



家族がつくった

「認知症」早期発見のめやす

もの忘れがひどい

- 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 2. 同じことを何度も言う・問う・する
- 3. しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 4. 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

判断・理解力がおとろ衰える

- 5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 6. 新しいことが覚えられない
- 7. 話のつじつまが合わない
- 8. テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所がわからない

- 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 10. 慣れた場所でも迷うことがある

ひとがら人柄が変わる

- 11. 些細なことで怒りっぽくなった
- 12. 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 13. 自分の失敗を人のせいにする
- 14. 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

- 15. ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 16. 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 17. 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 20. ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。いくつか思い当たることがあれば、一度専門家に相談してみることがよいでしょう。

(作成)

にんちしょう

最上町認知症支援ガイド

認知症支援ガイドとは、認知症になっても安心して住み慣れた地域で生活できるように、認知症の進行や状態に合わせて活用できる医療・介護・福祉のサービスなどをまとめたものです。ぜひご活用ください。

1. 認知症とは？

いろいろな原因によって脳の細胞が死んでしまったり、はたらきが悪くなったりすることで、様々な障害が起こり、生活する上で支障が出ている状態のことを「認知症」といいます。認知症は誰にでも起こる可能性がある身近な脳の病気です。

現在、日本では85歳以上の4人のうち1人にその症状があると言われていています。国の推計によると2040年には認知症患者数が約584万人（高齢者の約15%）、軽度認知症（MCI）の方が約613万人となり、6.7人に1人が認知症患者になると言われています。また、65歳未満で発症した場合は「若年性認知症」といい、全国で4万人近くいると言われ社会的にも重大な問題となっています。

2. 早期受診・診断、早期治療が大切です！！

認知症は早く診断し、適切な治療を早い段階から行うことで、症状が改善したり、進行を遅らせることができ、健康に過ごせる時間を長くすることにつながります。「何かがおかしいな？」「もしかしたら…」と思ったら、できるだけ早くかかりつけ医や相談機関に相談し、専門家の助言を受けることが大切です。

※最上地域の認知症疾患医療センターは

医療法人社団清明会 PFC HOSPITAL（電話：0233-22-2047）となります。
受診を希望される場合は、かかりつけ医より紹介状をもらい事前予約が必要です。

3. 介護（介護予防）サービスを利用するには？

介護（介護予防）サービスを利用するには最上町健康センター健康福祉課に申請し、「介護や支援が必要である」と認定されることが必要です。

*介護や認知症に関する相談窓口

最上町健康福祉課 最上町地域包括支援センター

電話 0233-43-3117 （受付：平日午前8：30～午後5：00）

認知症の状態に合わせて利用できる支援の一覧表

認知症の段階	認知症の疑い 日常生活は自立 変化が起き始めた時期	認知症(軽度) 誰かの見守りがあれば 日常生活は自立	認知症(中等度) 日常生活を送るには 支援や介護が必要	認知症(重度) 常に介護が必要
本人の様子 <small>※認知症の進行には個人差があります。あくまでも目安として参考にしてください。</small>	<ul style="list-style-type: none"> ・もの忘れがあるが、それを自覚している。日常生活に支障をきたすほどではない。 ・探しものが増える 	<ul style="list-style-type: none"> ・同じことを何度も言ったり、聞いたりする ・薬の飲み忘れや、火の消し忘れなどが増える ・物や人の名前が出てこない 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事したことを忘れる ・季節に合った服選びや、着替えがうまくできなくなる ・家までの帰り道が分からなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ・食事、トイレ、入浴など日常生活が、誰かの手助けがないと難しくなる ・近親者の顔や人間関係がわからなくなる ・言葉によるコミュニケーションが難しくなる
相談	地域包括支援センター(もの忘れ相談・認知症初期集中支援チーム※1)・ケアマネジャー・かかりつけ医・認知症の人と家族の会等			
予防	介護予防教室・100歳体操・サロン・老人クラブ・ボランティア等の社会参加 趣味や生きがい、役割を持つことは認知症の予防にもつながります。	予防給付サービス(要支援1~2) 介護予防・日常生活支援総合事業サービス(要支援1~2、事業対象者)	認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る人が一人でも増えることが、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりにつながります。	
医療	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局・認知症疾患医療センター・精神科 早めの相談・受診が大切です！ お口の健康も認知症予防に重要です！			
介護	介護給付サービス(要介護1~5)			
生活支援	◎軽度生活支援事業	最上町高齢者おかえり安心登録事業※2		
家族支援	認知症カフェ※3・認知症サポーター・チームオレンジ※4・◎介護者激励金支給事業・◎介護用品等支給事業・ 家族介護教室・家族介護者リフレッシュ事業			
権利を守る	日常生活自立支援事業	成年後見制度※5		
住まい	認知症対応型共同生活介護・小規模多機能型居宅介護			
	介護老人保健施設・介護老人福祉施設・その他の施設 自宅(介護サービスを利用することで自宅でも生活することができます。)			

○主な事業の紹介

※1 認知症初期集中支援チーム⇒認知症が疑われる人や認知症の人、その家族を対象に各専門スタッフが連携し支援します。

※2 最上町高齢者おかえり安心登録事業⇒徘徊により高齢者が行方不明になった際に早期発見・保護につなげる事業です。

※3 認知症カフェ⇒認知症の人や家族、住民の誰もが気軽に参加し、認知症について理解を深め集える場です。

※4 チームオレンジ⇒認知症サポーターが中心となって、認知症の人やその家族に対してちょっとした生活面のサポートをする団体です。

※5 成年後見制度⇒認知症等で判断力が低下した方の財産管理や、権利を守るための制度です。