

湖西であんきに暮らす住まい



湖西市認知症ケアガイド

この資料は、認知症の状況に応じて、どのような時期にどのような支援を受けられるかご案内したものです。
認知症（疑い含む）の方や
そのご家族にとって道しるべとなれば幸いです。



認知症チェックリスト

「あれ、何か変だな？」と思ったら、チェック☑してみましよう。
(この認知症チェック項目は、あくまでも目安です。認知症の診断をするものではありません。)

- 同じことを言ったり聞いたりする
- 物の名前が出てこなくなった
- 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
- 以前はあった関心や興味が失われた
- だらしなくなった
- 日課をしなくなった
- 時間や場所の感覚が不確かになった
- 慣れた場所で道に迷った
- 財布などを盗まれたという
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 蛇口・ガス栓の締め忘れ、火の用心が出来なくなった
- 複雑なテレビドラマが理解できない
- 夜中に急に起きだして騒いだ



愛知県・国立長寿医療研究センター「認知症チェックリスト」より

3つ以上当てはまった方は、まずはかかりつけ医や
地域包括支援センターへご相談ください。

気になる方は
中をご覧ください

認知症って？

いろいろな原因で脳の細胞が壊れたり、働きが悪くなったりすることにより、脳の司令塔の働きに不都合が生じ、さまざまな障害が起こり、生活する上での支障がおおよそ6か月以上継続している状態をいいます。

代表的な4つの認知症の種類

●アルツハイマー型認知症



- 早いうちから少し前の出来事を忘れる
- 同じことを何度も言う
- 段取りが苦手になる
- 薬の管理が出来ない

●レビー小体型認知症



- 見えないものが見える（幻視）
- 小刻み歩行やぎこちない動作（パーキンソン症状）を伴う
- 初期には物忘れが目立たない
- 症状が変動しやすい

●脳血管性認知症



- 脳の障害を受けた部位によって症状が異なる
- 意欲が低下しやすい
- 早いうちから歩行障害も出やすい
- 人格や判断力は保たれる
- 物忘れが多い

●前頭側頭型認知症



- 我慢や思いやり、ルールを守る等の社会性を失い、問題となりうる行動もしてしまう
- 同じ時間に同じ行動をとる
- 同じ食品を際限なく食べる

※症状は一例であり、すべての症状が現れるわけではありません。

中核症状：脳の細胞が壊れることによって起こる

- 記憶障害**（新たなことが覚えられない、すぐに忘れる）
- 見当識障害**（時間・季節感が薄れる、自分のいる場所や周囲の人との関係がわからない）
- 理解・判断力の低下**
（考えるスピードが遅くなる、2つ以上のことが重なるとうまく処理できない）
- 実行機能の低下**
（計画を立て、実行に移すことが難しくなる）
- その他**（その場の状況が読めない）

生活のしづらさ

- 物を置いた場所を思い出せない
- 人との約束を忘れる
- 目的地に辿り着けない
- 金銭管理が難しくなる
- 実際にはないものが見える
- 車の運転が苦手になる
- 服が着にくくなる 等

性格

環境



わしゃ、忘れてばかりおるけど...
大丈夫かやあ...
困ったやあ...

行動・心理症状（BPSD）：本人の性格や環境、人間関係などの要因がからみ合っ、精神症状や日常生活における行動上の問題が起きてく

不安・焦燥、うつ状態、幻覚・妄想、徘徊、興奮・暴力、不潔行為など

例) ●物が盗られたと騒ぐ●怒りっぽくなる●夜に寝付けなくなる●落ち着きなく歩き回る 等

行動・心理症状は、周囲の環境や接し方、服薬等により、症状が穏やかになることがあります。



早めの気づき・相談、早めの受診・診断、早めの治療が大事！

認知症は治らないから、医療機関にかかっても仕方がないと考えていませんか？

認知症も他の病気と同じように、症状の進行や悪化を緩やかにするために早期診断と早期治療が大切です。現在、完治が難しい病気とされていますが、早めに気づき適切な対応をとれば、その人らしい充実した暮らしを続けることができます。

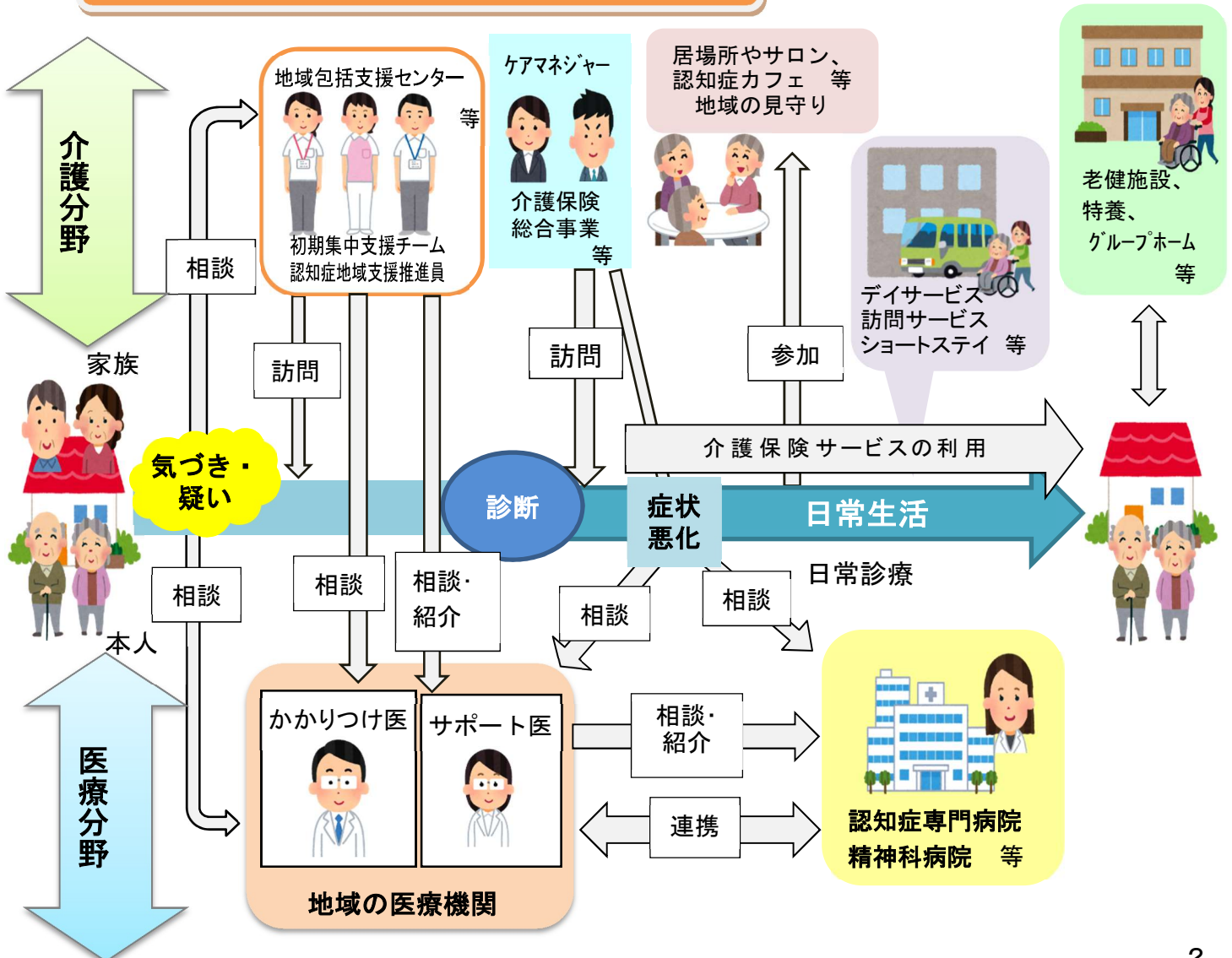


早めの気づき

【 早めに気づくことのメリット 】

- ① 症状が軽い段階から、こころ・身体・生活の準備をすることができます
 今後の生活や治療等について様々な人と話し合う等、今後の人生の準備ができます
- ② 進行を緩やかにする対策が考えられます
 服薬や生活習慣の改善・適切なかかりなど、進行を緩やかにできる可能性があります
- ③ 認知症のような症状を示す、別の病気が原因の場合があります
 原因疾患の早期発見・治療で重篤化を防ぎ、認知機能改善の可能性もあります

認知症の経過に応じたサービスや支援



認知症の状態に応じて利用できる支援の流れ



いつの時期でも、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるよう、様々な機関が連携しながらサポートしています。



経過	認知症の疑い（気づきの時期）	認知症を有するが自立した生活はできている	見守りや手助けがあれば自立した生活ができる	日時生活に手助け・介護があると安心	常に介護が必要
<p>本人の様子</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●もの忘れが見られ、人の名前が思い出せないことがしばしば見られる ●「あれ」「それ」ばかり言う ●日常生活は自立している 	<ul style="list-style-type: none"> ●買い物で必要なものを必要なだけ買うことが難しい ●食事の段取り、家計の管理等に支障が出てくる ●大事なものを何処にしまったか思い出せず、探し回ることが増える ●同じことを何度も話したり、聞いたりする 	<ul style="list-style-type: none"> ●季節に合った服を選ぶことが出来なくなる ●服を着る順番がわからなくなる ●外出先から一人で戻れなくなる ●時間や場所が分からなくなる ●時間が増える 	<ul style="list-style-type: none"> ●歩行が不安定になり、転倒なども増える ●トイレの場所が分からず失敗することが増える ●食事や入浴など一人でできず、介助が必要になる ●家族を認識できなくなってくる 	<ul style="list-style-type: none"> ●言葉によるコミュニケーションが難しくなる ●表情が乏しくなり、刺激に対する反応が鈍くなる ●歩くことが困難となり、ほぼ寝たきりの状態となる ●生活の多くの場面で介護が必要になる
<p>本人の気持ち</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●自分がこれまでと違うことに気づき、この先どうなるのか不安を感じている ●「しっかりして」と言われると苦しい 	<ul style="list-style-type: none"> ●物忘れや失敗が ●失敗したとき、 ●出来ないことも 	<p>増え、出来ていたことが出来なくなり、気持ちが沈んでしまう どうしたらいいのかわからず、イライラし不安が高まる 増えるが、出来ることもたくさんあることを知ってほしい</p>		<ul style="list-style-type: none"> ●自分の感情や気持ちをうまく言葉にできない ●症状がかなり進んでも、何もわからない人だと思わないでほしい
<p>家族の心構えや対応のポイント</p> <p>認知症は家族のかかわり方や環境により、症状が大きく変化します。また、気持ちの変化も人それぞれです。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●本人の話に耳を傾け、気持ちに寄り添いましょう ●エンディングノートを活用し、今後の生活等に 		<p>ついて考える機会を持ちましょう</p> <ul style="list-style-type: none"> ●本人の失敗を責めない、自尊心を傷つけないような対応を心がけましょう ●家族だけで抱え込まないように意識しましょう ●早めのサービスや制度利用で、見守る目を増やし、頑張りすぎない介護を心がけましょう ●ストレスをためすぎないように、適度に気分転換をし、介護者自身の健康も大切にしましょう 		<ul style="list-style-type: none"> ●どのような人生の最終段階を迎えるかについて、本人の視点にたって、話し合っておきましょう
<p>まずは相談しよう</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●地域包括支援センター（認知症地域支援推進員） ●認知症初期集中支援チーム 	<ul style="list-style-type: none"> ●居宅介護 	<p>支援事業所（ケアマネジャー）</p>		
<p>予防・交流</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●介護予防教室 ●ふれあいいきいきサロン ●健康体操教室 ●老人クラブ ●居場所 ●認知症カフェ ●シルバー人材センター 				
<p>あれっ？と思ったら医療受診を</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●かかりつけ医 ●認知症サポート医 ●認知症の受診ができる医療機関 		<ul style="list-style-type: none"> ●認知症疾患医療センター ●訪問診療（往診） ●訪問看護 		
<p>介護保険等のサービス</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●通所系：デイサービス・デイケア・小規模多機能型居宅介護 ●訪問系：ホームヘルパー・訪問リハビリ・訪問入浴・小規模多機能型 ●宿泊系：ショートステイ・小規模多機能型居宅介護 		<p>居宅介護</p>		
<p>生活支援・見守り</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●高齢者等配食サービス ●自費の配食サービス ●寝具洗濯 ●見守りオレンジネットワーク ●認知症サポーター ●高齢者あん 		<ul style="list-style-type: none"> ●消毒乾燥サービス ●寝たきり高齢者等紙オムツ購入費助成 ●ふれあい収集 		
<p>家族支援</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●若年性認知症コールセンター ●認知症コールセンター 		<ul style="list-style-type: none"> ●介護マーク ●認知症カフェ ●家族介護者教室 		
<p>お金や権利のこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●日常生活自立支援事業 	<ul style="list-style-type: none"> ●成年後見制度 			
<p>住まいのこと</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●自宅 ●経費老人ホーム ●有料老人ホーム ●サービス付き 		<p>高齢者向け住宅</p> <ul style="list-style-type: none"> ●認知症高齢者グループホーム ●介護老人保健施設 ●介護老人福祉施設 ●介護医療院 		

支援やサービス

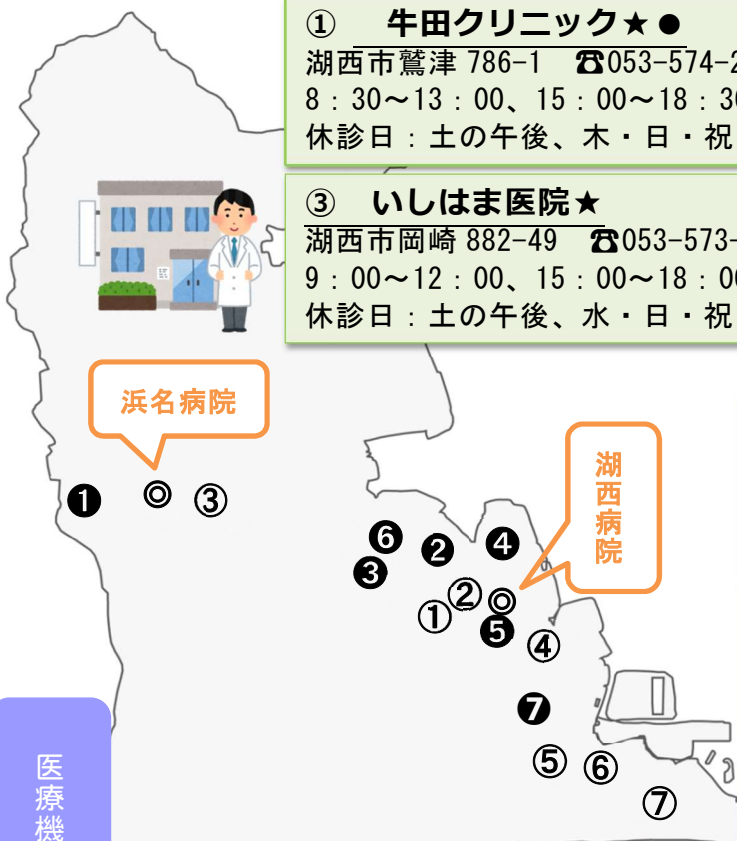
支援やサービス

※認知症の症状や経過は個人により異なります。個人の状況等により、利用できる制度やサービスは異なります。

ますので、目安として参考にしてください。上記の他にも利用できる制度やサービスがある場合もあります。

『認知症サポート医』 および

『認知症対応力向上研修を受けている医師又は歯科医師がいる医療機関と歯科医院



① **牛田クリニック★●**
湖西市鷺津 786-1 ☎053-574-2252
8:30~13:00、15:00~18:30
休診日：土の午後、木・日・祝

② **長尾クリニック●**
湖西市鷺津 740-1 ☎053-574-3222
9:00~12:00、15:00~18:00
休診日：土の午後、水・日・祝

③ **いしはま医院★**
湖西市岡崎 882-49 ☎053-573-0101
9:00~12:00、15:00~18:00
休診日：土の午後、水・日・祝

④ **クリニック井田★●**
湖西市新居町中之郷 3636-20
☎053-595-1188
8:30~12:00、15:00~18:30
休診日：土の午後、水・日・祝

⑤ **疋田クリニック★●**
湖西市新居町新居 1323-5 ☎053-594-8222
8:30~12:30、15:00~18:30
休診日：土の午後、日・祝

⑥ **あらい青葉クリニック★●**
湖西市新居町新居 3360-2 ☎053-594-0044
8:30~12:00、16:00~18:30
休診日：土の午後、水・日・祝

⑦ **みなとクリニック●**
湖西市新居町新居 486-1 ☎053-595-0780
9:00~12:00、15:30~18:30
休診日：土の午後、木・日・祝

★…認知症サポート医がいる医療機関
●…認知症対応力向上研修を受けている医師又は
歯科医師がいる医療機関又は歯科医院

① **山本歯科医院●**
湖西市新所原 3-3-26 ☎053-577-3888
9:00~12:30、14:00~19:00
休診日：木・日・祝
※祝・祭日のある木は診察することもある

② **小野田歯科医院●**
湖西市鷺津 716-10 ☎053-576-0201
9:00~19:00 ((土) 9:00~17:00)
休診日：木・日・祝

④ **柴田歯科医院●**
湖西市鷺津 1881-3 ☎053-576-4012
9:30~13:00、14:30~19:00
((土) 14:30~17:00)
休診日：日・祝

⑥ **山村歯科医院●**
湖西市古見 1034-7 ☎053-576-9555
9:00~13:00、15:00~18:00
休診日：木・日・祝

③ **神谷歯科医院●**
湖西市古見 994-6 ☎053-576-3331
8:30~12:30、14:00~18:00
((土) 8:30~12:00、13:00~16:30)
休診日：月・日・祝

⑦ **太田歯科●**
湖西市新居町中之郷 4004
☎053-595-0800
8:30~17:30 ((土) 8:30~13:00)
休診日：日・祝
※(水)は時間変更することもある

⑤ **三田歯科医院●**
湖西市鷺津 1188-1 ☎053-576-1711
9:00~13:00、15:00~19:00
休診日：木と土の午後・日・祝

- ◆認知症サポート医とは、かかりつけ医への研修・助言をはじめ、地域の認知症に係る地域医療体制の中核的役割を担います。※サポート医は指定の研修を受講された医師であり認知症専門医ではありません。
- ◆認知症対応力向上研修とは、平成18年度より静岡県等が地域のかかりつけ医等を対象に実施した、認知症診断の知識・技術、患者・家族への対応、地域の関係機関との連携を目的とした研修です。

認知症の受診ができる医療機関一覧（湖西市・浜松市・豊橋市）



市町	医療機関名	診療科	住所	電話番号	専門医の いる病院
湖西市	市立湖西病院	総合内科	湖西市鷺津 2259-1	053-576-1231	-
	浜名病院	脳神経外科	新所岡崎梅田入会地 15-70	053-577-2333	-
浜松市	聖隷三方原病院 (認知症患者医療センター)	物忘れ外来	浜松市中央区三方原町 3453	地域医療連携室 053-439-0001 (代)053-453-7111	○
	浜松医療センター	高齢者脳神経科	浜松市中央区富塚町 328	医療連携室 053-451-2760	○
	神経科浜松病院	物忘れ外来	浜松市中央区広沢 2-56-1	053-454-5361	○
	JA静岡厚生連 遠州病院	物忘れ外来	浜松市中央区中央 1 丁目 1-1	053-453-1111 (代)053-474-2222	(-)
	聖隷浜松病院	神経内科	浜松市中央区住吉 2-12-12	地域医療連携室 053-474-8801	○
	たまゆら メモリークリニック (認知症専門クリニック)	心療内科 老年精神科 精神科	浜松市中央区志都呂 一丁目 7 番 7 号	053-449-2525	○
	和恵会クリニック (認知症患者専門病院)	もの忘れ外来	浜松市中央区入野町 6413	053-440-5500	○
	三方原病院	精神科外来	浜松市中央区小沢渡町 2195-2	053-448-0622	-
豊橋市	可知記念病院	心療内科	豊橋市南大清水町 字富士見 456	0532-26-1101	○
	福祉村病院	神経内科	豊橋市野依町 字山中 19-14	0532-46-7511	○
	松崎病院 豊橋こころのケアセンター	物忘れ・高齢者 こころの外来	豊橋市三本木町 字元三本木 20 番地の 1	(代)0532-45-1181 医療連携室 0532-45-1324	○
	岩屋病院	精神科	豊橋市岩屋町字 岩屋下 39-1	0532-61-7100	-
	おいまつクリニック	老年心療内科	豊橋市老松町 193 番 1	0532-64-6117	○

医療機関等

かかりつけ薬剤師をもとう

※ご不明な点等については、直接お問い合わせください。
(認知症受診医療機関の抜粋です)

薬の「副作用」や「飲み合わせ」によって認知症に似た症状を起こしたり、認知症の症状を悪化させている場合もあります。認知症や他の病気の薬も含めて、薬に関することは薬剤師に相談しましょう。

市内には、認知症対応力向上研修を修了した薬剤師が在籍している薬局もあります。



認知症カフェ



- ・ 認知症の人やその家族や支援者の情報交換の場
- ・ 閉じこもりを防ぐための「居場所」

- ★オハナカフェ（日ノ岡グループホーム）：休止中
- ★カフェ燦光（包括燦光）：休止中
- ★ひまわりカフェ（包括恵翔苑）：毎月第4水曜日
- ★ひまわりカフェ in 表鷲津（包括恵翔苑）：休止中
- ★一円荘カフェ（一円荘白須賀）：休止中
- ★居場所しあわせカフェ日和F（フレンド）：第1、3火曜日

※状況により休止あり

介護マーク



介護をする方が、周囲から偏見や誤解を受けることがないように、介護中であることを周囲に理解していただくために作成されました。

配布場所：各地域包括支援センター、地域福祉課、高齢者福祉課

<こんなときにご利用ください>

- ☆介護していることを周囲にさりげなく知ってもらいたいとき
- ☆駅やサービスエリアなどのトイレで付き添うとき

地域で見守る体制があります

チームオレンジこさい

認知症の人や家族に寄り添って支える支援者をつなぐ仕組みが「チームオレンジ」です。1人でも多くの方ができることから始められるように、ステップアップ講座を実施しています。

認知症サポーター



認知症について理解を深め、認知症の人やその家族を見守り、応援する人です。湖西市では、認知症サポーター養成講座の出前講座を実施しています。

行方不明が心配な時、早期発見のために



←認知症サポーターカード見本

湖西市見守りオレンジネットワーク

行方不明になる可能性のある高齢者等の必要情報等を、事前に登録することで、日常的な見守りと行方不明時の早期発見・保護につなげる取り組みです。

地域包括支援センターへ届出
(市・包括・警察で情報共有)

行方不明発生!



家族等から湖西警察署へ連絡

同報無線や防災ほっとメールにて捜索協力依頼

オレンジシール交付



←オレンジシール見本

権利を守るために

成年後見制度

認知症等で理解力や判断能力が不十分な方の財産や権利を守るための制度です。地域包括支援センターへご相談ください。

日常生活自立支援事業

福祉サービスの利用や金銭管理等に不安がある高齢者等が利用できます。湖西市社会福祉協議会 ☎053-594-5511

何かあれば、ご相談ください



認知症コールセンター（電話相談）

電話番号：0545-64-9042
 日時：月・木・土曜日 10時～15時
 （祝日及び年末年始は除く）
 ※相談員は、「認知症の人と家族の会静岡支部」の会員。

若年性認知症コールセンター（電話相談）

電話番号：0800-100-2707
 日時：月～土曜日 10時～15時
 （祝日及び年末年始は除く）

消費生活相談室

専門の資格をもった消費生活相談員が、商品やサービスの契約トラブル等消費生活に関する相談を受け付け、共に考え、解決に向けてお手伝いします。また、適切な相談窓口を案内することもできます。
 電話番号：053-576-1609
 日時：月～金曜日 9時～11時45分
 12時30分～15時
 （祝日及び年末年始は除く）

静岡県若年性認知症相談窓口（電話相談）

電話番号：054-252-9881
 日時：月・水・金曜日 9時～16時
 （祝日及び年末年始は除く）

車の運転に不安を感じたら…

車の運転に不安がある場合や運転免許の自主返納等について、ご本人だけでなく、家族からの相談も受け付けています。お気軽にご相談ください。

◆静岡県警高齢運転者支援ホットライン

電話番号：054-250-2525
 10時～17時（土日祝日、年末年始は除く）

◆安全運転相談ダイヤル

連絡先：#8080
 日時：8時30分～17時15分（平日のみ）

◆湖西警察署交通課

電話番号：053-574-0110



まずは、地域包括支援センターへご相談ください



高齢者のみなさんが住み慣れた地域で、安心して生活していけるよう、介護、保健、福祉、医療などさまざまな悩みについて一緒に考え解決していく相談窓口です。お気軽にご相談ください。

相談窓口

中学校区域	自治会名	担当包括 名称	電話番号	住所
湖西 ※神座含む	新所 入出 神座 太田 青平 大知波 利木 横山	湖西市地域包括支援センター 湖西白萩	053-573-2050	湖西市太田 450-1 （特別養護老人ホーム湖西白萩内）
岡崎 白須賀	大森 岡崎 上ノ原 南上の原第1～ 第3 新所原 梅田 白須賀第1～第6	湖西市地域包括支援センター 光湖苑	053-577-5455	湖西市新所岡崎梅田入会地 17-20 （特別養護老人ホーム光湖苑内）
鷺津	表鷺津 鷺津 河美 古見 川尻 市場 山口 坊瀬	湖西市地域包括支援センター 恵翔苑	053-595-1114	湖西市新居町中之郷 3636-21 （特別養護老人ホーム恵翔苑内）
新居	新居中央 柏原 新居南 橋本 西浜名 内山 住吉 ベイリーフ 郷南郷北 三ツ谷 あげぼの	湖西市地域包括支援センター 燦光	053-594-7474	湖西市新居町新居 1800-1 （特別養護老人ホーム燦光内）

～認知症ご本人からのメッセージ～

仲間と出会う前の私は、認知症を私自身が誤解していたと思います。
多くのことが急激に出来なくなっていくだろうと思い込んでいました。
進行性の病気ではありますが、全てのことがいっぺんに出来なくなるわけではありません。
出来なくなってきた事に執着すると、それしか見えなくなってしまうです。

本当は多くの事が出来ていたりします...

「昨日何を食べたかより、今日何を食べたいか、何が好きか、明日何をやってみたいか」
自分が今できている事、やりたい事、楽しみに目を向けて行くと、
そのトンネルの出口が見えてきたりします。

私たちは出来ないことは助けてもらいますが、出来る事ややりたい事、楽しい事を
一緒にやって行ってもらいたいと願っています。 (メッセージ動画より抜粋)



メッセージ動画全編はこちらから
⇒<https://youtube.be/ic2L-V-6vug>



静岡県希望大使
三浦 繁雄氏



認知症の人からのメッセージ動画

厚生労働省「希望の道」—認知症とともに生きる—

認知症と診断されても、自分らしく前向きに暮らしている人たちがいます。
新たな出会いを通じて、これまで得られなかった貴重な体験をされた人たちがいます。

本人ばかりでなく、彼らを支えるパートナーたちも。

認知症の人が出会った新しい自分と彼らにしか見ることができない世界、
そして自分らしく前向きに生き続ける姿を、多くの人に知ってもらいたい。

そんな思いから作成された映像です。

(「希望の道」ホームページより抜粋)



各種メッセージ動画はこちらから

⇒<https://nakamaaru.asahi.com/nakamaaru/extra/kibounomichi/index.html>

冊子「もしも 気になるようでしたらお読みください」



生活の中でなんとなく違和感を覚えている人やご家族に向けた
ヒントとなる情報をまとめた絵本のような冊子です。
気になることがある人も、今は周りに気になる方がいない人にも...
多くの人に読んでいただきたい一冊です。

ダウンロードはこちらから

⇒<https://www.dcnnet.gr.jp/support/cafe/index.php>



発行「社会福祉法人東北福祉会 認知症介護研究・研修仙台センター」
「平成30年度厚生労働省老人保健健康増進等事業 認知症の人の家族等介護者への効果的な支援のあり方に関
する研究事業」による発行

作成：湖西市認知症地域支援推進員

発行：湖西市高齢者福祉課 令和6年4月改訂

(湖西市古見 1044 番地 湖西市健康福祉センター内 ☎053-576-4916)