

榛東村 認知症ガイドブック

～ こんな時にご覧ください ～

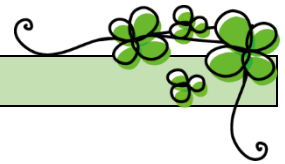
- 「認知症」の症状や原因を知りたい
- 認知症予防に役立つサービスを知りたい
- 気になる症状や困り事を相談したい
- 診断や治療のため受診したい
- 見守りや安心安全に役立つサービスを知りたい
- 家族の不安や悩みを聴いて欲しい
- 介護保険を利用して自宅や地域で生活したい
- 認知症の人、支える人、見守る人の仲間を見つけたい



目次

認知症ってどんな病気？	1
本人の状態に応じたサービスの一覧	3
利用できるサービス	4
認知症の方への対応	14
認知症チェックシート	15

この冊子では、認知症の人、支える人、近所で見守る人、みんな安心して、住み慣れた地域で、その人らしく暮らすために役立つ、大切な情報をお届けします。



「認知症」とは？

「認知症」とは、脳の病気や障害など様々な原因により認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。

一般的には、高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症する場合もあり、その場合は「若年性認知症」といいます。厚生労働省によると、65歳以上の4人に1人が認知症とその予備軍と推定されており、誰にでも起こりうる身近な病気です。

認知症は、気がつかないまま放置するとどんどん症状が進行してしまいます。

■「加齢によるもの忘れ」と「認知症によるもの忘れ」の違い(一例)

	加齢によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
体験したこと	一部を忘れる (例:朝ごはんのメニュー)	すべてを忘れている (例:朝ごはんを食べたこと自体)
もの忘れの自覚	ある	ない
探し物に対して	(自分で)努力して見つけられる	いつも探し物をしている 誰かが盗ったなどと、他人のせいにすることがある
日常生活への支障	ない	ある
症状の進行	極めて徐々にしか進行しない	進行する

(出典／政府広報オンライン「もし、家族や自分が認知症になったら知っておきたい認知症のキホン」)

認知症の症状

認知症の症状は、「**中核症状**」と「**行動・心理症状**」の二つに大別できます。

■中核症状

認知症の基本的な症状で、周囲で起こっている現実を正しく認識できなくなります。

- もの忘れ(記憶障害)：新しく経験した事を忘れる。覚えられない。同じことを何度も言う・聞く。
- 時間・場所がわからなくなる(見当識障害)：日付や曜日等がわからなくなる。慣れた道で迷う。
- 理解・判断力が低下する：手続きや貯金の出し入れ等できていたことができなくなる。
- 仕事や家事・趣味、身の回りのことができなくなる：段取りが悪くなる、時間がかかる。計画や手順を考え、それにそって対処することが難しくなる(実行機能障害)。



■行動・心理症状（英語の頭文字から BPSD と呼ばれます）

中核症状に身体的・心理的・社会的影響などが加わって起こると考えられています。

- 妄想（物を盗まれた、浮気をされたと思い込む） ○暴言・暴力・攻撃性（大きな声を出す、手をあげる）
- 幻覚（実際にはないものが見えるなど） ○不安・焦燥（落ち着かない、イライラしやすい）
- 抑うつ（気持ちが落ち込んでやる気が無い） ○介護抵抗（入浴や着替えを嫌がる）
- 徘徊（無目的に歩き回る、道に迷って帰れない） ○食行動異常（なんでも食べようとする）
- 睡眠障害（昼と夜が逆転する）

認知症の主な原因

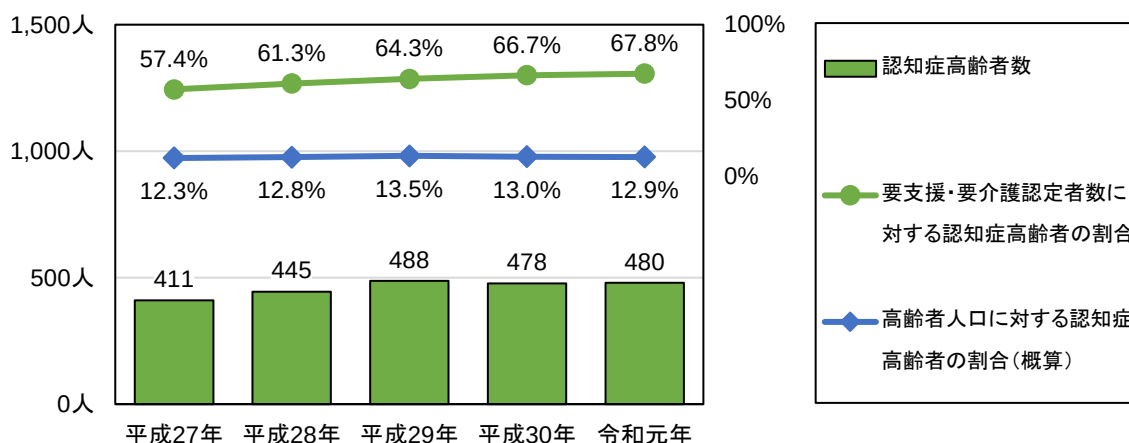
認知症はいろいろな原因で起こります。日本人に最も多いのが「アルツハイマー型認知症」で、認知症全体の約7割を占めます。次いで、「血管性認知症」で、約2割です。その他、「レビー小体型認知症」、「前頭側頭型認知症」などがあり、この4疾患を「4大認知症」と呼んでいます。

アルツハイマー型 認知症	記憶障害（もの忘れ）から始まる場合が多く、他の主な症状としては、段取りが立てられない、気候にあった服が選べない、薬の管理ができない等。
血管性認知症	脳梗塞や脳出血などの脳血管障害によって、神経細胞が死んだり神経のネットワークが壊れたりする。脳血管障害の生じた部位により、まだら状の記憶障害、片麻痺やこれに伴う歩行障害・言語障害などが出やすい。
レビー小体型認知症	筋肉のこわばりや歩行障害などのパーキンソン症状、幻視などを伴う。
前頭側頭型認知症	会話中に突然立ち去る、万引きをする、同じ行為を繰り返すなど性格変化と社交性の欠如が現れやすい。

榛東村の現状

認知症高齢者数（※認知症高齢者自立度Ⅱ以上の要支援・要介護認定者）は、各年度により変動はあるもののほぼ横ばい状態にあります。

※認知症高齢者自立度Ⅱ：日常生活に支障を来すような症状・行動や意思疎通の困難さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる状態



資料：地域包括ケア「見える化」システム（各年10月末）



本人の状態に応じたサービスの一覧

認知症の進行

	健康	認知症の 疑い	認知症を有 するが日常 生活は自立	誰かの見守 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
症 状	日頃から 生きがいや 楽しみを もちましょう。	ものの忘れは あるが、金銭 管理や買い 物、書類作成 などを含め、 日常生活は 自立してい る。	買い物や事 務、金銭管理 等にミスがみ られるが、日 常生活はほ ぼ自立して いる。	服薬管理が できない、電 話の応対や 訪問者の対 応などが一 人では難し い。	着替えや食 事、トイレな どがうまくで きない。	ほぼ寝たきり で意思の疎 通が困難で ある。
予 防	P.4	はつらつ教室、介護予防講演会 等				
相 談	P.5	地域包括支援センター 等				
医 療	P.5	かかりつけ医、認知症疾患医療センター				
見守り・ 安心・安全	P.6	認知症サポーター、徘徊高齢者等位置情報サービス 等				
生活支援	P.8	運転免許返納支援事業、配食サービス 等				
家族支援・ 交流・仲間 作り	P.9	おもいでひろば（認知症カフェ）、家族会				
権利を 守る	P.9	成年後見制度利用支援、福祉サービス利用援助事業 等				
住まい	P.10	住宅改造補修費補助金、ケアハウス 等				
介護	P.11	介護保険、総合事業、紙おむつの給付 等				



予 防

認知症を予防する生活習慣

- ・生活習慣病の予防と治療をする。
- ・人と交流をする。
- ・適度な運動をして脳を刺激する。
- ・自分にあった趣味を続ける。
- ・バランスのよい食事をする。

■介護予防教室（はつらつ教室）

村内在住のおおむね65歳以上の方を対象として、介護予防サポーターと一緒にDVDを見ながら「生活動作に必要な筋力トレーニング」と「お口の体操」を行います。開催日時、開催場所、申込方法等の詳細については、問い合わせください。

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村地域包括支援センター ☎0279-25-8441

■介護予防講演会

村内在住のおおむね 65 歳以上の方を対象として、介護予防に関する運動、食事、お口の健康、認知症予防等の講演会や運動教室を開催しています。

※日程は、回覧板や広報でお知らせします。

【問い合わせ先】 榛東村地域包括支援センター ☎0279-25-8441

■ふれあいいきいきサロン

住み慣れた近所で仲間づくり・生きがいづくりを進めています。お茶会、健康体操、輪投げなど各区のコミュニティーセンター等で実施しています。

【負担金】 1回につき0円～300円程度（サロンごとに設定しています）

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294

■高齢者能力活用センター事業（シルバー人材センター）

働く意欲を持つ 60 歳以上の高齢者を対象に、補助的、短期的な就業を通じて、高齢者の生きがいの充実や地域の人々の交流を図ります。

【負担金】 年会費 1,000 円

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294

■ミニデイサービス

介護保険、総合事業の対象にならず、外出が困難で閉じこもりがちな高齢者に対し、しんとう温泉にてレクリエーション及び趣味活動等の各種サービスを週1回提供します。

【負担金】 1回 1,000 円（昼食代、温泉利用料を含む）

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513





相談

認知症の原因となる病気の中には、早く治療をすれば治る場合があります。早期発見、早期治療ほど薬の効果は高く、適切な対応により進行を遅らせることができます。もし、気になる症状があればご相談ください。

■榛東村地域包括支援センター

☎0279-25-8441

(榛東村保健相談センター内)

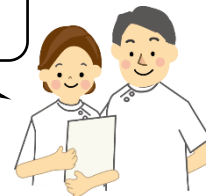
地域にお住まいの高齢者の方のよろず相談窓口です。

気になる事がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

来所が難しい方には、ご自宅へ訪問しています。

- ・相談には、保健師、主任ケアマネージャー、社会福祉士が対応しています。
- ・認知症サポーター養成講座の実施や認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員といった認知症に関する知識の普及や関係機関との連携等様々な活動を行っています。

認知症に関する悩み事や困り事は、
まず「地域包括支援センター」へ



■地域密着型サービス事業所

地域密着型サービス事業所(グループホーム、小規模多機能型居宅介護等)に勤務する認知症介護の専門職が相談に応じます。

○榛東村内の地域密着型サービス事業所

しんとう十二前(グループホーム、小規模多機能型居宅介護) ☎0279-26-2712

■認知症110番(公益財団法人認知症予防財団) ☎0120-654-874

【相談時間】 月曜日、木曜日(月曜休日時は原則翌火曜日) 10時から15時

■若年性認知症コールセンター ☎0800-100-2707 (フリーダイヤル)

【相談時間】 月曜日から土曜日(年末年始・祝日を除く) 10時から15時

■NPO 法人若年性認知症サポートセンター ☎03-5919-4186

【相談時間】 月曜日、水曜日、金曜日 10時から15時



医療



■かかりつけ医

ふだんから体調が悪い時に通院する「かかりつけ医」をもち、認知症が心配な時には、相談しましょう。



■認知症疾患医療センター

認知症に関する専門医療相談や鑑別診断などを行い、地域の医療・介護部門との連携を図り、地域の認知症疾患対策の拠点となります。認知症の専門の相談員が対応します。群馬県より指定を受けた医療機関です。

○若年性認知症支援コーディネーター（注1：☆印の医療機関に配置されています）

65歳未満で発症する「若年性認知症」の人やその家族等の相談を受けて、ニーズに合った関係機関やサービス担当者との調整役であり、ワンストップで支援を行います。群馬県から委託を受けて配置しています。

	医療機関名	所在地	電話番号	注1
1	群馬大学医学部附属病院	前橋市昭和町三丁目 39-15	027-220-8047	
2	上毛病院	前橋市下大島町 596-1	027-266-1814	☆
3	老年病研究所附属病院	前橋市大友町 3-26-8	027-252-7811	☆
4	サンピエール病院	高崎市上佐野町 786-7	027-347-4477	☆
5	田中病院	北群馬郡吉岡町陣場 98	0279-54-5560	☆
6	篠塚病院	藤岡市篠塚 105-1	0274-20-1103	☆
7	西毛病院	富岡市神農原 559-1	0274-63-8120	☆
8	吾妻脳神経外科循環器科	吾妻郡東吾妻町大字原町 760-1	0279-68-5211	☆
9	内田病院	沼田市久屋原町 345-1	0278-24-5359	☆
10	原病院	伊勢崎市境上武士 898-1	0270-74-0633	☆
11	美原記念病院	伊勢崎市太田町 366	0270-20-1700	☆
12	日新病院	桐生市菱町 3 丁目 2069-1	0277-30-3660	☆
13	東毛敬愛病院	太田市上小林町 230-1	0276-26-1794	☆
14	つつじメンタルホスピタル	館林市小桑原町 1505	0276-57-6366	☆

見守り・安心・安全

■認知症サポーター

認知症について正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族を温かく見守る応援者です。「認知症サポーター養成講座」を受講した方がサポーターとして活動しています。

【問い合わせ先】 榛東村地域包括支援センター ☎0279-25-8441

■徘徊高齢者等位置情報サービス

認知症等により徘徊や行方不明の可能性のある方に対し、GPS装置を貸与します。

【負担金】 なし ※破損や紛失の場合は負担金があります。

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513



■認知症高齢者等見守り事業(榛東村あんしん見守りシール交付事業)

認知症等により行方不明になる可能性がある方に対し、QRコードを印刷した見守りシールを交付します。衣服や持ち物に貼り、行方不明の方を発見した時、スマホなどでシールのQRコードを読み取るとすることで発見者と家族の間で安否情報等を共有でき、早期保護につなげることができます。

【負担金】初回のシール代(30枚分)は無料 ※シールの追加を希望する場合は自己負担になります。

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

■緊急通報システム

虚弱な一人暮らし高齢者または高齢者のみ世帯を対象として、持病等を理由とした緊急時に、ペンダント型機器のボタンを押すことで指定された業者に通報がいき、救急通報や緊急連絡先への報告等の対応を行います。

【負担金】 前年の所得税課税年額に応じて毎月負担金あり

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

■火災警報器設置

住民税が非課税の一人暮らし高齢者または高齢者のみ世帯で、身体能力の低下に伴い防火等の配慮が必要な高齢者宅に火災警報器を設置します。

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

■安心カード設置事業

一人暮らし高齢者、高齢者世帯、身体障害者を含む世帯等を対象に、緊急、災害時に適切な対応ができるよう緊急連絡先などを記入したカードを自宅の冷蔵庫に保管し、冷蔵庫のドアにマークを貼ります。

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294

■安心生活サポート事業(榛東村建設業協力会連携協力事業)

一人暮らし高齢者、高齢者世帯、身体障害者を含む世帯等を対象に、災害や老朽化により家屋や器具が破損してしまったときに、修繕を頼みたいが業者が分からずお困りの方に対して村内の業者を紹介し依頼します。

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294

■心配ごと相談

日常生活上のあらゆる相談事を民生委員児童委員、主任児童委員、人権擁護委員、行政相談委員、民生委員児童委員・主任児童委員経験者が相談に応じます。

【実施日時】 第2金曜日 午前9時30分～午前11時30分

【実施場所】 福祉センターささえの家

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294



■運転免許返納支援事業

運転免許証の自主返納を行った65歳以上の高齢者に対して支援します。

【支援方法】以下の①～③のいずれかを選択

① 助成金(10,000円)

②福祉タクシー券(15,000円分)

【問い合わせ先】 榛東村役場 総務課 ☎0279-26-2195

■配食サービス

住民税非課税の70歳以上の一人暮らし高齢者または高齢者のみ世帯等を対象として、栄養バランスのとれた食事の提供及び配食時に安否確認を行います。

※週1～3回を任意で選択、昼食のみ対応

【負担金】 1食260円

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

■榛東村あんしん・ふれあいごみ戸別収集事業

自ら最寄りのステーションにごみを排出することが困難で外部からごみ排出の支援が受けられない高齢者、障害者、寝たきり等で構成される世帯を対象に、職員が週1回の収集および安否確認を行います。

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村役場 住民生活課 ☎0279-26-2494

■福祉タクシー利用補助

70歳以上の一人暮らし高齢者または高齢者のみ世帯、心身障害者等、日常生活を営むうえで外出することが極めて困難な方に対し、タクシー利用券を発券して料金の一部を補助します。

【問い合わせ先】 榛東村役場 住民生活課 ☎0279-26-2494





家族支援・交流・仲間作り

■地域の和の場「なごみのば」(認知症カフェ)

認知症の方やその家族を含め、誰でも気軽に参加でき、カフェのようにお茶を飲みながら語り合う交流の場です。また、認知症や介護の専門職による相談も行い、同じ悩みや経験を持つ人達と情報交換ができるつどいの場です。認知症の方だけでなく、地域の皆さんの交流の場として、どなたでもお茶のみのカフェとして利用できます。運営は、認知症サポーターが協力しています。ご興味のある方は、「地域包括支援センター」へお問い合わせください。

○らくらくカフェ ○南コミカフェ ○おもいでひろば

【問い合わせ先】 榛東村地域包括支援センター ☎0279-25-8441

■公益社団法人認知症の人と家族の会 ☎0120-294-456 (通話料無料)

※携帯・スマホからは 050-5358-6578 (要通話料)

認知症の人や家族等の相談に応じています。

【相談時間】 月曜日から金曜日(年末年始・祝日を除く) 10時から15時

■公益社団法人認知症の人と家族の会 群馬県支部 ☎027-289-2740

認知症の人や家族等の相談に応じています。

【相談時間】 月曜日から金曜日(年末年始・祝日を除く) 10時から15時



権利を守る

■成年後見制度利用支援

認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力の不十分な方に代わって、不動産や預貯金などの財産管理や身の周りの介護サービスや施設入所等に関する契約を結ぶことができる成年後見制度の利用を支援します。

【負担金】 資産状況によります。

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

榛東村地域包括支援センター ☎0279-25-8441

■福祉サービス利用援助事業

認知症高齢者、判断能力が不十分な方に対して、地域で安心して日常生活が送れるように、福祉サービスの利用や、日常的金銭管理等の援助を行います。

【負担金】 1時間1,200円 ※住民税非課税の方は助成制度があります。

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294



■無料法律相談

群馬弁護士会の会員弁護士が、無料で相談に応じます。

※要予約・相談時間一人30分

【実施日時】 第4金曜日 午後1時30分～午後4時30分

【実施場所】 福祉センターささえの家

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294



住まい

■住宅改造補修費補助金

高齢者の安全、利便を配慮し、家屋をバリアフリー化する場合に補助金を交付します。

※施行前の工事が対象になります。

（施工内容が事業内容に合致していても、施工後の場合は対象となりません）

※詳細な内容、対象者等については問い合わせてください。

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

■ケアハウス

身体の機能が低下してきた60歳以上の方で、一人で生活を営むことに不安があり、家族との同居が困難な人が、比較的低料金で入居できる共同生活型の施設です。

■サービス付き高齢者住宅、有料老人ホーム

高齢者のための賃貸住宅です。介護が必要となった時には、様々な介護サービスを利用しながら、生活することができます。

■認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の人が少人数の共同生活住宅において、食事・入浴・排せつなどの介護、その他の日常生活上の世話、リハビリテーションを受けられます。

※介護保険の介護認定を受ける必要があります。

○榛東村内のグループホーム

しんとう十二前（グループホーム、小規模多機能型居宅介護） ☎0279-26-2712



■介護保険

申請を行い、介護認定されると介護度に応じた、介護保険のサービスを受けることができます。

○代表的な介護保険のサービス

※詳しくは、お問い合わせください。

相談	居宅介護支援	介護認定の申請代行や在宅サービスを利用する際のケアプラン作成等をケアマネージャーが行います。
家に訪問する	訪問介護	ホームヘルパーが訪問し、食事、入浴、排せつ等の介助や調理、買い物等の生活援助等を受けられます。
	訪問看護	看護師等が訪問し、主治医の指示に基づき療養上の世話や必要な診療の補助を受けられます。
	訪問リハビリテーション	リハビリ専門職が訪問し、リハビリを受けられます。
	訪問入浴	浴槽を備えた入浴車等が訪問し、入浴介助を受けられます。
家から通う	通所介護 (デイサービス)	デイサービスセンターに通い、食事、入浴等の日常生活上の支援や機能訓練等を日帰りで受けられます。
	通所リハビリテーション (デイケア)	老人保健施設等に通い、食事、入浴等の日常生活上の支援や機能訓練等を日帰りで受けられます。
環境を整える	住宅改修	手すりの取り付けや段差解消等の住宅改修をした際に、費用の一部補助が受けられます。
	福祉用具貸与	車いすや歩行器等のレンタルが受けられます。
	特定福祉用具購入	入浴や排せつ等に利用する福祉用具を、指定の業者から購入した時に購入費の一部補助が受けられます。
宿泊	短期入所生活介護 短期入所療養介護	福祉施設や医療施設に短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練等が受けられます。
施設で暮らす	グループホーム	認知症の人が少人数の共同住宅において、食事、入浴、排せつなどの介護や支援が受けられます。
	特別養護老人ホーム	常に介護が必要なため、自宅での生活が困難な人が対象です。
	介護老人保健施設	状態が安定している人が自宅へ戻る支援を行います。
	小規模多機能型居宅介護	通いと訪問、宿泊を組み合わせで受けられます。

【対象者】 ・介護が必要と認定された 65 歳以上の方

・特定疾病により介護が必要と認定された 40 歳以上 65 歳未満の方
(医療保険に加入している方)

【負担金】 サービスにかかった費用の1割

(一定以上所得者は2割、現役並み所得者は3割)

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-54-2211



■総合事業

「基本チェックリスト」による確認を行い、対象になると総合事業のサービス(訪問介護、通所介護)を受けることができます。

【対象者】「基本チェックリスト」に該当した 65 歳以上の方

【負担金】 サービスにかかった費用の1割 (一定以上所得者は2割、現役並み所得者は3割)

【問い合わせ先】 榛東村地域包括支援センター ☎0279-25-8441

■紙おむつの給付

65 歳以上で在宅にて寝たきりまたは認知症の常時失禁状態の高齢者または重度心身障害者で常時失禁状態の方が使用する紙おむつを定期的に支給します。

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

■介護慰労金

基準日から1年間を通じて要介護3・4・5の方を在宅にて介護している方に対して、慰労金を支給します。

【問い合わせ先】 榛東村役場健康保険課 ☎0279-26-2513

■理美容サービス

65 歳以上の在宅の寝たきり高齢者が出張理美容の助成を受けられる利用券を交付します
※1回につき3,000円の利用券を、年間3回まで交付します。

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513

■在宅寝たきり高齢者等布団丸洗いサービス

在宅で寝たきり状態にある高齢者又は重度心身障害児者を対象として、寝たきりの方等の寝具の衛生管理又は家族の負担の軽減等を図るために、布団の丸洗いサービスを行います。

【負担金】 一部負担あり

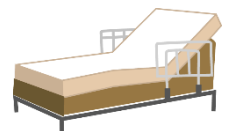
【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294

■福祉機器貸付事業

在宅で生活し、介護が必要であり、福祉機器が必要な体動困難な方(榛東村社会福祉協議会会員)に対して、ベッド・車いす等の貸付を行います。

【負担金】 なし

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294



■介護者用車両購入費補助

65歳以上で日常的に車いすを利用する高齢者または、その家族等を対象として、寝たきり高齢者、身体障害者等の介護を行う家族が外出させる時に使用する福祉車両の購入(新車・中古車)及び既に保有している車両の福祉車両化の改造に対して補助します。

【負担金】 補助額の上限があるため、詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ先】 榛東村役場 健康保険課 ☎0279-26-2513



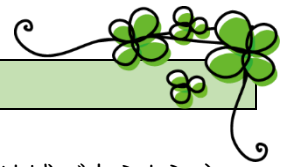
■福祉車両貸付事業

在宅の要介護高齢者、身体障害児者等の家族に対して、スロープ付きの自動車の貸付を行います。

【負担金】 燃料費

【問い合わせ先】 榛東村社会福祉協議会 ☎0279-55-5294





(出典／全国キャラバンメイト連絡協議会「認知症を学び地域で支えよう」)

基本姿勢

認知症の人への対応の心得“3つの「ない」”

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント

1 まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人やほかの人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

2 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

3 声をかけるときは一人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけます。

4 後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

5 やさしい口調で

小柄な方は場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

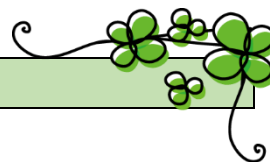
6 おだやかに、はっきりとした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

7 相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

認知症の人は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。





家族がつくった「認知症」早期発見のめやす



(出典／公益社団法人認知症の人と家族の会作成)

日常の暮らしの中で、認知症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、暮らしの中で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、専門医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. ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる



《発行》榛東村役場 健康保険課

《監修》群馬県立県民健康科学大学看護学部 教授 狩野太郎

*このガイドブックは、令和5年3月現在の内容で作成しています。内容が変更となる場合があります。

榛東村ホームページに掲載しますのでご確認ください。

