

# いばらき 認知症

# はつらつパスポート・別冊 ガイドブック

いばらき認知症ガイドブックは、支援者向けの認知症ケアパスです。認知症ケアパスとは、発症予防から人生の最終段階まで、生活機能障害の進行状況に合わせ、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいのか、これらの流れをあらかじめ標準的に示したものです（新オレンジプランより）

## 相談窓口

### 認知症について相談したい

もの忘れがひどくなった気がする。そんな時は、認知症地域支援推進員が対応している認知症オレンジダイヤル（茨木市認知症電話相談専用ダイヤル）にお電話ください。

●フリーダイヤル **0120-556-806**

メール相談も可能です。



認知症の専門医、保健師・社会福祉士等のチーム員が困りごとや心配ごとに対し、適切な医療や介護サービス等につながるよう必要に応じ家庭訪問しサポートします。

●チーム・オレンジいばらき（茨木市認知症初期集中支援チーム）専用ダイヤル **072-622-0655**（福祉総合相談課内）



### 生活の中での困りごとや心配ごとを相談したい

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者（65歳以上の方）やその家族等を、健康・医療・福祉等の様々な面から総合的に支えます。問合せ先は中面をご覧ください。

### 64歳以下で認知症の診断を受けたとき

若年性認知症コールセンター  
（社）仁至会 認知症介護研究・研修 大府センター  
電話 **0800-100-2707**（相談無料）  
（月～土 午前10時～午後3時）

### 高齢者福祉サービス / 介護保険サービスに関すること

長寿介護課 市役所本館2階  
電話 **072-620-1637 / 072-620-1639**

### 障害福祉サービスに関すること

障害福祉課 市役所南館2階  
電話 **072-620-1636**

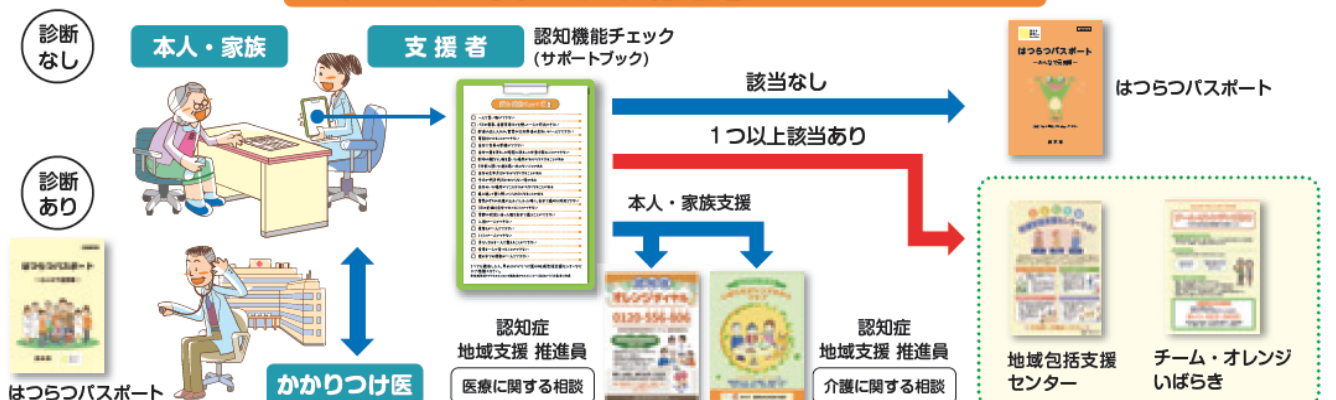
### 健康診査やがん検診、健康づくりに関すること

健康づくり課（保健医療センター）春日三丁目13-5  
電話 **072-625-6685**

### 難病や感染症、こころの健康、医療に関すること

大阪府茨木保健所 大住町8-11  
電話 **072-624-4668**

## チーム・オレンジいばらき～相談フロー～



# 認知症の人の経過と対応

	発症前→MCI 認知症予備軍	発症期		症状	進行期	身体症状複合期	ターミナル期
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>●物忘れの自覚がある。</li> <li>●「あれ」「それ」「あの人」等という代名詞が多く出てくる。</li> <li>●何かヒントがあれば思い出せる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●同じことを何回もきく。</li> <li>●置き場所がわからず、探し回る。</li> <li>●約束したことを忘れる。</li> <li>●わき目も振らず、ひたすら歩く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●料理がうまくできない、ATMがうまく使えないことがある。</li> <li>●「物を盗られた」と言い始めることがある。</li> <li>●買い物の際、小銭で支払うことが難しくなる。</li> <li>●話を取り繕って話す傾向がある。</li> <li>●道に迷う、外出先から家に戻れなくなるなど、自分の居場所がわからなくなることがある。</li> <li>●歩行障害→小刻みに歩く。第1歩が出にくいなど</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●季節に応じた服を選べなくなる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●年齢を実際より、若く言う傾向がある。</li> <li>●外出先から家に戻れないようになる。</li> <li>●トイレの場所を間違えて排泄する。</li> <li>●夕方～夜間にかけて症状悪化の傾向がある。</li> <li>●食べ物をあるだけ食べてしまう。満腹感がなくなる傾向がある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●歩行が不安定になる。</li> <li>●着替えの動作ができない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●言葉数が減る。</li> <li>●日中うつらうつらする。</li> <li>●口から食べたり、飲んだりすることが難しい。</li> </ul>
記憶面		<ul style="list-style-type: none"> <li>●疲れる。音や光に敏感になる。</li> <li>●不安・イライラ・あせり・抑うつ・自信喪失感の出現</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●考えるスピードが遅くなる。同時に複数のことに対応できない。</li> <li>●気持ちをことばでうまく伝えられない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●いつ、どこで、何をれる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●したかなどの出来事を忘</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●声かけや介護を拒む。不快な音を立てる。</li> <li>●尿意や便意を感じにくくなる。</li> <li>●飲み込みが悪くなる。食事に介助が必要となる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●獲得したはずの記憶を失い、若い頃の世界で生きる。</li> </ul>
見当識		<ul style="list-style-type: none"> <li>●直近のことを覚えられない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●体験したことを忘れる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●季節・年次がわからなくなる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●なる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●親しい人や家族が認識できなくなる。</li> </ul>	
対応のポイント	<p>認知症予防のための生活に心がけましょう。</p> <p>認知症を発症しても、進行を遅らせるという点では、生活の工夫は同じです。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎大事な事や出来事をメモに書きとめる。置き場所や段取りを張り紙にしておく。</li> <li>◎ゆっくり、短いことばで、一つずつ言う。</li> <li>◎時間の見当がつく工夫を デジタル時計や季節感のあるカレンダーの活用や外の景色がみえる工夫を。 「おはようございます」「こんにちは」など挨拶を心がけましょう。</li> <li>◎不快な表情や態度は逆効果 人のしぐさや表情を読む力はむしろ敏感になります。</li> <li>◎教え込み・失敗は逆効果(できないことは無理にさせないことが大切) 繰り返し教え込もうとすると余計に混乱します。正しい情報を示すほうが効果的です。 「今日は何曜日だからゴミの日ですよ」と最初から正しい答えを示すほうがベストです。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎納得よりその場の納得 理屈の理解が難しいので、理論での説明ん気持ちを受け止め、一緒に行動するそのうち、忘れて気持ちが変わることも</li> <li>◎昔取った杵柄で アルツハイマー型認知症の場合、この段階では「手続き記憶はあまり障害されません。趣味や仕事で培ってきた得意分野を活かすと昔の記憶がよみがえり、心の安定につながります。</li> <li>◎自然の自然の風の活動量思い出のがえり、</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎昔の思い出に触れたり、なじみの歌に親しむ 忘れがたい出来事や思い出に触れると、その時の生き生きとした気持ちがよみがえり、今の自分と過去の自分につながりができるので、自分の存在を実感し、不安が軽減されます。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎身体管理を十分に 体調が変化しやすい時期です。水分が適切にとれているか?必要な食事がとれているか?便秘や下痢などの不調はないか?発熱していないか?など体調管理にも注意するようにしましょう。身体状況の悪化がBPSD(認知症の行動・心理症状:暴力、暴言、妄想等)の原因になることも少なくありません。体調に変化があれば、早めに主治医に相談しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ことば以外のサインを大切に ことばがうまく出なかったり、自分の意思を伝えるにくくなります。表情や手のしぐさなどから気持ちを読み取るように意識しましょう。また、声かけの理解も十分できないので、手を握る、背中をさするなどスキンシップを心がけ、安心感を与えるようにしましょう。</li> </ul>	
ご家族へ 地域の方へ	<p>認知症の疾患や対応について勉強しましょう。認知症を引き起こす疾患により、経過も対応の方法も異なります。間違った対応は、本人の症状を悪化させる原因にもなります。認知症を正しく理解し、関わる人がうまく対応することでおだやかな経過をたどることも可能です。本人の生活パターンや「大切にしていること」を情報共有しましょう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎近い親戚家族や本人の親しい人には、病気のことを伝えておきましょう。 記憶障害の影響で、約束を忘れたり、電話の用件が伝えられないようなこともあります。また、病気のことを知らないためにかけられた言葉で、本人が傷ついている場合もあります。病気であることを理解してもらうことは大切な事です。</li> <li>◎今後の生活設計(介護、金銭管理、財産等)についての備えをしておきましょう。</li> <li>◎地域のつながりを大切にしましょう。 見守りネットワークなど、地域での支え合いを利用しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎介護サービスを利用しましょう。 戸惑うような出来事苦しみ時期です。家ことも大切です。デ制度が利用できます。など、家族以外の人慣れておくと、いざみます。同じ立場などで、話を聞いたせる場を持つのもよの力や智恵をうまく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>したり、家族の集いの場が重なって、家族が最も家族が休息する時間を持つイサービスなど介護保険ご本人が、介護スタッフから介護を受けることという時に戸惑わずにす人の集まり(家族の集い)り、自分の気持ちを話いでしょう。介護スタッフ借りましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎認知症が進行した後の備えを 終末期の延命措置や栄養補給や医療をどの程度行うか、入院するかどうかなど、最期をどこで迎えるかも含めてできるだけ本人や家族の視点に立って相談しておきましょう。(本人と意思疎通が図れるうちに、話しておくことが大切です)</li> </ul>		

※手続き記憶：自転車に乗るなど身体で覚えているような無意識にできる動作等

参考：永田久美子「本人と家族のためのセンター方式ガイド 認知症をもっと楽に！」(改変)



# 認知症の人を支える社会資源

## みんながやさしい街 いばらき

生活の様子		元気な状態(自立している)		気づき～診断(虚弱・軽度)		日常在宅ケア(要支援・要介護)	急性増悪期ケア(要介護)
		認知症の予防を実践	認知症の疑い	認知症を有するが日常生活は自立	介護保険の利用		
支援の内容		フレイルの予防や認知機能活性の取組みを実践し健康管理に努めている	物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め、日常生活は自立している	買い物や事務、金銭管理等にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している	誰かの見守りがあれば日常生活は自立		生活に手助け・介護が必要
		はつらつ教室などの介護予防教室 いきいき交流広場 シニアいきいき活動ポイント シニアプラザいばらき 多世代交流センター 老人クラブ・シルバー人材センター いきいきサロン・シニアカレッジ 健康診査の受診・保健指導の利用 いばらき孫子老(まごころ)ふれ愛フェスタ	いばらきオレンジかふえ(認知症カフェ) 街かどデイハウス	コミュニティデイハウス 老人介護家族の会(本人) 認知症の人と家族の会	(介護保険外) 高齢者の在宅福祉サービス ごいっしょサービス		老人介護家族の会(家族)
主な相談先		福祉総合相談課・地域包括支援センター		認知症疾患医療センター			
		健康づくり課	認知症地域支援推進員			長寿介護課	
維持・悪化予防	介護保険サービス			総合事業		自宅にいながら利用するサービス グループホーム	施設を利用するサービス
	地域で見守る連携する	ぶらっとホーム 会食・配食サービス (ひとり暮らし老人の会)	民生委員・児童委員 地区福祉委員 認知症サポーター	配食サービス 単身高齢者地域見守り事業	健康福祉セーフティネット 茨木童子見守りシール みんなでさがそうSOS事業		
	権利を守る	成年後見制度(任意後見)		日常生活自立支援事業 成年後見制度(法定後見)	緊急一時保護		
医療	医師	市医師会 市民フォーラム 健康フェスタ 出前講座 市民公開講座	かかりつけ医 認知症の相談ができる診療所・病院	認知症の診断ができる病院		治療ができる医療機関 在宅療養協力医(訪問診療・往診)	
	歯科医師	市歯科医師会 健口展 かかりつけ歯科医	口腔ケア管理 口腔管理機能及びリハビリテーション			訪問歯科診療・口腔ケア指導	在宅療養管理指導
	薬剤師	市薬剤師会 かかりつけ薬局 かかりつけ薬剤師			訪問薬剤管理指導	在宅療養管理指導	
地域連携パス等		はつらつパスポート(みんなで元気編)	認知症サポートブック			医療・看護連携シート はつらつパスポート(みんなで連携編/ICT編) 医療・介護連携シート	

# 地域の相談窓口

## 茨木市地域包括支援センター

総合相談、権利擁護、介護予防ケアマネジメント等を行う地域の中核機関です。  
保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等を配置しています。

センター名	所在地	電話	担当小学校区
清溪・忍頂寺・山手台	山手台三丁目30-16-1	☎ 072-649-1808	清溪・忍頂寺・山手台
天兆園	安威二丁目10-11	☎ 072-640-3960	安威・福井・耳原
常清の里	清水一丁目28-22	☎ 072-641-3164	豊川・郡山・彩都西
太田・西河原	太田一丁目17-20	☎ 072-631-5200	太田・西河原
三島・庄栄	西河原二丁目17-4 茨木市東保健福祉センター内	☎ 072-631-5566	三島・庄栄
東・白川	鮎川一丁目6-4	☎ 072-636-8686	東・白川
春日・郡・畑田	上穂積一丁目2-27	☎ 072-646-5685	春日・郡・畑田
沢池・西	南春日丘五丁目1-8 茨木市西保健福祉センター内	☎ 072-625-6575	沢池・西
春日丘・穂積	西駅前町5-36 茨木高橋ビル7階西	☎ 072-646-5406	春日丘・穂積
茨木・中条	片桐町4-26 茨木市中央保健福祉センター内	☎ 072-646-5399	茨木・中条
大池・中津	園田町8-17 プレステージ1階	☎ 072-697-8067	大池・中津
天王・東奈良	東奈良三丁目16-14	☎ 072-648-7071	天王・東奈良
玉櫛・水尾	玉櫛一丁目2-1 三吉マンション1階	☎ 072-652-5810	玉櫛・水尾
玉島・葦原	新和田21-27 茨木市南保健福祉センター内	☎ 072-636-8000	玉島・葦原

## 在宅歯科ケアステーション / かかりつけ薬局・薬剤師

### 通院できないからってあきらめていませんか 在宅歯科ケアステーション

月～金曜日 午前10時～午後2時

お急ぎの方は随時受付いたします。

土、日、祝日はお休みです。都合によりお休みする場合があります。

茨木市春日三丁目13-5 (一社) 茨木市歯科医師会

TEL 072-624-5601 FAX 072-622-7369

お気軽に  
ご相談ください。

### 町の薬局はあなたの身近な相談所です

気軽に相談でき、信頼できる  
あなたの「かかりつけ薬局・薬剤師」を持ちましょう。

### (一社) 茨木市薬剤師会

茨木市春日三丁目13-5

TEL 072-625-2481

### 問合わせ先

茨木市福祉部福祉総合相談課  
茨木市駅前三丁目8番13号  
TEL 655-2758

発行 茨木市

協力 茨木市認知症地域連携連絡協議会