

認知症になる前に、認知症の進行の具合や使える制度・医療・介護サービスについて知っておくことが大切です

## 名古屋市昭和区認知症ガイドブック (認知症ケアパス概要版)

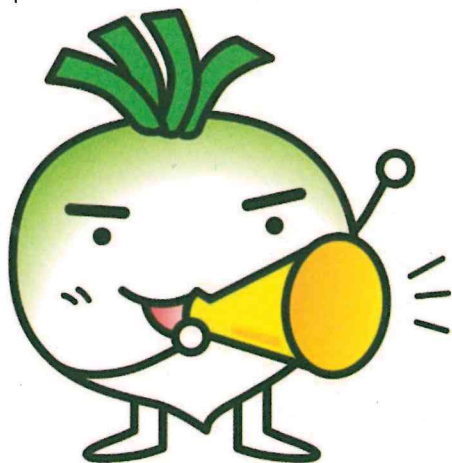
～すべての区民のみなさまに知ってほしいこと～

\* 詳細な情報は、**昭和区認知症ケアパス** で検索！

PDFファイルでご覧になれます

印刷も可能です

なお、プリンターをお持ちでない方は、  
いきいき支援センターにご連絡ください  
印刷したものをお渡しします



昭和区のマスコット ショウちゃん



認知症サポーターの証 オレンジリング

## はじめに

名古屋市昭和区認知症専門部会では、認知症になる前から、また、認知症になられてからも、その人らしい生活を住みなれた地域で引き続き行っていただきたいと願っています。そのため、認知症の進行具合にそって、名古屋市昭和区で利用できる制度や医療・介護サービスを、事前に知っておくことで、将来への不安が少しでも軽減し、希望を持っていただけるのではないかと考えました。しかし、現存する制度や医療・介護サービスだけでは、認知症の方やその家族を支えきれないことも事実です。みなさまから、このガイドブックに対してご意見・ご希望をいただく中で、認知症の方やその家族を支える施策を作り上げていきたいとも考えています。よろしく願い申し上げます。

## ガイドブック（概要版）の活用方法

このガイドブック（概要版）は、5枚のシートで構成されています。シートの必要な部分を必要な時にご活用ください。

認知症は、早期発見、早期治療が重要といわれています。しかし、進行が比較的ゆっくりであることが多いため、単なる加齢に伴うもの忘れか、認知症かであるかを見分けることが難しいのも現状です。このガイドブックが、これからのことを心配されている方に届き、活用されることを願っています。

- ① 認知症への気づきシート 2 ページ
  - ・加齢によるもの忘れか、認知症かはわかりにくいかもしれません。このシートを活用して早期発見に役立てていただければ幸いです。
  
- ② 認知症ケアパス 3 ～ 6 ページ
  - ・昭和区にはさまざまな認知症の方やその家族を支える仕組みがあります。元気なうちに、住み慣れた昭和区で暮らし続けるためのビジョンを描きましょう。
  
- ③ 受診メモ 7 ～ 8 ページ
  - ・いざ、かかりつけ医、認知症サポート医、認知症専門医に受診することになったときに、受診される方の容態を書きとめておくメモです。事前に書いておくと医師に容態を正確に説明することができます。短い診察時間を効果的に使えます。
  - ・必ず書かなければいけないものではありませんが、医師が診察する際にとっても参考になります。ぜひご活用ください。写真や動画も有効です。
  
- ④ わたしのことシート 9 ページ
  - ・認知症は、記憶がだんだん抜け落ちていくといわれています。認知症の方の大きな不安がそこにあります。健康なうちに、ご自身のことについてまとめておきましょう。支えるパートナーが、その人の歩んできた人生の軌跡を知るための、大切な道標となります。
  
- ⑤ 身近な相談窓口のご案内 10 ページ
  - ・いきいき支援センターは、認知症の方だけでなく、高齢者の方の総合的な相談窓口です。どんなささいなことでも結構です。ご相談ください。
  - ・また、ほとんどの小学校区に1箇所以上高齢者いきいき相談室が設置されています。そちらもご活用ください。

①

# 思いあたることはありませんか…

～気づきのポイントと早期発見・早期対応のメリット～

気づきのポイント ～こんなことはありませんか？～

- 同じことを言ったり聞いたりする。
- 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた。
- レジでお札ばかりで支払うようになった。
- 約束の日時や場所を間違えるようになった。
- 趣味をやめたり、興味を示さなくなった。
- 幻覚を見る。



「あれ、認知症かなあ」と思ったり、気づきのポイントで気になることがあれば、いきいき支援センターやかかりつけ医に相談しましょう。

いきいき支援センターは、身近な認知症のなんでも相談窓口です。

早期発見・早期対応にはメリットがあります！

- 早期に診断され、治療を受けることで、治る病気があったり、進行を遅らせることが出来ると言われています。
- 早くから適切な治療やケアがあることで、生活上の困りごとやトラブルを少なくすることもできます。
- 介護するご家族も、認知症や介護について正しい知識を身につけたり、仲間を見つけたりする時間をもつことができるようになります。



認知症は放っておくと、日常の生活のなかで不安や困りごとが増えたり、生活のしづらさがあらわれやすくなります。早期発見・早期対応が大切です。

85歳以上では、4割を超える方に認知症の症状があると言われており、認知症は特別な病気ではありません。

ご家族やいきいき支援センターと、今後のことについてお話しするときに、シート④「わたしのこと」をご活用ください。

受診するときに、事前に症状等をメモしておくといでしょう。シート③「受診にあたってのメモ」をご活用ください。

65歳未満の方の認知症についても、いきいき支援センターや認知症相談支援センターにご相談ください。名古屋市若年性認知症ハンドブックなごやの手帳も参考になります。



安心して暮らせるまち“昭和区”

# 認知症の人や家族を支援する主な制度やサービス

詳しい制度やサービスの内容等については、いきいき支援センターにご相談ください。なお、『認知症の進行に合わせた「家族の心がまえ」や「ケアのポイント」』もあわせてご覧ください。

・【介保】は介護保険サービスです。担当のケアマネジャーがいる場合はケアマネジャーにご相談ください。

## 介護・福祉

### 相談窓口

- いきいき支援センター（介護や福祉のなんでも相談窓口）
  - 高齢者いきいき相談室（身近で気軽な高齢者の相談室）
  - ケアマネジャー（居宅介護支援事業所）
- ※介護保険の申請等についてもご相談ください。

いきいき支援センターは、「認知症の総合相談窓口」として「家族支援事業」等も行っていきます。また、いきいき支援センターでは、医療や介護の職員がチームとなって初期の支援を行う「認知症初期集中支援チーム」を行っています。

### 電話相談窓口

- 名古屋市認知症コールセンター ☎ (052) 919-6633
- 愛知県認知症相談窓口 ☎ (0562) 31-1911
- 若年性認知症コールセンター ☎ (0800) 100-2707

### 主な介護保険サービス

- ホームヘルプ、訪問看護
- デイサービス、デイケア
- ショートステイ など



「認知症対応型デイサービス」や、「夜間対応型訪問介護」、「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」、「小規模多機能型居宅介護」などの介護保険サービスもあります。

### 社会保障制度

- 精神障害者保健福祉手帳
- 障害者総合支援法による障害福祉サービス
- 自立支援医療（精神保健医療）
- 福祉給付金制度 など



## 住まい

### 住まいや暮らしの環境を整える

- 住宅改修【介保】
- 福祉用具のレンタルや購入【介保】 など

### 自宅での生活が心配になった場合など

- グループホーム【介保】
- 老人保健施設（老健）【介保】
- 特別養護老人ホーム（特養）【介保】
- 有料老人ホーム
- サービス付き高齢者向け住宅 など



### 〈いきいき支援センターの連絡先〉

昭和区西部いきいき支援センター	(御器所3-18-1)	☎884-5513
昭和区西部いきいき支援センター分室	(阿由知通4-7)	☎852-3355
昭和区東部いきいき支援センター	(滝川町33)	☎861-9335

担当学区

御器所、松栄、白金、鶴舞、吹上、村雲  
伊勝、川原、滝川、広路、八事

## 医療

### かかりつけ医

- 認知症について心配ごとがあれば、まずは「かかりつけ医」に相談しましょう。必要に応じて「認知症疾患医療センター」などの専門医療機関を紹介してもらえます。

認知症疾患医療センターは、認知症に関する鑑別診断や治療、行動心理症状や身体合併症の急性期対応、専門医療相談などを行っています。

かかりつけ医がない場合は、いきいき支援センターに相談してみましよう。「医師による専門相談」や「もの忘れ相談医」、「認知症疾患医療センター」などの医療機関をご案内しています。

### 通院がむずかしい場合

- 訪問診療、訪問歯科診療
- 訪問看護、訪問リハビリ など



口腔ケアについては歯科医師や歯科衛生士、薬の一包化や服薬に関する訪問指導などは薬剤師に相談ができます。かかりつけ歯科医やかかりつけ薬局を持ちましよう。

## 本人支援

### 介護予防教室・地域での交流の場

お住まいの地域によって、ふれあい給食会や高齢者サロン・いきいき教室、認知症カフェ、老人クラブなどがあります。福社会館では認知症予防教室が行われます。コミュニティセンター等でレクリエーションなどを通じ、仲間づくりの支援を行う、高齢者はつつつ長寿推進事業があります。

また、名古屋市認知症相談支援センターでは、若年性認知症本人・家族交流会「あゆみの会」を月1回行っています。



### 認知症について学ぶ場

- 認知症サポーター養成講座
- 認知症市民講座や市民シンポジウム など

## 生活支援

### 家族支援

- 家族教室・家族サロン
- 認知症の人と家族の会 など

家族サロンは月1回開催しています。認知症の人と家族の会愛知県支部では交流会や電話相談、家族支援プログラム、ケアラズカフェ等を実施しています。

### 生活支援サービスや地域での見守りや支えあい活動など

- 生活援助軽サービス事業
- 配食サービス事業
- あんしん電話、福祉電話の貸与
- 日常生活用具の給付 など

いきいき支援センターでは「見守り支援事業（いきいきコール）」や「はいかい高齢者おかえり支援事業」も行っていきます。

お住まいの地域によって、地域住民やNPO・ボランティア、認知症サポーター、新聞店などによる見守り、ごみ出しや買い物などの支えあい活動があります。

### お金の管理、権利や財産をまもる

- 日常生活自立支援事業
- 成年後見制度 など



認知症の進行に合わせた「家族の心がまえ」や「ケアのポイント」

この表は、アルツハイマー型認知症の進行と主な症状をもとに作成しています。認知症の原因となる疾患やお身体の状況などにより経過は異なりますが、今後を見通す参考にしてください。家族や周囲の方が、認知症を理解し、進行に合わせて対応していくことが大切になります。

	健康	認知症の疑い	ひとりで生活ができる	見守りが必要	手助け・介護が必要	常に介護が必要	
認知症の進行 本人の様子	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>もの忘れが気になる</li> <li>お金の管理や買い物、書類の作成などはひとりでできる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>もの忘れにより生活しづらさがある</li> <li>日付や時間がわからなくなる</li> <li>買い物やお金の管理にミスが見られる</li> <li>日常生活はなんとか行っている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>買い物やお金の管理ができない</li> <li>服薬管理ができない</li> <li>電話の応対や訪問者の対応が困難</li> <li>道に迷うことがある</li> </ul>	以下のことに手助け・介護が必要になる <ul style="list-style-type: none"> <li>着替え</li> <li>入浴</li> <li>食事</li> <li>排泄</li> <li>整容（洗面・歯みがき・化粧）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>車椅子・ベッドでの生活が中心になる</li> <li>食事をとることが困難になる</li> <li>言葉による意思表示・理解が困難になる</li> </ul>	
こんなことはありませんか (例)	-	<input type="checkbox"/> 重要な約束を忘れる <input type="checkbox"/> 新しい場所への旅行などが難しい	<input type="checkbox"/> 出来事を忘れる <input type="checkbox"/> 日時が分からない <input type="checkbox"/> 食事に客を招く段取りができない <input type="checkbox"/> 計画的な買い物ができない <input type="checkbox"/> 小銭での支払いができない <input type="checkbox"/> 意欲の低下 <input type="checkbox"/> もの盗られ妄想	<input type="checkbox"/> 直前のことを忘れる <input type="checkbox"/> 買い物ができない <input type="checkbox"/> 季節や場所が分からない <input type="checkbox"/> 季節にあった服を選べない <input type="checkbox"/> 家族とのトラブル <input type="checkbox"/> 昼夜逆転 <input type="checkbox"/> 攻撃的な言動 <input type="checkbox"/> はいはい	<input type="checkbox"/> 着る順番が分からない <input type="checkbox"/> ボタンをかけられない <input type="checkbox"/> 体がうまく洗えない <input type="checkbox"/> 箸の使い方が分からない <input type="checkbox"/> トイレの失敗 <input type="checkbox"/> 顔が洗えない <input type="checkbox"/> 歯が磨けない	<input type="checkbox"/> 歩行が困難 <input type="checkbox"/> 介助にて椅子に移動 <input type="checkbox"/> ベッドの上での生活が中心になる <input type="checkbox"/> 言葉を話すことができない <input type="checkbox"/> 言葉によるコミュニケーションが難しい <input type="checkbox"/> 食事のときにむせる <input type="checkbox"/> 誤嚥 <input type="checkbox"/> 肺炎	
家族の気持ち (例)	・否定、年齢のせい、言えばできるはず		・混乱 ・認知症状に振り回されてしまう、自分だけがなぜ、拒絶		・介護の疲れ ・割り切り ・受容 ・どう看取るのか		
家族の心がまえ	<input type="checkbox"/> 早めにいきいき支援センターに相談しましょう。 <input type="checkbox"/> 認知症や介護について学ぶ機会を持ちましょう。		<input type="checkbox"/> 腹が立ってあたりまえ。ひとりで抱え込まないで、介護仲間をつくりましょう。交流会や電話相談がありますので、情報を得る機会をつくりましょう。 <input type="checkbox"/> どのような医療や介護のサービスがあるかを知って、早めに介護サービスを利用して、がんばりすぎない介護をこころがけましょう。 <input type="checkbox"/> 認知症を隠さないで身近な人には伝えて理解者や協力者をつくりましょう。		<input type="checkbox"/> 介護者があっての介護です。まずは自分のことや健康を大切にしましょう。 <input type="checkbox"/> 今後のことについて検討し、必要に応じて、施設の情報収集などは早いうちに行っておきましょう。 <input type="checkbox"/> 終末期のケアについて、早い段階で医師やケアマネジャー等と相談し、どういった対応が必要か確認しておきましょう。		
ケアのポイント	<b>気づき～相談</b> 1. 早めに認知症や予防、介護に関する相談窓口であるいきいき支援センターやかかりつけ医に相談しましょう。		<b>介護保険の申請等</b> 2. ケアマネジャーやかかりつけ医等と相談し、介護保険を申請するなど安心した生活を送れる環境を整えましょう。 3. 薬による治療、役割や社会参加の機会をもち、進行を予防しましょう。		<b>日常的な支援、行動心理症状や身体合併症への対応</b> 4. 本人にあった生活を送れるよう、ケアマネジャーと相談しながら上手に介護保険サービスを利用しましょう。また、地域での見守りや支えあいも大切になります。協力の声かけをしてみましょう。 5. はいはいや興奮などの行動心理症状や身体合併症の治療等は、認知症疾患医療センターなどの専門医療機関で受けられます。		<b>重度・終末期のケア</b> 6. 着替え、入浴、食事、排泄などの介護が増え、肺炎などの身体合併症を起こしやすくなります。穏やかに苦痛なく過ごせるよう、ホームヘルプや在宅での診療、看護、歯科診療など、医療と介護が連携した訪問のサービスが受けられます。
昭和区内にある、本人・家族を支援する主な制度やサービス等	相談窓口	いきいき支援センター、高齢者いきいき相談室					
	家族支援	ケアマネジャー					
	介護福祉	認知症の人と家族の会 家族支援事業、認知症カフェ					
	医療	訪問サービス（ホームヘルプサービス） 通所サービス（デイサービス、認知症対応型デイサービス、デイケア） 短期宿泊サービス（ショートステイ、お泊りデイ）					
	生活支援	地域での見守りや支えあい活動、民生委員、認知症サポーター 生活支援サービス、社会福祉協議会、日常生活自立支援事業、成年後見制度、はいはい高齢者おかしら支援事業、警察署・交番・消防署					
	本人支援	福祉会館、シルバー人材センター 地域での交流の場（サロン）、健康づくり自主グループ、老人クラブ					
	住まい	自宅 サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム ケアハウス、軽費老人ホーム 福祉用具・住宅改修 グループホーム、老人保健施設 特別養護老人ホーム					

③

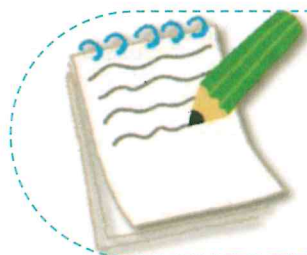
## 受診にあたってのメモ

記入日

年 月 日 ( )

受診日

年 月 日 ( )



限られた時間内に伝えたいことを漏らさずに伝えることはなかなか難しいことです。受診の前に、ご本人の様子や相談したいこと、伝えたいことをメモしておきましょう。

### 1. ご本人の様子について、あてはまるものにチェック☑しましょう。

1	同じことを言ったり聞いたりする。	
2	置き忘れやしまい忘れが目立ってきた。	
3	物の名前が出てこなくなった。	
4	薬の管理ができなくなった。	
5	以前はあった興味や関心が失われた。	
6	だらしなくなった。	
7	日課をしなくなった。	
8	時間や場所の感覚が不確かになった。	
9	慣れたところで道に迷った。	
10	財布などを盗まれたと言う。	
11	ささいなことで怒りっぽくなった。	
12	蛇口、ガス栓の締め忘れ、火の用心ができなくなった。	
13	複雑なテレビドラマが理解できない。	
14	料理の手順が悪くなった。	
15	機械の操作が覚えられない、使いこなせない、使い方を忘れる。	
16	思考が遅くなった、判断力が落ちた。	
17	夜中に急に起きだして騒いだ。	
18	幻覚を見る。	

(国立長寿医療研究センターもの忘れ外来で使われているチェックリスト)

2. ご本人について、あれ？と思ったことや最近の様子、相談したいことを書いておきましょう。また、チェックリストで☑した症状等については、「どんなときに」、「どのように」など具体的に書いておきましょう。

3. ご家族として、医師に相談したいことを書いておきましょう。

④

# 「わたしのこと」



今後、自分のことをうまく伝えることが難しくなるかもしれません。これからの生活をどのように送りたいかなどをご家族等とお話しする機会をつくりましょう。

## ★ わたしにとって・・・

なじみの場所は、

行きたい場所は、

会いたい人は、

一番頼りにしている人は、

支えたい人は、

## ★ わたしの好きな（嫌いな）こと

好きな（嫌いな）ことや話は、

わたしがしてきた仕事や得意なことは、

毎日の習慣になっていることは、

大切な思い出は、

好きな（嫌いな）食べ物は、

好きな曲（音楽）は、

お名前：

記入日： 年 月 日

わたし

日ごろ、関わりのある人（ご家族やかかりつけ医など）を書いてみましょう。

## ★ わたしの今の気持ち

うれしいこと、楽しいことは、

不安や悲しみ、苦しいことは、

やりたいことは、

介護への願い、要望は、

医療への願い、要望は、

人生のターミナルでの願いや要望は、

延命の措置を望みますか？ はい・いいえ

どこで過ごしたいですか？ ・自宅 ・施設 ・病院

その他、伝えたいことは、



# ⑤

## 「あなたの身近な相談窓口」

### いきいき支援センター

担当学区：御器所、松栄、白金、鶴舞、吹上、村雲

いきいき支援センターは、高齢者の方の身近な総合相談窓口です。健康・介護・福祉などの相談を受け付けています。

#### ○ 昭和区西部いきいき支援センター

(御器所3-18-1昭和区在宅サービスセンター内)

TEL 884-5513

FAX 883-2231

#### ○ 昭和区西部いきいき支援センター分室

(阿由知通4-7クローバル御器所2C)

TEL 852-3355

FAX 852-3344

担当学区：伊勝、川原、滝川、広路、八事

#### ○ 昭和区東部いきいき支援センター

(滝川町33いりなかスクエア3階)

TEL 861-9335

FAX 861-9336

いきいき支援センターは、介護や福祉、認知症のなんでも相談窓口です。家族支援事業も行っていきます。お気軽にご相談ください。

月～金曜日 午前9時から午後5時まで  
(祝日・年末年始を除く)

昭和区役所 福祉課 介護保険係  
福祉係

TEL 735-3914

TEL 734-3911

昭和保健所 保健予防課 保健看護担当

TEL 735-3961

昭和区社会福祉協議会

TEL 884-5511

### 電話相談窓口

#### ○ 名古屋市認知症コールセンター TEL 919-6633

月・水・木・金曜日 午前10時～午後4時

火曜日 午後2時～午後8時

#### ○ 愛知県認知症電話相談 TEL (0562) 31-1911

(認知症の人と家族の会愛知県支部)

月～金曜日 午前10時～午後4時 (祝日・年末年始を除く)

#### ○ 若年性認知症コールセンター TEL 0800-100-2707

(認知症介護研究・研修大府センター)

月～土曜日 午前10時～午後3時 (祝日・年末年始を除く)

お電話でお気軽にご相談いただける窓口です。



### 名古屋市内の認知症疾患医療センター (医療相談室)

#### ○ 名鉄病院 TEL 551-2802 (西区栄生2-26-11)

月～金曜日 午前9時～午後5時 / 第1土曜日のみ 午前9時～午後1時

#### ○ まつかげシニアホスピタル TEL 352-4165 (中川区打出2-347)

月～金曜日 午前8時30分～午後5時 / 土曜日 午前8時30分～午後0時

#### ○ もりやま総合心療病院 TEL 795-3560 (守山区町北11-50)

月～金曜日 午前9時～午後4時 / 土曜日 午前9時～午後0時

編集 名古屋市昭和区地域包括ケア推進会議

発行 認知症専門部会

平成29年3月発行

印刷 株式会社マルワ

この冊子は古紙パルプを含む再生紙を使用しています

