

認知症は早期診断、早期対応が大切

認知症は高齢期にもっともかかりやすい病気の1つです。
令和7年には5人に1人が発症といわれています。
「認知症になるのを遅らせる」、「認知症になっても進行を緩やかにする」ために
早期発見、早期対応が非常に大切です。 認知症施策推進大綱より

認知症に関する相談は

新見市地域包括支援センター 電話:(0867)72-6209

新見市在宅医療・介護連携支援センター
まんさく(介護老人保健施設くろかみ内) 電話:(0867)88-8270

岡山県認知症疾患医療センター 電話:(0866)22-8300
(たいよの丘ホスピタル内)

認知症サポーターになりませんか?

認知症はいつ自分や家族、あるいは知り合いになるかもしれません。
認知症について正しく理解し、認知症の人や家族に対して温かく見守ったり、
困ったときに手助けしたりしてくれる方が増えると、ご本人やご家族は安心して過ごすことができます。
認知症サポーター養成講座を受けて、認知症について正しく理解し、
認知症の人や家族を温かい目で見守る「応援者」になりませんか?

例えば

- ゴミ出しが難しくなっている人にゴミ出しの日に声をかける
- 趣味が続けられるようにサポートする
- 買い物に行く時に誘っていく など
- 地域の行事と一緒に参加する

認知症サポーターになるには?

「認知症サポーター養成講座」(1時間~1時間半)を受講すれば、どなたでもなることができます。職場、町内会など10人程度集まる場があれば、講座を開催させていただきます。開催日等の相談については、新見市地域包括支援センター(電話72-6209)にお問い合わせください。

令和3年度 認知症ケアに係る医療連携体制整備事業
一般社団法人 新見医師会 発行

認知症になっても 安心して暮らせるまち にいいみ



チェックしてみましょう

自分のもの忘れが、気になりはじめたら...

自分でチェック

変化はゆっくりと現れることが多いので、
1年前の状態と現在の状態を比べてみるとよいでしょう。

- ものをなくしてしまうことが多くなり、いつも探し物をしている。
- 財布や通帳など大事なものをなくすることがある。
- 曜日や日付を何度も確認しないと忘れてしまう。
- 料理の味が変わったと家族に言われた。
- 薬の飲み忘れや、飲んだかどうかわからなくなることがある。
- リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない。
- いらいらして怒りっぽくなった。
- 一人ているのが不安になったり、外出するのがおっくうになった。
- 趣味や好きなテレビ番組を楽しめなくなった。

ひとつでも
思い当たる場合は
まず相談!

かかりつけ医などの医療機関に相談したり、
「認知症等の相談ができる窓口」(裏面)を参考に、
これからのことを早めに相談してみましょう。

家族・身近な人のもの忘れが、気になりはじめたら...

家族・身近な人でチェック

認知症による変化は、本人より周りが先に気づく場合も多いものです。
家族や身近な人がチェックをしてみましょう。

- 同じことを何度も繰り返して話したり、聞いたりする。
- しまい忘れが多く、いつも探し物をしている。
- 曜日や日付がわからず何度も確認する。
- 料理の味が変わったり、準備に時間がかかるようになった。
- 薬の飲み忘れや、飲んだかどうかわからなくなることがある。
- リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない。
- 失敗を指摘されると隠そうとしたり、些細なことで怒るようになった。
- 財布や通帳などをなくして、盗まれたと人を疑う。
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。

いくつか
思い当たる場合は
まず相談!

☆相談窓口は、裏面を見てください



認知症の症状の変化と対応 ケアパス

認知症は原因疾患や身体状況によって経過が異なり、その人に合わせた対応や支援が大切です。



抱え込まずに、まず相談！

認知症の症状の変化	物忘れはあるが生活は自立	そろそろ見守りが必要	手助けが必要	常に手助けが必要	介助なしでの生活が困難
本人の様子 ・財布の中に小銭が増える ・物忘れが多くなる ・会話の中に「あれ」「それ」など代名詞がよく出てくる ・片付けが苦手になる ・物が無くなる なんとなくおかしい？と感じて不安に…	・金銭管理が難しくなる ・探し物をする時間が増える ・必要な物を必要なだけ買うことができない ・同じことを繰り返し聞く ・火の消し忘れ 家族会やサロン等に参加すると色々な情報が得られます！	・薬を間違えて飲む ・たびたび道に迷う ・季節にあった服が選べない ・家電の操作が難しくなる ・生活リズムが乱れる	・トイレの場所がわからない ・道に迷って帰ってこれない ・日にちや季節がわからなくなる ・洋服の着方がわからない ・食べ物でないものを口に入れる	・自分で食事ができなくなる ・会話でのコミュニケーションが難しい ・表情が乏しくなる ・歩行が困難 ・起き上がるのに介助が必要	
家族の気持ちと対応 物忘れを年のせいにしてしまい、悩みを抱え込んでしまいがち。 一人で抱え込まずに誰かに相談することが大事。その人に合った環境調整や家族の理解が今後の症状の変化に影響します。また、家族自身の気持ちも落ち着きます。	地域での活動やサークル等、今までやってきたことを続けましょう。 大事なことはメモに書き留めましょう。 一人でも抱え込まずに誰かに相談することが大事。その人に合った環境調整や家族の理解が今後の症状の変化に影響します。また、家族自身の気持ちも落ち着きます。	本人の行動や心理状態への対応に悩み戸惑う。 周囲に隠さず話すと気持ちが楽になり、理解や協力も得られます。	症状を理解し対応が上手になってくる。しかし、本人の失敗が増え介護疲れを感じる。休みたくなる。 自分のリラックスできる時間も大事にしましょう。	最後の過ごし方や看取りが心配。 元気なうちに本人の意向を確認し、記録に残しておきましょう。	
本人や家族がやっておきたいこと決めておきたいこと 普段から相談できるかかりつけの医療機関を決めておきましょう。	友人や地域とのつながりを大切にしましょう。 地域包括支援センターや、かかりつけ医に相談してみましょう。	一日の計画を立てて行動してみましょう。 外出の機会を持ちましょう。 本人の話をじっくり聞きましょう。 これからについて一緒に考えましょう。	できることは続けましょう。 大変なことは、周りの人に手伝ってもらいましょう。 周囲との関わりを持ち続けましょう。 施設での生活を希望する場合は早めに見学しておきましょう。 将来に備えて、成年後見制度等の利用について検討しましょう。	対応のポイント ・ゆっくり短い言葉で少しずつ伝えましょう。 ・説得や否定はせず、気持ちを受け止めましょう。 ・手をにぎる、背中をさする等スキンシップをとり、安心させましょう。	
介護保険	申請の相談	介護認定の取得、介護サービスの利用			



認知症の方や家族への支援体制

予防

介護予防、日常生活支援総合事業
認知症サポーター養成講座

介護

ホームヘルプサービス、デイサービス
ショートステイ、小規模多機能型居宅介護など

地域での支え合い

老人クラブ、地区のサロン
認知症カフェ・サロン、認知症サポーター

医療

かかりつけ医、歯科医、薬局
認知症初期集中支援チーム
認知症疾患医療センター
訪問歯科診療、訪問薬剤師、訪問看護

相談

新見市地域包括支援センター、新見市高齢介護課
新見市在宅医療、介護連携支援センターまんさく
こころの医療たいようの丘ホスピタル
ケアマネジャー、民生委員

住まい

認知症グループホーム、介護保険施設など

生活支援

配食サービス、移送サービス、成年後見制度



詳しいサービスを紹介した冊紙があります。新見市ホームページからダウンロードできます。また、新見市地域包括支援センターでもお渡しいたします。