

高岡市

認知症ケアパス

認知症安心ガイド



～ 認知症の方や家族を支えるために ～



認知症は誰にでも起こる可能性のある病気です。

高岡市では、認知症の方と家族が安心して暮らせるように認知症のことを正しく知って、その不安を軽くすることができるよう適切なサービスの流れをまとめた「**認知症安心ガイド(認知症ケアパス)**」を作成しています。

— 目次 —

1. 認知症とは	1 P
2. 早期発見・早期治療が大切	2 P
3. 認知症早期発見のめやす	3 P
4. 認知症の方をケアするポイント	4 P
5. 認知症の進行・対応	5 P
6. 認知症ケアパス	7 P
7. 受けられるサービス・支援の一覧	9 P

高岡市

高岡市では「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」に取り組んでいます。

認知症は、自然な老化によって起こる単なる物忘れではなく、さまざまな原因で脳の働きが悪くなる病気です。

歳をとると、誰でも忘れっぽくなりますが、食べたメニューを思い出せないのは単なる物忘れです。もし、食べたこと自体を覚えていなければ、認知症の疑いがあります。

「認知症」と「単なる物忘れ」はどう違う？

認知症によるもの忘れ	単なるもの忘れ
<p>体験のすべてを忘れる</p> <p>さっき行っただろ</p> <p>買い物に行ってくださいね</p>	<p>体験の一部を忘れる</p> <p>買い物で何を買ったかしら？</p>
<p>もの忘れを自覚できない</p> <p>忘れてましたよ</p>	<p>もの忘れを自覚している</p> <p>あ、忘れた！</p>
<p>人格が変化する</p> <p>あなたがとったのね！</p>	<p>人格に大きな変化はない</p> <p>この中に入れたはずなのに</p>
<p>人物や場所がわからなくなる</p> <p>お父さん…</p> <p>こんにちは</p>	<p>人物や場所がわからなくなるようなことはない</p> <p>お名前が思い出せなくて…</p> <p>鈴木ですよ</p>
<p>日常生活に支障をきたし介護が必要になる</p> <p>えーつと…</p> <p>ご自宅はどこですか？</p>	<p>日常生活に支障はない</p> <p>どっから来たかしら</p>

認知症の症状について



Q 認知症の主な症状にどんなものがあるの？

A 認知症によって生じる症状は大きく分けて2つあります。ひとつは「中核症状」、もうひとつは中核症状にともなって起こる「行動心理症状」といわれるものです。



中核症状 (治療やケアによって進行を遅らせることは可能です。)

記憶障害

新しいことが覚えられない

見当識障害

時間・日付・季節・場所・親しい人がわからない

実行機能障害

段どりや計画を立てて、行動できない

理解・判断力の低下

服の着方や道具の使い方がわからない

中核症状に本人の不安やあせり、心身の不調、周囲の適切ではない対応などが影響

行動心理症状 (精神的ストレスなどをとり除くことで症状を緩和することが可能です。)

- 妄想
- 幻覚
- 攻撃的な言動
- 無気力
- 過食など食行動の混乱
- 便をいじるなど排せつの混乱
- 症状による行方不明

認知症かどうか早く気づくことのメリットは、多くあります。診断がつくことで、おかしく思っていた出来事等が認知症によるものと分かり、誤解や行き違いも防げます。早期発見により、早期治療を受けることができ、また、周囲の支援を得て残っている能力と時間を生かすことができます。

薬で進行を遅くすることができます

「もの忘れ」の進行を遅らせるお薬での治療を始めることができます。継続して使用することで病気の進行を遅らせます。

今後の見通しを立てて備えることができます

早い時期に認知症の診断を受けることによって、本人と介護者の生活の質を高め、介護の負担を減らすことができます。

治療すれば治る認知症があります

認知症を早く見つけ、適切な治療を行うことが大切です。認知症の患者全体の約 1 割が治療可能な認知症といわれています。

脳血管障害には、外科的治療で改善する場合があります。



まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

かかりつけ医は、普段から患者さんの体調、生活習慣、病歴などを把握しています。本人の行動や反応が「いつもと違う」、「認知症かもしれない」というサインに早期に気づいたときには、かかりつけ医に相談しましょう。

また、認知症の相談窓口である「地域包括支援センター」に、相談をしましょう。



日常生活の中で、こんな変化はありませんか？

ご本人の日々の生活の様子から、あてはまるものに○をつけてください。

複数項目にチェックが付く場合は、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。

物忘れがひどい

- 置き忘れやしまい忘れが目立つ
- お金など大切なものが見つからない、盗まれたと言う

判断・理解力が衰える

- できないことを言い訳する
- 頭がはっきりしているときとそうでないときの差が激しい



場所・時間がわからない

- 日時がわからなくなった
- 同じ経路でぐるぐると歩き回ることがある



人格が変わる

- 以前よりも怒りっぽくなった
- 感情がもろくなった（涙もろい）



生活の中での変化

- 実際には居ない人や動物や物が見える
- 睡眠中に大声や異常な行動をとる
- 飲み込みにくく、むせることがある
- 決まった時間に決まったことをしないと気が済まない

意欲がなくなる

- やる気がない



※出典：群馬大学大学院保健学研究科
山口 晴保 氏による

若年性認知症とは？

65歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」といいます。

若年性認知症の課題

- ① 本人や家族が働き盛りであり、現役途中での離職により生活への支障をきたす場合が多い。
- ② 高齢者の認知症に比べ、奇異な目で見られそのことが社会参加を阻害している。
- ③ 福祉サービスが高齢者向けにつくられており、若年性では利用しにくい。
- ④ 就学期の子供がいる場合は、子供の教育・就職・結婚などにも影響がでる。

このような課題があるため、生活費等の経済的問題、居場所づくりなど、様々な分野にわたる支援が必要となります。



♥ 見守る気持ちと信頼関係を大切に

時間や場所が理解できない、周囲の人や状況がわからない…
本人の気持ちは不安でいっぱいです。そんなとき、介護者に大切なのは本人の味方であるとしめすことです。穏やかに声をかけ、安心させてあげましょう。



♥ 喜怒哀楽と自尊心は長く保たれます

たとえ理解力が衰えても、感情は豊かでプライドも残っています。
本人の言動を頭ごなしに抑えたり、否定したりせずに受け入れてあげる事も大切です。

認知症の人への対応 基本姿勢3つの「ない」



出典：全国キャラバン・メイト連絡協議会「キャラバン・メイト養成テキスト」

介護をがんばりすぎないで

★ 認知症の理解を深めましょう。

認知症の正しい知識をもつことで、心に余裕が生まれ、本人に合った対応ができるようになります。

★ 本人の健康管理を行いましょ。

定期的に病院を受診する、健康診断を受ける、食事や水分の摂取量・排便の状況・服薬の状況等を確認しましょう。健康状態が良いと認知症の症状が軽減されることがあります。

★ 介護保険などサービスを有効に使いましょ。

介護以外の時間を作り、楽しみを見つけ気分転換をしましょ。

★ ひとりで抱え込まずに、認知症カフェや家族会等に参加しましょ。

詳細は、「3 本人・家族が参加・相談できるところ」(9ページ)をご覧ください。



家族の健康管理も大切に!





代表的なアルツハイマー型認知症の進行の例

認知症の進行



認知症疑い

認知症はあるが日常生活は自立

誰かの日常

軽度認知障害

認知症初期

日常生活に支障をきたす程度ではなく認知症とは診断されないが、記憶障害と軽い認知障害があり、正常ともいい切れない中間的な段階です。

日常会話はでき、昔からの習慣は覚えているなど、できることがたくさんあります。

家庭活動(炊事・

本人の様子

- 物忘れが多いが自立して生活ができます。



- 少し前のことを忘れやすくなります。

対応 → メモを利用しましょう。



- 年月日があいまいになります。

対応 → わかりやすいところに新聞や日めくりカレンダーを置きましょう。

- 料理の味付けが変わることがあります。(味が濃すぎたり、薄すぎたりする等)

対応 → 一緒に声かけしながら料理をしましょう。

- 物を盗まれたといひます。

対応 → 訴えを否定せず、一緒に探し、本人に見つけてもらうように、促しましょう。

- 怒りっぽくなります。(着替えや入浴を嫌がる)

対応 → 「出かけるから着替えましょう」など前向きな声かけをしましょう。



- 買ったことを忘れて同じものをまた買ってきます。(冷蔵庫に同じものが溜まる)

対応 → 一緒に買い物に行き、同じものを買わないように声かけしましょう。

家族の心構え

- 地域行事やボランティアを行う等、社会参加してもらうようにしましょう。
- 家庭内での役割を持ってもらい、継続できるようにしましょう。
- 本人の変化をさりげなく観察し、いつもと違う、何か様子がおかしいと思ったら早めに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。家族の気づきがとても大切です。



- 接し方の基本やコツ等を理解しましょう。
- 家族間で介護のことについて話し合しましょう。
- 介護で困ったことがあったら抱え込まず、早めに担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに連絡しましょう。



認知症の人を介護する家族の気持ち

① とまどい・否定

以前の本人からは考えられないような言動や行動にとまどい、「こんなはずはない」と否定しようとする。

②

様々な症状をわからず混乱し、疲れ、不安、くもつともつら

※ このステップに関する注意点は、

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。
 家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。

※症状の現れ方には個人差があります。

**見守りがあれば
生活は自立**

**日常生活に
手助け・介護が必要**

常に介護が必要



洗濯・掃除・庭仕事等)に手助けが必要になってきます。

い方がわからなくなります。
 テレビ、洗濯機、エアコン、電子レンジ等)
 使い方の手順を貼ったり一緒に操作しましょう。
 話はできるが同じ話を繰り返したり、会話のつじつまがあわなくなったりします。
 その都度、ゆっくり話を聞きましょう。



● 年月日・時間・場所に加え、
 親しい人までわからなくなります。

に加え、時間、場所もあいまいになります。
 朝起きたら、朝日を浴びる、決まった時間に食事をとる、
 昼寝は30分程度にするなど規則正しい生活を心がけましょう。
 トイレや部屋の場所を張り紙をしてわかりやすくしましょう。



● 身の回りのことに全般的に
 介護が必要になります。
 (着替え、お風呂、トイレ、
 食事等)

● 外に出かけて帰ってこられないことがあります。

対応 連絡先がわかる物を身につけましょう。(衣服に名札をつける等)
 高岡市認知症SOS緊急ダイヤルシステムを利用しましょう。(10ページ)
 高岡おでかけあんしんシールを利用しましょう。(10ページ)



- 介護者自身が健康管理を行いましょう。
- 介護サービスを上手に利用しましょう。



を介護している人の気持ちの変化には4つのステップがあります。これを理解していると、少しは気持ちが楽になるかもしれません。

混乱・怒り・拒絶
 示す本人にどう向き合ったらよいのか
 たり、本人を責めたりすることがありま
 苦しみが増大し、絶望感におそわれやす
 いと感じやすい時期かもしれません。

③ 割り切り
 医療・介護などのサービスを上手に
 利用すれば、家族の在宅介護で、十分
 やっていけるのではないかとこの気持
 ちに变化し始めます。

④ 受容
 認知症に対する理解が
 深まり、本人のあるがまま
 を自然に受け入れられる
 ようになります。

一度ステップが進んでも、本人の認知症の悪化などの症状の変化によりステップが戻ることもあります。

6 認知症ケアパス（認知症の進行に合わせて受けられる

認知症の進行に合わせた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。

認知症疑い

認知症はあるが日常生活は自立

誰

相談窓口

認知症初期集中支援チーム

1 医療

2 講座

認知症サポーター養成講座、認知症地域説明会、認知症サポーターステッ

3 本人・家族が参加・相談できる場所

認知症の方とその家族の相談会、認知症カフェ〈9ページ
若年性認知症ご本人の交流会・ご家族の交流会、認知症の人と

4 安否確認・見守り

高岡市認知症 SOS 緊急ダイヤルシステム事業、高岡おでかけあん
福祉電話の貸与、緊急通報装置の貸与、マゴコロボタンの

5 権利を守る

6 利用できるサービス等

総合事業（通所型サービス・訪問型サービス）〈11ページ 6へ〉

介護予防サービス



小規模多

7 住まい

ケアハウス〈11ページ 7へ〉

サービス付き高齢者向け住宅、

支援の例)

※症状の現れ方には個人差があります。

か
の
見
守
り
が
あ
れ
ば
日
常
生
活
は
自
立

日
常
生
活
に
手
助
け
・
介
護
が
必
要

常
に
介
護
が
必
要

地域包括支援センター

介護支援専門員（ケアマネジャー）

長寿福祉課

かかりつけ医 〈9 ページ 1 へ〉

かかりつけ歯科医 かかりつけ薬局 〈9 ページ 1 へ〉

認知症・地域ケア相談医

認知症疾患医療センター 〈9 ページ 1 へ〉

ブアップ講座 〈9 ページ 2 へ〉

3 へ〉

家族の会 〈9 ページ 3 へ〉



各サービス内容の詳細については次ページ以降に記載されています。各ページの該当番号の内容を確認してください。

しんシール交付事業、たかおか認知症個人賠償責任保険事業 〈10 ページ 4 へ〉

貸与、避難行動要支援者名簿への登載 〈10 ページ 4 へ〉

消費生活相談 〈10 ページ 5 へ〉

日常生活自立支援事業 〈10 ページ 5 へ〉

成年後見制度 〈10 ページ 5 へ〉

介護保険サービス 通所サービス 〈11 ページ 6 へ〉 短期入所生活介護 〈11 ページ 6 へ〉

介護保険サービス 訪問サービス 〈11 ページ 6 へ〉 訪問入浴 〈11 ページ 6 へ〉

訪問看護 〈11 ページ 6 へ〉

機能型居宅介護 〈11 ページ 6 へ〉 看護小規模多機能型居宅介護 〈11 ページ 6 へ〉

介護保険施設 〈11 ページ 6 へ〉

グループホーム 〈11 ページ 6 へ〉

自 宅

有料老人ホーム 〈11 ページ 7 へ〉



1 医療

番号	事業名	内 容
①	かかりつけ医	かかりつけ医は、患者さんの体調、生活習慣、病歴等を把握しています。また認知症が重度になると持病があっても体調の悪さを訴えることができなくなりますので、定期受診が大切です。
②	かかりつけ歯科医	認知症になっても生活の質を維持するためには、元気なうちから口の健康を守ることが大切です。訪問歯科診療などができる場合もありますので、かかりつけ歯科医へ相談しましょう。
③	かかりつけ薬局	認知症の薬だけではなく、他の病気の薬を飲んでいる場合もありますので、薬の飲み方など、薬に関することはかかりつけ薬局へ相談しましょう。
④	認知症疾患 医療センター	かかりつけ医と連携し、認知症の鑑別診断、身体合併症と周辺症状への対応、専門医療相談等を行っています。(面談は完全予約制、相談は無料) ◎問い合わせ先 高岡市民病院 認知症疾患医療センター 電話0766-23-0204(代表)

2 講座(認知症について学ぶ場)



○…対象者が限られています。

番号	事業名	内 容	
①	認知症サポーター 養成講座、 認知症地域説明会	正しい認知症の理解と早期発見、早期対応の普及啓発のため、認知症サポーター養成講座や認知症地域説明会を開催しています。 ◎問い合わせ先 担当圏域の地域包括支援センター	
②	認知症サポーター ステップアップ講座	認知症サポーター養成講座修了者を対象に、地域で認知症の方などを支援するための講座を行います。(活動登録は任意) ◎問い合わせ先 長寿福祉課 電話 20-1165	○

3 本人・家族が参加・相談できるところ

番号	事業名	内 容	
①	認知症の方と その家族の相談会	認知症の方やその家族が定期的に専門職に相談ができ、認知症に関する事や介護に関する専門的な助言や指導を受けることができます。 ◎問い合わせ先 長寿福祉課 電話 20-1165	 市ホームページ
②	認知症カフェ	認知症の方やその家族の方など、気軽に集うことができる場を開催しています。 ◎問い合わせ先 長寿福祉課 電話 20-1165	 市ホームページ
③	若年性認知症 ご本人の交流会 (なないろカフェ)	若年性認知症と診断された方同士の集いです。 ◎問い合わせ先 富山県若年性認知症相談・支援センター 電話 076-432-7501	
④	若年性認知症 ご家族の交流会 (おしゃべりサロン)	若年性認知症の人を介護する家族同士の集いです。 ◎問い合わせ先 富山県若年性認知症相談・支援センター 電話 076-432-7501	
⑤	公益社団法人 認知症の人と家族の会 富山県支部	認知症の方の介護者の集いで、介護相談や情報交換、勉強会などを行っています。 ◎問い合わせ先 認知症の人と家族の会富山県支部 電話 076-441-8998 (夜間電話相談 毎日午後8時～11時)	

4 安否確認・見守り



○…対象者が限られています。

番号	事業名	内容	
①	高岡市認知症SOS緊急ダイヤルシステム事業	認知症の方の行方不明が発生したときの早期発見・保護を図ります。家族等が高岡市認知症 SOS 緊急ダイヤルに通報すると、事前に登録された協力団体等に認知症の方の情報と検索協力依頼メールが配信されます。	
②	高岡おでかけあんしんシール交付事業	二次元バーコードのシールを交付します。行方不明となった方の衣服などに身につけられたシールを発見者が読み取ると、ご家族と連絡を取り合うことができますようになります。(①高岡市認知症 SOS 緊急ダイヤルシステム事業の登録が必要です。)	○
③	たかおか認知症個人賠償責任保険事業	認知症の方が日常生活における偶発の事故により、法律上の損害賠償責任を負った場合(他人にけがをさせたり、他人の物を壊したり、日本国内で電車等を止めたことなど)に、認知症の方が補償を受けられる事業です。(①高岡市認知症 SOS 緊急ダイヤルシステム事業の登録が必要です。)	○
④	福祉電話の貸与	65歳以上の所得税非課税世帯で、在宅のひとり暮らしの方、高齢者のみの方で、近隣に親族が居住していない方に、電話機をお貸しします。	○
⑤	緊急通報装置の貸与	65歳以上で、在宅のひとり暮らしの方などに、緊急時の対応のため、緊急通報装置をお貸しします。	○
⑥	マゴコロボタンの貸与	65歳以上の高齢者のみ世帯に属する方などに、家族等と双方向でコミュニケーションができ、防災情報メールや各種 SNS で配信する避難情報等の配信も行う「マゴコロボタン」をお貸しします。	○
⑦	避難行動要支援者名簿への登載	災害発生時に自ら避難することが困難な方を対象に「避難行動要支援者名簿」を作成し、地域の方と名簿情報を共有して、日頃の見守り活動や災害時の避難誘導などの避難支援につなげます。	○

5 権利を守る



○…対象者が限られています。

番号	事業名	内容	
①	消費生活相談	高齢者や認知症の方の商品やサービスの契約に関する消費トラブルなど、消費生活相談を行います。 ◎問い合わせ先 高岡市消費生活センター 電話 20-1522 富山県消費生活センター 高岡支所 電話 25-2777	
②	日常生活自立支援事業	福祉サービスの利用や金銭管理などに不安がある高齢者等が利用できます。 ◎問い合わせ先 高岡市社会福祉協議会 電話 23-2917 高岡市社会福祉協議会 福岡支所 電話 64-8114	○
③	成年後見制度	成年後見制度は、認知症等で判断能力が不十分な方の財産や権利を守る制度です。呉西地区成年後見センターでは、判断能力が不十分になり自分一人では契約や財産管理が難しい方が、住み慣れた地域で安心して自分らしく生活できるよう成年後見制度の利用に関する相談を行っています。 ◎問い合わせ先 呉西地区成年後見センター 電話 92-0810	○

6 利用できるサービス等

介護保険サービスの利用については、要介護認定申請が必要です。ケアマネジャーは、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所において、介護が必要な方の状態に応じて、介護保険サービス等の利用を支援します。



番号	事業名	内 容
①	総合事業 (通所型サービス) (訪問型サービス) (食)の自立支援サービス	要支援1・2の認定を受けた方や基本チェックリストで該当した方が、介護予防・日常生活の自立の支援を目的に、通所型サービス、訪問型サービス、「食」の自立支援サービスを利用できます。 ◎問い合わせ先 担当圏域の地域包括支援センター
②	訪問介護 (ホームヘルプサービス)	ホームヘルパーが居宅を訪問し、食事や入浴、排泄の介助などの身体介護や、調理、洗濯、掃除などの援助を行います。
③	定期巡回・随時対応型 訪問介護看護	日中、夜間を通じて、定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問し、入浴・排泄・食事などの介護や日常生活上の世話・療養上の世話などを行います。
④	通所介護 (デイサービス)	デイサービスセンターなどに通い、食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上の支援を日帰りで行います。閉じこもり予防や生きがいづくりにもなります。
⑤	認知症対応型通所介護 (認知症対応型デイサービス)	上記サービスを行う他、認知症の症状に重点をおいたデイサービスです。
⑥	通所リハビリ (デイケア)	介護老人保健施設や医療機関等で、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日帰りで行います。
⑦	訪問リハビリ 介護予防訪問リハビリ	居宅で生活行為を向上させるために、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問によるリハビリテーションを行います。
⑧	訪問看護 介護予防訪問看護	看護師が自宅を訪問し、医師の指示に基づいて療養上の世話や診療の補助などを行います。
⑨	短期入所生活介護・ 短期入所療養介護(ショートステイ)	短期間施設に宿泊しながら介護や機能訓練などを受けることができます。
⑩	福祉用具貸与・販売	在宅で日常生活の自立を助けるために必要な福祉用具が貸与(歩行器など)・購入(入浴用いすなど)できます。
⑪	住宅改修費支給	住宅を改善する為(手すりの取り付けや段差解消など)の住宅改修に対して工事費を助成します。
⑫	小規模多機能型居宅介護	施設への通いを中心に、訪問や短期間の宿泊を柔軟に組み合わせたサービスを利用できます。
⑬	看護小規模多機能型居宅介護	小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせたサービスで、介護や看護のケアを一体的に受けられます。
⑭	訪問入浴介護 介護予防訪問入浴介護	介護職員と看護職員が移動入浴車などで居宅を訪問し、入浴の介助をします。
⑮	介護保険施設	生活介護が中心の「①介護老人福祉施設」、リハビリを中心とした「②介護老人保健施設」、医療が中心の「③介護医療院」の3種類があります。 ※①は要介護3以上、②③は要介護1以上の方が対象です。
⑯	グループホーム	認知症の症状を持ち、病気や障害で生活に困難を抱えた高齢者が、家庭的な雰囲気の中で、専門スタッフの援助を受けながら少人数で共同生活する介護福祉施設です。

7 住まい



番号	施設の種類	サービスの内容
①	ケアハウス	60歳以上で、独立して生活するには不安のある方で、自立して生活できるよう食事や入浴の提供がある施設のことです。
②	サービス付き 高齢者向け住宅	バリアフリー構造の賃貸住宅です。主に自立(介護認定なし)あるいは軽度の要介護状態の高齢者の方を受け入れています。生活相談員が常駐し、入居者の安否確認や様々な生活支援サービスを受けることができます。
③	有料老人ホーム	高齢者の方に、入浴や排泄の介助、食事の提供、介護など日常生活において必要な支援を行う施設のことです。