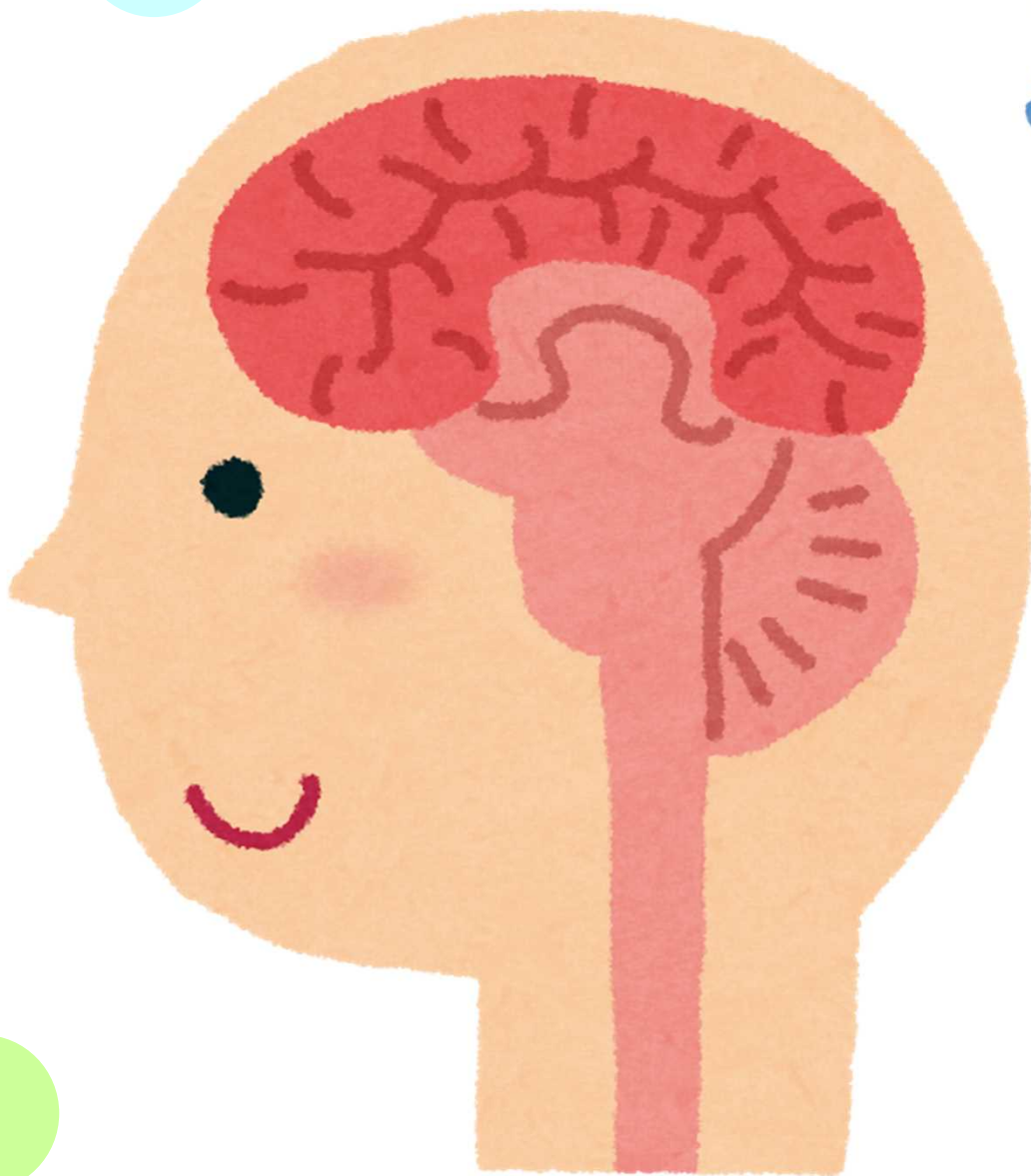


もの忘れが  
気になる方へ



昭和村



## 家族がつくった 「認知症」早期発見のめやす

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。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中の目安として参考にしてください。

いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

### ● もの忘れがひどい

- 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

### ● 判断・理解力が衰える

- 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

### ● 時間・場所がわからない

- 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 10. 慣れた道でも迷うことがある

### ● 人柄が変わる

- 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

### ● 不安感が強い

- 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

### ● 意欲がなくなる

- 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. ふさぎこんで何をするのも億劫がりいやがる

出典／公益社団法人認知症の人と家族の会作成

相談は、『地域包括支援センター』へ！  
TEL: 0278-24-5111



認知症は進行する病気です。早めの対応が肝心です！

## もの忘れが気になる時期(認知症を発症する時期)

生活の様子	もの忘れがあり、いつも探している。 金銭管理や買い物など、日常生活はおおむね自立している。
本人のきもち	もの忘れによる失敗や、今まで苦もなくやっていた家事などがうまくいかなくなることが徐々に多くなり、何となくおかしいと不安感を持ち始める。
家族のきもち	半年前と比べたら「なにか気になる」。 かかりつけ医など専門家に相談したい。



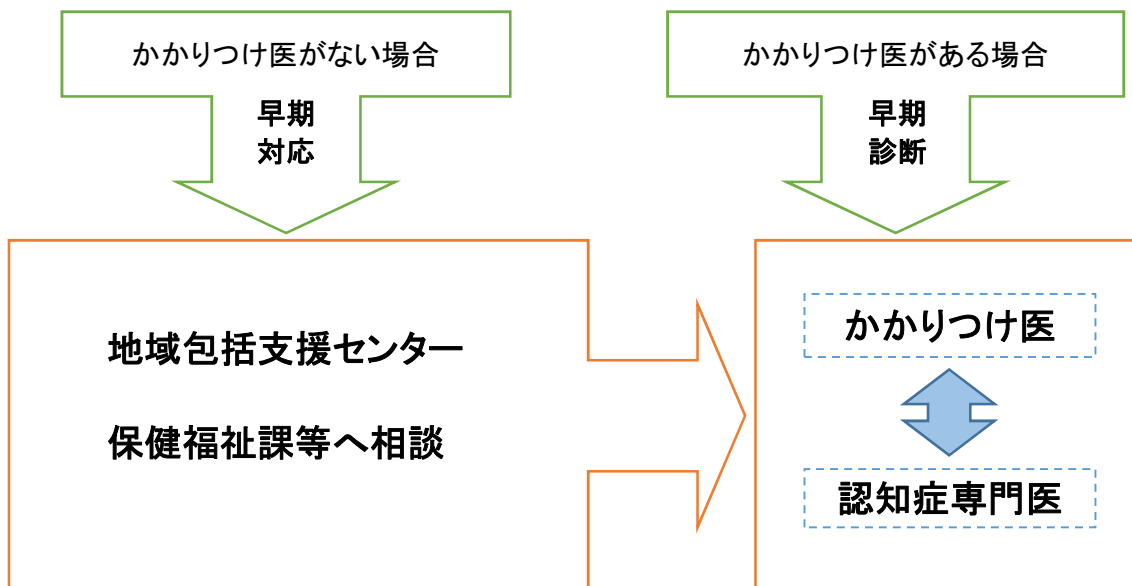
何度も同じことを言う、聞く



大切な物をなくしたり、置き忘れたりする



本人や家族が「認知症では？」と気づく



相談は、『地域包括支援センター』へ！  
TEL:0278-24-5111



### 日常生活で見守りが必要になる時期（さまざまな認知症状が出る時期）

生活の様子  
これまでできていた家事や用事がうまくできない。  
薬がきちんと飲めなくなった。服薬管理ができない。

本人のきもち  
「自分は、どうなっていくのだろうか?」という不安がある。  
「私は認知症じゃない」「病院なんか行きたくない」という否定的な思いがある。

家族のきもち  
専門の医師に診てもらいたい。  
ケアマネジャーに相談したい。



家事がうまくできない

被害妄想(盗まれる・意地悪される)

服薬管理ができない

ケアマネジャーがいない場合

ケアマネジャーがいる場合

地域包括支援センター  
保健福祉課等へ相談

ケアマネジャーへ相談  
(介護相談・ケアプラン作成)



### 日常生活で介助が必要になる時期（認知症状と身体症状に注意が必要な時期）

生活の様子  
歩行、着替え、トイレなどに介助が必要になる。身の回りのことに介助が増えてくる。  
食事がとりにくく、飲み込みでむせやすくなる。言葉が出にくくなる。

本人のきもち  
自分らしさを尊重してほしい。

家族のきもち  
どのように接して良いか困り、心身とも疲れている。  
近所の人に迷惑にならないか、という不安がある。



行動・心理症状  
多動・不穏・興奮(じっとしていない)



体の病気の合併症  
(誤嚥性肺炎)



介護負担(重度期)

手強い認知症状や身体症状がある場合

地域包括支援センターへご相談ください  
適切なサービスへお繋ぎします

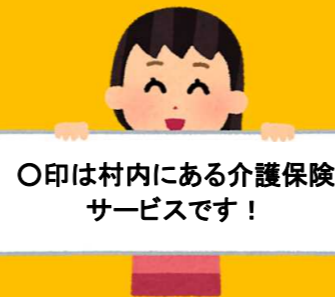
### 高齢者福祉サービス・介護保険サービス

#### 在宅での暮らしを支えるサービスや家族のサポート

- ◎福祉用具貸出
- ◎緊急通報装置
- ◎食の生活自立支援事業(配食サービス)
- ◎おむつ給付
- ◎高齢者等安心見守りネット(事前登録制度)
- ◎ふれあいいきいきサロン
- ◎地域支援介護予防通所事業(ふれあい館)
- ◎介護者の集い
- ◎認知症の人やその家族にもやさしいサロン
- ◎くろほカフェ

#### 権利擁護

- ◎日常生活自立支援事業
- ◎成年後見制度



○印は村内にある介護保険サービスです!

#### 通所して活用する

- 通所介護【デイサービス】
- 小規模多機能型居宅介護
- 地域密着型通所介護
- 通所リハビリテーション【デイケア】
- 認知症対応型通所介護
- 看護小規模多機能型居宅介護

#### 短期入所する

- 短期入所生活介護【ショートステイ】
- 短期入所療養介護

#### 訪問を受けて活用する

- 訪問介護【ホームヘルプサービス】
- 小規模多機能居宅介護
- 訪問看護・訪問リハビリ
- 居宅療養管理指導
- 訪問入浴
- 看護小規模多機能型居宅介護

#### 施設に入所する

- 介護老人福祉施設【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】
- 介護老人保健施設
- 介護医療院

相談は、『地域包括支援センター』へ!

TEL: 0278-24-5111

## 相談窓口

**昭和村地域包括支援センター** 0278-24-5111

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者やそのご家族等を、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から総合的に支えるために設置された「高齢者の総合相談窓口」です。

**昭和村役場 保健福祉課** 0278-24-5111

「認知症や介護のことで相談したい」「予防するための活動を教えてほしい」「認知症の人はどんなサービスが使えるの?」といった、ご質問や心配事は、お気軽に『地域包括支援センター』へご相談ください。職員が必要な情報の提供やサービスの紹介を行います。かかりつけ医にも相談できます。

### 知っておきたい！認知症について

認知症は一部の人の病気？

認知症は脳の病気によるもので、誰にでも起こりうる可能性があります。



認知症は治らない？

早期発見と適切なタイミングで治療やケアをすることで、症状を軽減することが可能です。



認知症は予防できない？

運動・食事などの生活習慣の改善で、認知症の発症を遅らせることができる可能性があります。



相談は、『地域包括支援センター』へ！  
TEL: 0278-24-5111