

2 各段階別の支援について

ご本人の様子
の例
※個人差があります。

ご家族の気持ち
の例
※個人差があります。

認知症の疑い もの忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め、日常生活は自立している。	認知症を有するが日常生活は自立(I) 何らかの認知症状はあるが、日常生活はほぼ自立している。	誰かの見守りがあれば日常生活は自立(II) 服薬管理・金銭管理ができない。電話の対応や訪問者の対応などが一人では難しい。たびたび道に迷う。	日常生活に手助け介護が必要(III) 着替えや食事、トイレ等がうまくできない。徘徊。家族を認識できなくなってくる。	常に介護が必要(IV) 言葉によるコミュニケーションが難しい。常に目を離すことができない状態。
「あんなにしっかりしていた人がまさか」 「年のせいだろう」 「言えばわかるはず」	どう対応してよいかわからず混乱し、些細なことに怒ったり叱ったりすることも珍しくありません。	精神的・身体的に疲労困憊。 相手のペースに振り回されてつらいこともある。	さまざまな情報や経験により次第に認知症介護に精通してくる。	
悩みを身内にすら打ち明けられないで悩むこともある。	いつまで続くのかという不安を感じる。生活のすべてに介護が必要になり負担が増える。	周囲からの理解やサービスを利用すれば、やっていけないのではないかと思いはじめ。	怒ったりイライラしても何もメリットはないと思ひ始め割り切るようになる。	

相談	<p>内灘町地域包括支援センター(保健センター内) 表紙へ TEL:076-286-6750</p> <p>石川県認知症疾患医療センター等の専門病院 P5へ</p> <p>居宅介護支援事業所(ケアマネジャー) P23へ</p>			
医療	<p>かかりつけ医 認知症サポート医 P5へ 日常の健康管理も含めてかかりつけ医に相談しましょう。</p> <p>専門病院:もの忘れ外来、認知症疾患医療センター 他 P5へ</p>			
介護予防 悪化予防	<p>現在の生活を見直してみましょう。認知症の進行を遅らせる生活習慣があります。(P21へ)</p> <p>他者とのコミュニケーションや運動は認知症の発症リスクを低下させます。ご自分の体の状態や好みに合わせて、活動的な生活を送りましょう。</p> <p>これまで通っていた集いの場所にも、周囲の理解や協力が得られる場合はできるだけ通い続けましょう。</p> <p>これまで通っていた集いの場等に通いづらくなっている方は、介護保険サービスによるデイサービスなどもあります。閉じこもりにならないようにしていきましょう。</p> <p>シニアクラブ、いきいきサロン P9へ 地域のサークル活動 P9へ ゆうゆう体操教室 P10へ はまなす大学 P9へ プラッツうちなだ シニア向け教室 P9へ</p> <p>介護保険サービス(デイサービスなど) ※別冊子(うちなだまちの介護保険)をご覧ください</p> <p>こころとからだの元気教室【金沢医科大学病院】 P10へ</p> <p>うつ症状や興奮症状など、症状によっては周囲の対応方法によって改善できる場合があります。ご本人への接し方を工夫してみましょう。(P18)</p> <p>健康診断・人間ドック受診 高血圧症・糖尿病等の予防は認知症の発症を遅らせることにつながります。P21へ</p>			
生活支援	<p>配食サービス、お弁当の宅配サービス P11、12へ 緊急通報装置の設置 P11へ 福祉タクシー利用料金の助成 P16へ シルバー人材センター P11へ 内灘町社会福祉協議会 ボランティアセンター P11へ 家事代行サービス P12へ 移動販売 P12へ 民生委員活動(75歳以上の一人暮らしの方の見守り活動をしています。)</p> <p>コミュニティバス P12へ</p> <p>介護保険サービス(デイサービス・訪問介護など) ※別冊子:うちなだまちの介護保険をご覧ください。</p>			
安全 見守り	<p>認知症高齢者等 SOS ネットワーク事業/おかえり事業/見守りネットワーク事業 P13~14</p> <p>救急医療情報キット配布事業 P13へ</p>			
住まい	<p>自宅 有料老人ホーム ケアハウス など</p> <p>介護保険で入居・入所できる施設(別冊子:うちなだまちの介護保険をご覧ください。) グループホーム P17へ 特別養護老人ホーム 老人保健施設 など</p>			
家族支援	<p>認知症の人と家族の会(石川県支部) 若年性認知症の人と家族と寄り添いつむぐ会 若年性認知症コールセンター P15へ</p> <p>介護者のつどい 認知症カフェ P15へ</p> <p>介護慰労金の支給、紙おむつ購入費助成 P15へ</p> <p>介護休業 介護休暇 P15へ</p>			
本人・家族の心構えや準備	<p>かかりつけ医を持ちましょう。</p> <p>今後どう生活していきたいか、家族で相談しましょう。</p> <p>地域の方との交流を持ちましょう。</p> <p>現在の生活を見直してみましょう。認知症の進行を遅らせる生活習慣があります。(P21へ)</p> <p>火の元に気を付け、火災警報器の設置や電磁調理器に変えたりしましょう。</p> <p>緊急時に備えて、ご家族の連絡先がわかるようにしましょう。(特にお一人暮らしの方は、救急医療情報キット(P13へ)に必要事項を記載しておきましょう)</p> <p>金銭管理等ができなくなった場合に備えて、成年後見人制度について確認しておきましょう。(P16へ)</p> <p>ご本人ができることは続けてもらい、役割を取り上げてしまわないよう気を付けましょう。</p> <p>認知症や介護、介護保険のことを学ぶ機会を持ちましょう。</p> <p>ご家族だけで抱え込まずに、かかりつけ医、地域包括支援センターやケアマネジャー等に相談しましょう。</p> <p>ご本人やご家族に合った介護サービスを利用しましょう。</p> <p>介護者自身の健康管理に気を付け、休息や気分転換の時間を持つようにしましょう。(P20へ)</p> <p>身内や近所の方、民生委員等の身近な人に、認知症状があることを伝えておくことで、理解者・協力者となってもらえるかもしれません。</p> <p>今後の生活や最期をどこで迎えるかについて、できるだけご本人の視点にも立ちながら(可能であればご本人の意向を確認しながら)、早い段階で家族で話し合っておきましょう。(P18へ)</p>			