

ものの忘れが 気になる方へ



昭和村地域包括支援センター



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: 0278-20-1126



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

かかりつけ医がない場合

早期
対応

地域包括支援センター
保健福祉課等へ相談

かかりつけ医がある場合

早期
診断

かかりつけ医



認知症専門医

相談は、『地域包括支援センター』へ！
TEL: 0278-20-1126



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）

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



〇印は村内にある介護保険
サービスです！

相談は、『地域包括支援センター』へ！



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

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

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

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

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】
- 住宅型有料老人ホーム
- 介護老人保健施設
- 介護医療院

TEL: 0278-20-1126

相談窓口

昭和村地域包括支援センター

0278-20-1126

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

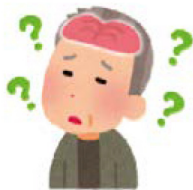
0278-24-5111

「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: 0278-20-1126