

認知症になっても、住みやすいまちにするための

# 認知症支援ガイドブック

## 新庄市認知症ケアパス

認知症支援ガイドブックとは、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。


「認知症」は、誰にでも起こりうる身近な脳の病気です。2025年には、全国で470万人、65歳以上の5人に1人が認知症又はその予備軍になると言われています。

自分が認知症かもしれないと不安になったとき、家族が認知症となった時などぜひご活用いただきたいと思います。



発行：新庄市成人福祉課高齢者福祉推進室  
新庄市地域包括支援センター

# 認知症の方の様子の変化と家族の心構え

	気づきの時期 (変化が起き始めた時)	発症した時期 (日常生活で見守りが必要)
本人の様子	<b>会話など</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●約束を忘れることがある。</li> <li>●いつも「あれがない」と探し物をしている。</li> <li>●趣味や好きなテレビ番組に興味がなくなった。</li> <li>●不安や焦りがあり、怒りっぽくなる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●時間や日にちがわからなくなる。</li> <li>●同じことを何度も言ったり聞いたりする。</li> </ul>
	<b>食事調理</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●食事の内容を忘れることがある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●食事したことを忘れる。</li> <li>●調味料を間違える。</li> <li>●同じ料理が多くなる。</li> </ul>
	<b>着替え</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●同じ服ばかり着ている。</li> <li>●ボタンをかけ違える。</li> </ul>	
	<b>金銭管理 買物</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●お金の管理や書類作成はできる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●買物で小銭が使えない。</li> <li>●町内会費を何度も持ってくる。</li> <li>●通帳などの保管場所がわからなくなる。</li> </ul>
	<b>服薬 排泄 外出など</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●たまに薬の飲み忘れがある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ゴミ出しができなくなる。</li> <li>●回覧板が回せなくなる。</li> </ul>
本人の思い	 <ul style="list-style-type: none"> <li>●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」と言われると苦しい。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●できないことも増えるが、できることもたくさんあることを知ってほしい。</li> </ul>
家族の心構えのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>●周囲の「気づき」がとても大切です。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へ相談しましょう。</li> <li>●認知症サポーター養成講座などで、認知症に関する知識や理解を深めておきましょう。</li> <li>●本人の不安やつらさに共感しながら、さりげなく手助けしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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。</li> <li>●火の不始末に備えて、ガステーブルの安全装置の確認や火災報知器などの対策を考えておきましょう。</li> <li>●道に迷うなどの事故に備えて、事前登録などの安全対策を考えておきましょう。</li> </ul>

## 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

- 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。

- 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。

- 表情がとぼしくなる。



- 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。

- 食べ物でないものを口に入れる。

- 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。

- 入浴をいやがる。
- 服が選べない。

- 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。



- 同じものばかり買う。
- 財布や通帳を盗られたなどの妄想がある。



- 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。

- 自分がいる場所がわからなくなり、家にもどれなくなる。

- 尿や便の失禁が増える。
- 寝たきりになる。

- 一番困ることは新しい場所に1人では行けないこと、時間の感覚がないこと。

- 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。

- 症状が進んでも何もわからない人と考えないでほしい。

- 1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。

- 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。

- どのような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。



- 今後の生活設計について話し合っておきましょう。

- 認知症カフェや出張交流会へ参加することで、介護者同士の気持ちを共有したり、自分の時間を持つことも大切です。

- 1人で介護を抱え込まないように、ケアマネジャーと相談しながら介護サービスや医療サービスを上手に活用しましょう。



# 認知症の状態に合わせて利用できる支援の一覧表

	気づきの時期 (変化が起き始めた時)	発症した時期 (日常生活で見守りが必要)
相談	地域包括支援センター・認知症疾患医療	
予防	ボランティアポイント制度(※1)・いきいき100歳体操(※2)	
	老人クラブ・地域ふれあいサロン	
		予防給付サービス 介護予防・日常生活支援総合事業サー
医療	 かかりつけ医・かかりつけ歯科医	
介護		
生活支援 家族支援 安否確認 権利を守る	緊急通報システム(※3)・安心見守り事前登	
		民生児童委員・
		認知症カフェ
住まい	任意後見制度・日常生活自立支援事業	
		特定施設入
		養護老人ホーム
	自宅・公営住宅・民間住宅・有料	

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

センター・ケアマネジャー・認知症の人と家族の会



(要支援 1～2)

ビス (要支援 1～2、事業対象者)



・かかりつけ薬局・認知症疾患医療センター

訪問看護・精神科(外来・急性期増悪期の一時入院)

介護給付サービス (要介護 1～5)

録(※4)・愛のひと声運動・給食サービス・除雪サービス

紙おむつの支給・家族介護者リフレッシュ事業

老人クラブ・認知症サポーター(※5)

(※6)・認知症の人と家族の会(※7)

任意後見制度・成年後見制度

居者生活介護・認知症対応型共同生活介護・小規模多機能型居宅介護

介護老人福祉施設(要介護3～5)・介護老人保健施設(要介護1～5)

老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅

## ※ 1 新庄市介護支援 ボランティアポイント制度

介護施設でのさまざまなボランティアをとおし、ポイントを取得することができる制度です。交付されたポイントは奨励金などに交換することができます。

問合せ：市成人福祉課（電話：22-2111）

## ※ 2 いきいき百歳体操

介護予防を目的とした30分程度です。新庄市内在住の60歳以上どなたでもご利用いただけます。

実施日：月・木 10:00～

場 所：老人福祉センター 1階

問合せ：市地域包括支援センター

## ※ 4 しんじょう市安心見守り事前登録

認知症などの進行により、たびたび道に迷ったり、自宅に帰れなくなる心配のある高齢者の方が対象です。あらかじめその方の情報を新庄市に登録しておくことで、行方不明になったとき、捜索に必要な情報を関係機関と共有して、早期発見・保護につなげます。

申込・問合せ先：市成人福祉課（電話：22-2111）

または市地域包括支援センター（電話：28-0330）

## ※ 6 認知症カフェ～オレンジカフェ～

気軽に立ち寄って、情報交換や気分転換できる場所です。認知症に関心のある方はどなたでも参加できます。毎月テーマを決めて20分程度の「ミニ講話」で話題提供しています。認知症の相談もできます。予約はいりません。どうぞお気軽にお越し下さい。

日 時：毎月15日頃 13:30～15:00

場 所：ひと休み いっぷく（沖の町）

問合せ：市地域包括支援センター（電話：28-0330）



の簡単な体操  
の方なら、



ロビー  
(電話：28-0330)

### ※3 緊急通報システム（やすらぎ電話）

1人暮らしまたは高齢者世帯の方が対象です。緊急通報用の機器を自宅の固定電話と接続して、急病等の通報及び健康相談について民間の受診センターが受付できるようになります。受診センターでは通報時の状況に応じて、救急車の要請等対応します。

利用者負担：月額237円

申込：市成人福祉課（電話：22-2111）

### ※5 認知症サポーター

認知症サポーターは、認知症を正しく理解して見守りをしたり相談につなげる応援者です。市では、高校生以上の方を対象に「認知症サポーター養成講座」を定期的を開催しています。講座を受講すると、認知症サポーターの証として、オレンジリングを差し上げています。

場 所：市社会福祉協議会

問合せ：市地域包括支援センター

(電話：28-0330)



### ※7 認知症の人と家族の会

山形県の委託を受けて認知症相談・交流拠点として、山形市で「さくらんぼカフェ」を常設しています。最上地区で出張交流会も開催しています。

問合せ：さくらんぼカフェ やまがた認知症コールセンター

(電話：023-687-0387)



# 認知症とは？

認知症とは、加齢や病気などのいろいろな原因により脳の働きが悪くなり、日常生活に支障がでてくる病気の総称です。

脳の働きは、記憶することだけではありません。「暑い、寒い」などの体の感覚、見たり聞いたりした内容を理解する働き、喜びや悲しみを感じる働き、やる気を起こす働きなど多くの役割を担っています。認知症になるとそれらの働きが十分行えなくなってしまうのです。

しかし、周りの人が認知症という病気を理解し、困っていることを予測して、さりげなく認知症の人を支えることができれば、認知症になっても住み慣れた地域で生活することが可能となります。



認知症かな？と心配になったら、  
お気軽に下記へご相談ください！

## 新庄市地域包括支援センター

電話：28-0330  
相談受付：平日8:30~17:15

地域包括支援センターは高齢者に関する総合相談の窓口です。主任介護支援専門員、保健師、社会福祉士の専門職が相談対応しています。認知症がご心配な方の相談をはじめ、認知症介護のアドバイスや介護保険サービスや高齢者福祉サービスを利用する方法の相談に応じています。

## 認知症初期集中支援チーム

認知症サポート医、医療・福祉・介護の専門職で構成されているチームで、新庄市では新庄明和病院へ設置しています。

対象は、40歳以上で、自宅で生活しており、認知症の症状などでお困りの方です。チーム員が認知症の方又はその疑いのある方や、ご家族を訪問し困りごとの相談に応じます。また、状況に合わせ病院受診やサービス利用、ご家族の介護負担軽減等の支援を行います。

お困りの方は地域包括支援センターへご相談下さい。

## 新庄明和病院認知症疾患医療センター

電話：22-2125

認知症の方やご家族、関係機関からの認知症に関する医療相談に対応しています。画像診断や認知機能検査などを行い、認知症の診断を行います。かかりつけ医の先生がいる場合は、紹介状が必要です。

認知症は他の病気と同じく、早期受診が大変重要です。「年だから」「治らないから」と考えずに、「おかしい」と思ったらすぐ専門の医療機関を受診しましょう。



# 家族がつくった「認知症」早期発見の目安

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。医学的なものではありませんが、暮らしの中での目安として参考にして下さい。いくつか思い当たることがあれば、項目にチェックを入れて、医療機関や地域包括支援センターなどの専門家に相談してみることをお勧めします。

	質 問 項 目	<input checked="" type="checkbox"/>
<b>もの忘れがひどい</b>		
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	
<b>判断・理解力が衰える</b>		
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	
<b>時間・場所がわからない</b>		
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	
<b>人柄が変わる</b>		
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	
<b>不安感が強い</b>		
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	
<b>意欲がなくなる</b>		
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	

## ●「認知症サポート医について」

「認知症サポート医」とは、認知症サポート医養成研修を終了し、かかりつけ医の認知症診断等に関する相談への助言等の支援を行うとともに、専門医療機関や市町村の地域包括支援センター等の関係機関との連携役となる医師です。

## ●やまがたオレンジドクター（かかりつけ医認知症対応力向上研修修了者）について

「やまがたオレンジドクター」とは、適切な認知症診療の知識・技術や認知症の方とその家族を支える知識と方法を習得するための「かかりつけ医認知症対応力向上研修」を修了した医師です。

### ◆ 医療機関一覧 ◆

医療機関名	住 所	電話番号	認知症サポート医	オレンジドクター
阿部内科循環器科クリニック	大字泉田字泉田465	24-2020		
香音クリニック	大手町2-29	32-1617		
きねぶち医院	十日町2764-1	23-5866		○
小内医院	鉄砲町7-28	22-2036		
こくの医院	大字泉田字泉田10-1	25-2501		
栄町耳鼻咽喉科クリニック	栄町6-6	29-9133		
三條医院	大手町5-11	22-4053	○	
新庄井出眼科	沖の町3-3	23-3959		
新庄クリニック	末広町8-23	28-0277		
新庄整形外科医院	城西町4-32	23-0287		
須藤医院	沖の町10-22	22-2059		○
土田医院	桧町18-2	23-7011	○	○
東山内科クリニック	東谷地田町2-6	28-1080		
東山整形外科クリニック	東谷地田町5-7	28-8655		
ふくい整形外科	大字松本492	23-3128		
丸橋内科クリニック	栄町6-1	28-0840		
山口皮膚科診療所	堀端町7-78	23-4141		
山科内科医院	小田島町5-33	23-3770		○
よしだ耳鼻咽喉科クリニック	桧町21-2	23-4133		
若狭眼科	金沢2882-1	23-6888		
渡部外科胃腸科医院	五日町720-2	22-1070		○

医療機関名	住 所	電話番号
山形県立新庄病院	若葉町12-55	0233-22-5525
新庄徳洲会病院	大字鳥越字駒場4623	0233-23-3434
新庄明和病院	大字福田806	0233-22-2047
新庄市夜間休日診療所	堀端町3-33 (保健センター内)	0233-29-6300

## ◆ 医療機関（歯科）一覧 ◆

医療機関名	住所	電話番号
愛育歯科矯正クリニック	新庄市沖の町8-13	0233-22-1470
愛歯科かとうクリニック	新庄市五日町字宮内225-12	0233-28-8020
青木歯科医院	新庄市鉄砲町10-22	0233-23-8888
青葉歯科医院	新庄市末広町14-61	0233-22-7756
五十嵐歯科医院	新庄市栄町7-2	0233-22-4143
伊藤歯科診療所	新庄市大手町1-16	0233-22-0448
伊藤ヨシユキ歯科医院	新庄市大字泉田字村東2	0233-25-3225
荒木歯科医院	新庄市城西町5-16	0233-29-4618
たけし歯科クリニック	新庄市桧町21-3	0233-28-0303
上嶋歯科医院	新庄市末広町2-24	0233-22-1270
おんみょうじ歯科医院	新庄市本町4-43	0233-22-0893
菅歯科医院	新庄市大手町5-13	0233-22-0603
グリーン歯科医院	新庄市金沢字南沢1572-12	0233-22-2796
佐々木歯科医院	新庄市鉄砲町1-21	0233-22-1077
三條歯科医院	新庄市万場町5-14	0233-23-3738
志賀歯科医院	新庄市小田島町3-57	0233-22-3719
高橋歯科医院	新庄市東谷地田町10-3	0233-23-2424
沼澤歯科医院	新庄市住吉町3-5	0233-22-4175
三浦歯科医院	新庄市北町3-22	0233-23-4182
みちのく政宗デンタルクリニック新庄診療所	新庄市五日町字清水川1292-1 イオンタウン新庄ショッピングセンター内	0233-32-0755

## ◆ かかりつけ薬局一覧 ◆

医療機関名	住所	電話番号
おおてまち薬局	新庄市大手町5-7	0233-32-1981
カイセイ調剤薬局	新庄市鉄砲町7-27	0233-29-2913
カイセイ調剤薬局中央店	新庄市鉄砲町1-26 郷野目ストア中央店内	0233-23-5081
すこやか調剤薬局	新庄市大字泉田19	0233-25-9321
(有) ナカムラ薬局	新庄市城西町3-26	0233-23-3255
ほし薬局	新庄市鉄砲町3-1	0233-28-8693
よつば調剤薬局	新庄市大手町2-8	0233-22-6560
よつば調剤薬局宮内店	新庄市五日町376-1	0233-32-0202

※厚生労働省の基準を満たした、かかりつけ薬剤師が勤務している薬局です。

