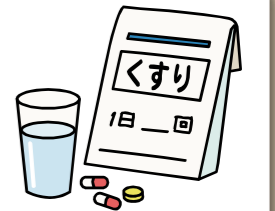
日々の介護に疲れていませんか？介護経験者の私たちは、介護者の思いがよくわかります。困った時には「お互い様」と助け合い、支え合う仲間と、カフェ「ひだまり」（7ページ）でおしゃべりしませんか。話すだけでも気持ちが楽になりますよ。介護相談も行っていますので、お気軽に声をかけて下さい。



会津地区会
阿久津 恵子 さん

薬剤師 から

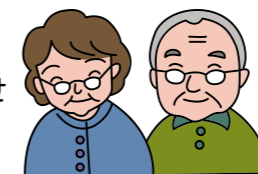
認知症の治療では、薬をきちんと服用することが重要です。飲み忘れや飲み誤りが多くなったら薬剤師にご相談下さい。医師や看護師・介護職員等と連携し、残薬の整理など服薬に必要な支援を行います。ぜひ、かかりつけ薬剤師を服薬管理にお役立て下さい。



会津薬剤師会
野中 聡美 さん

グループホーム から

生活上でつまづくことがあっても全てが出来なくなったわけではありません。ちょっとした声かけや、お手伝いをさせていただくことでできることがあります。本人なりの役割をもつこと、できることが発揮できること、成功の体験は自信になり、生き生きとした表情を見せて下さいます。



福島県認知症グループホーム協議会
会津方部 中川 幸恵 さん

作業療法士 から

生活の中でうまくできないことが続くと心に大きなストレスをかかえます。リハビリでは持っている力を引き出し、その力を活用するお手伝いをします。生活の中に楽しみや張り合いを持ち続け、自分らしく生活することを支援します。



福島県地域リハビリテーション
広域支援センター 青木 智子 さん

総合相談窓口

会津若松市地域包括支援センター

認知症の受診や介護のことなど、心配なことやわからないことがありましたら、できるだけ早く相談してください。お住まいの小校区ごとに、担当の「地域包括支援センター」が決まっています。下表でご確認ください。

ご自分の担当の地域包括支援センターがわからない時には、**市役所高齢福祉課(☎0242-39-1290)**までお問い合わせください。

名称	担当地区	所在地	電話番号
若松第1地域包括支援センター	行仁・鶴城・東山 小校区	東千石一丁目2-13 (医療生協会津若松診療所内)	0242-36-6770
若松第2地域包括支援センター	謹教・城西・ 小金井小校区	本町1-1 (山鹿クリニック内)	0242-27-0211
若松第3地域包括支援センター	門田・城南・大戸 小校区	門田町黒岩字五百山丙459-3 (会津長寿園内)	0242-38-3090
若松第4地域包括支援センター	永和・神指・城北・ 日新小校区	神指町北四合字伊丹堂55-1 (会津みどりホーム内)	0242-37-7711
若松第5地域包括支援センター	一箕・松長・湊 小校区	一箕町松長字下長原152 (枝雪零苑内)	0242-39-2779
北会津地域包括支援センター	荒館・川南 小校区	北会津町東小松字南古川12 (美野里内)	0242-56-5005
河東地域包括支援センター	河東学園小校区	河東町郡山字中子山22 (河東総合福祉センター桜河苑内)	0242-75-4815

認知症に関する総合的な相談窓口

福島県認知症コールセンター（認知症ほっと電話相談）

☎ 024-522-1122

相談時間：月曜日～金曜日 午前10時～午後4時 ※土日祝日 及び12/29～1/3を除く
認知症介護経験者が、認知症の症状・行動への対応の仕方や、認知症の介護における悩みなど、様々な相談に応じています。

若年性認知症相談窓口（福島県）

☎ 024-983-8406

相談時間：月曜日～土曜日 午前9時～午後5時

※木曜日の午後、第3木曜日全日、日祝、年末年始を除く

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の相談に応じます。