

西川町認知症支援ガイド

【認知症になっても安心して暮らすために】

「認知症支援ガイド」では、認知症の方だけではなく、その後家族や周囲の方々も安心して暮らせるよう、認知症の進み具合に応じた支援の流れなどを紹介しています。

認知症は早期に気づいて対応することで、その症状を軽くしたり、進行を遅らせたりすることができます。

認知症になっても、住み慣れたまちで安心して暮らしていけるよう、このガイドをご活用ください。

【お問合せ、ご相談は・・・】



西川町健康福祉課
地域包括支援センター係 までどうぞ

☎ 0 2 3 7 - 7 4 - 4 4 0 5

認知症を正しく理解しましょう

認知症は、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、日常生活に支障がある状態のことをいいます。

原因となる病気はいくつかありますが、誰にでも起こり得るということを理解しておきましょう。加齢によるもの忘れや、心の病気と混同されることもあります。心配な時は、早めに医師に相談することをお勧めします。

主な認知症の種類

もっとも多いタイプの認知症「アルツハイマー型認知症」

- ・脳の細胞が死んでいく。ゆっくりと進行する。薬で進行を遅らせることが期待できる。
- ・早い段階でもの忘れ、時間や場所がわからなくなるなどの障害がしやすい。

幻視、小股で歩くなどが特徴的な「レビー小体型認知症」

- ・パーキンソン症状（手足のふるえ、筋肉のこわばり）がみられる。
- ・子どもや動物、昆虫などの生々しい幻視（実際にはないもの）が現れたり、歩行が小刻みになり転びやすくなったりする。

生活習慣病に注意！脳梗塞などが原因の「脳血管性認知症」

- ・脳梗塞、脳出血などが原因。意欲が低下したり、複雑な作業ができなくなったりする。
- ・糖尿病、高血圧などの生活習慣病の予防、治療が重要。

万引きなど反社会的な行動をとることもある「前頭側頭型認知症」

- ・同じ言動を繰り返したり、がまんや思いやりなどの社会性を失い、暴言、暴力、反社会的行動をとることがある。性格が変わったように感じる。

早期発見で治せるタイプの認知症「正常圧水頭症」「慢性硬膜下血腫」など

認知症の症状が現れても、早期発見をし治療することで完治が期待できる。ぜひ早期受診を。

若年性認知症

65歳未満で認知症を発症することがある。働き盛り世代の発症のため、失業等の経済的影響を受け、配偶者や子どもがいる場合は、介護負担や心理負担も大きい。一人で悩まずに、ぜひ早めの相談、受診を。

認知症の初期症状をチェックしてみましょう

質 問	ほとんどない (0点)	ときどきある (1点)	頻繁にある (2点)
1. 同じ話を無意識に繰り返す			
2. 知っている人の名前を思い出せない			
3. 物のしまい場所を忘れる			
4. 漢字を忘れる			
5. 身だしなみに無関心			
6. 今しようとしたことを忘れる			
7. 外出をおっくうがる			
8. 器具の説明書を読むのを面倒がる			
9. 理由もないのに気分がふさぐ			
10. 物(財布など)が見当たらないことを他人のせいにする			

当てはまるものに○をつけ、点数を合計します

評価 0 - 8点：正常 9 13点：要注意 14 20点：医師の診察を受けましょう

(引用：山形県認知症疾患医療センターより)

認知症が疑われるときは、早めに専門医を受診しましょう

「年だから」「治らないから」と考えずに、「おかしい」と思ったらすぐに専門の医療機関を受診しましょう。専門医の受診がためられる時は、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。

認知症にはいろいろな種類があり、早期なほど薬で進行を遅らせることができる場合があります。身体や心の病気が原因で認知症の症状がでている場合には、原因となっている病気の治療により、認知症の症状が改善することがあります。

早期発見によるメリット

- 認知症の原因によっては、早い段階で治療を始めることで回復が期待できる場合があります。
- 早期の対応でその後の症状を和らげたり、進行をゆるやかにすることが期待できます。
- 今後の生活の備えや、もしもの時の話し合いを余裕をもって進めることができます。

医療

1 . かかりつけ医

もの忘れなど、認知症と思われる症状がある場合は、かかりつけ医に相談しましょう。
詳しい検査や治療が必要なときは、かかりつけ医から認知症専門医などへ紹介します。

西川町立病院 (認知症サポート医：サポート医養成研修を受講)

【所在地】 西川町大字海味 581

【電話】 74-2211

2 . 西村山郡内の精神科医療機関

南さがえ病院

【所在地】 寒河江市大字島字島東 87- 2

【電話】 023-85-6611

小原病院

【所在地】 河北町谷地字月山堂 151-1

【電話】 0237-72-7811

2 . 認知症疾患医療センター(篠田総合病院内)

【所在地】 山形市桜町 2-68

【電話】 023-623-1711

【電話受付】 月～金曜日の 8：40～16：00 (できるだけ 14：00 以降をお願いします)

【診療時間】 月～金曜日の 9：00～11：30

【医療相談】 月～金曜日の 9：00～16：00

【受診の際の注意点】 ・まずは電話で相談、予約してください

・他の病院を受診している方は、紹介状を持参してください

認知症の経過に応じて利用できる支援

認知症の進行に合わせたサービスやその他の支援を上手に活用しましょう

認知症の進行（右にいくほど発症からの時間が経過し、進行している状態）

		認知症疑い	症状はあっても 日常生活は自立	見守りがあれば 日常生活は自立	日常生活に 手助け・介護が必要	常に介護が 必要
本人の様子		物忘れは多いが金銭管理や買い物など日常生活は自立して生活できる 同じことを何度も繰り返し聞く	通帳や印鑑などの置き場所がわからなくなる 約束を忘れる 新しいことをなかなか覚えられない	薬の管理ができない たびたび道に迷う 電話での対応が一人では困難 季節にあった服を選べない	着替えや食事、トイレがうまくできない 計画や段取りどおりに行動ができなくなる 財布をとられたと言い出す	会話が成立しにくくなる ほぼ寝たきりで意思の疎通が難しい 声がけや介護を拒否する 使い慣れた道具の使い方がわから
対応のポイント		気になり始めたら歳のせいにならず、早めにかかりつけ医や相談窓口に相談する	本人の不安を和らげる 見守る人を増やす	安全対策を考える 医療のサポートを受ける	介護サービスを活用し、人の助けを借りる 見守り体制を充実させる	本人が安心できる環境づくりを心がける コミュニケーションを工夫する
認知症の 人と 家族を 支援する 体制等	相談	かかりつけ医 / 専門医療機関（脳外科、脳神経内科、精神科など） / 県認知症疾患医療センター 西川町保健センター（健康福祉課 地域包括支援センター係） / ケアマネージャー / 民生児童委員				
	介護予防 悪化予防 社会参加	介護予防事業 / 高齢者大学 老人クラブ活動/高齢者サロン/認知症カフェ 認知症サポーター養成講座	介護保険サービス：通所型サービス/訪問型サービス/ショートステイ/小規模多機能型居宅介護			
	見守り・安否確認 家族支援	緊急通報装置の貸し出し/配食サービスによる配達時見守り/見守り及び家事援助ヘルパー派遣/民生児童委員による地域の見守り 認知症高齢者事前登録事業「西川町無事かえる支援事業」 認知症カフェ/シルバーファミリーサポーター派遣による見守り、家事援助				
	生活支援	配食サービス/紙おむつ支給 シルバーファミリーサポーター派遣による家事援助/見守り及び家事援助ヘルパーの派遣/お出かけ支援事業 介護保険サービス：住宅改修/福祉用具貸与、購入/訪問型サービス/ショートステイ/小規模多機能型居宅介護				
	権利を守る	成年後見人制度（財産管理、日常生活での様々な契約などの支援）				
	住まい	有料老人ホーム / サービス付き高齢者向け住宅 養護老人ホーム / 経費老人ホーム 老人保健施設 / 特別養護老人ホーム 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）				

認知症の人への対応

認知症の人への対応の心得	具体的な対応の7つのポイント
<p>“3つの「ない」”</p> <ol style="list-style-type: none">1. 驚かせない2. 急がせない3. 自尊心を傷つけない 	<ol style="list-style-type: none">1. まずは見守る2. 余裕をもって対応する3. 声をかけるときは一人で4. 後ろから声をかけない5. 相手に目線を合わせてやさしい話し方で6. おだやかに、はっきりした滑舌で7. 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

(引用：認知症サポーター養成講座標準テキストより)

認知症予防・介護予防

人と話す、交流する、学ぶ、体を動かす、楽しむ活動は、認知症の予防につながります。
町ではさまざまな事業を行っていますので、ぜひご活用ください。

■ 認知症カフェ（ケアハイツ西川・とこしえ西川）

認知症の方やそのご家族、地域の人がお互いに交流や情報交換をすることで、認知症について知る、学ぶ、考えることができるカフェです。認知症になっても安心して暮らせる地域をつくる場所が「認知症カフェ」です。

お問い合わせ：ケアハイツ西川 ☎74-4065 / とこしえ西川 ☎85-1518

■ 認知症サポーター養成講座

認知症についての正しい知識や対応方法について学び、認知症の方やそのご家族をあたたく見守る応援者、「認知症サポーター」の養成講座を開催しています。受講後には、認知症サポーターの証である「オレンジリング」をお渡ししています。出前講座も行っています。地域の集まりなどでご活用ください。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

■ 地区介護予防教室（地区ミニデイ）

町内会や地区が主体となって開催し、閉じこもり予防や交流を図ります。
町の保健師、管理栄養士による出前健康講話も行っています。

■ 高齢者サロン

地区が主体となって開催し、お茶のみやレクリエーションなどをして、閉じこもりや交流を図ります。海味地区と上間沢地区、綱取地区で開催しています。

■ 町の介護予防教室

心身機能の低下を予防すること、外出機会を設け、人との交流をもつことを目的に開催しています。

- ではってにこやか教室（保健センター）
- 元気アップ運動教室（保健センター）
- はつらつ元気教室（ケアハイツ西川）
- パワーリハビリ教室（ケアハイツ西川）
- しゃきっと筋トレ教室（西川町立病院）

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

生活支援・福祉サービス

■ 配食サービス（まごころ弁当）

自分で食事の支度が大変になった、65歳以上の一人暮らしまたは高齢者のみの世帯が対象です。安否確認を兼ねて、毎週月・水・金曜日に弁当を配達します。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

■ 無事かえる支援事業

徘徊が心配される高齢者などの情報を町と警察に事前に登録し、行方不明になった場合の早期発見を目的とした事業です。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

■ 見守り家事援助ヘルパー

安否確認や、介護保険制度では対応できない家事援助などのサービスを行います。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

■ シルバーファミリーサポーターの派遣

65歳以上で見守り、援助の必要な方で、家族の支援が受けられない場合に、見守りや簡単な家事のお手伝いをする人を派遣します。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

■ 緊急通報装置貸与

一人暮らしの高齢者世帯に緊急通報装置を貸し出し、急病や災害などの緊急連絡に対応します。

お問い合わせ：西川町保健センター内 社会福祉協議会 ☎74-5677

■ 自立支援医療（精神通院医療）

精神疾患（認知症を含む）の診断を受け、継続的に通院による治療が必要な方に対して、医療費の一部を公費で負担する制度です。

お問い合わせ：西川町保健センター内 在宅支援係 ☎74-3243

■ 福祉サービス利用援助事業

認知症の方や、知的障がいのある方、精神障がいのある方など、判断能力が不十分な方に、福祉サービスの利用援助や日常的な金銭管理を行うことで、自立した地域生活が送れるよう支援します。

お問い合わせ：西川町保健センター内 社会福祉協議会 ☎74-5677

■ 成年後見制度

認知症により判断力が低下した方の権利を守るため、ご本人に代わって契約や財産管理をする法定代理人をつける制度です。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

■ 紙おむつ購入費

「要介護2」以上で常時失禁状態にある方に、紙おむつなどの購入費を助成しています。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

車の運転に不安がでてきたら

■ 運転免許証自主返納支援事業

運転に不安を感じる方や、運転の必要がなくなった方に対し、運転免許証の自主返納を支援しています。自主返納した方には、バス回数券、タクシー券をお渡ししています。

お問い合わせ：西川町保健センター内 在宅支援係 ☎74-3243

■ デマンド（予約）型乗合タクシー

自宅と目的地の間を通院、買い物などに利用できる交通手段です。通常のタクシーとは異なり、決まった時間に他の利用者と乗合をしながら、目的地まで運行します。

町への事前登録が必要です。

お問い合わせ：役場内 町民税務課 生活環境係 ☎74-4118

■ お出かけ支援事業

「要介護2」以上の方のタクシー料金を助成します。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

介護保険サービス

認知症の方の在宅生活を支えるため、介護保険サービスを利用しましょう。これらのサービスを利用するには「要介護認定」の申請が必要です。

お問い合わせ：西川町保健センター内 地域包括支援センター係 ☎74-4405

■ デイサービス（通所介護）

ご自宅から通所介護施設へ、日帰りで通い、食事や入浴といった日常生活上の手助けを受けるほか、レクリエーションを行います。

■ 訪問介護

ホームヘルパーが自宅へ訪問し、食事や入浴、排せつに介助や、掃除、洗濯、調理などを支援します。

■ 訪問リハビリテーション

医師が必要と認めた場合に理学療法士や作業療法士などが自宅を訪問し、リハビリテーションを行います。

■ 訪問入浴介護

移動入浴車が自宅に訪問し、同行した介護職員や看護師が入浴の介助を行います。

■ 訪問看護

医師が必要と認めた場合に看護師などが自宅を訪問し、主治医と連絡をとりながら、療養上の世話や診療の補助を行います。

■ 福祉用具貸与

自立した日常生活を助けるさまざまな用具（工事不要の手すり、歩行補助杖、車いす、特殊寝台など）を貸し出します。

■ 福祉用具購入費支給

入浴補助具、腰かけ便座など、貸出になじまない福祉用具の購入費を一部支給します。費用には上限があり、指定業者から購入する必要があります。

■ 住宅改修費支給

手すりの取り付けや段差解消などの拐取う工事を行う場合、改修費用の一部を支給します。費用には上限があり、改修工事前に申請する必要があります。

■ ショートステイ（短期入所）

自宅から施設へ短期間入所し、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

■ 小規模多機能型居宅介護

通いの場を中心に、利用者の選択に応じて訪問や短期間の宿泊のサービスを組み合わせ、多機能なサービスが受けられます。西川町内では「とこしえ西川 ☎85-1518」があります。

■ サービス付き高齢者住宅

高齢者が安心して暮らせる住環境と安否確認、生活相談、生活支援などのサービスを提供する住宅です。西川町内では「ゲストハウスとこしえ西川 ☎85-1518」があります。

■ グループホーム

認知症の方が、施設職員の介護を受けながら、ほかの認知症の方と共同生活をする住宅です。

■ 介護老人保健施設

要介護認定を受け、状態が安定している方が在宅復帰できるよう、リハビリテーションや介護を行います。

■ 有料老人ホーム

食事の提供や掃除などのサービスをうけながら入所できます。介護が必要な場合は、介護保険サービスも利用することができます。

■ 特別養護老人ホーム

常に介護が必要となり、在宅生活が困難になった方が入所する施設です。日常生活上の支援や介護が受けられます。