

若狭町認知症あんしんナビ

住み慣れたわが家、わが町で暮らしていくために



医療・介護資源マップ

- 若狭町版 -
2021



wakasa



認知症ってなに？

認知症は、誰にでも起こる可能性のある脳の病気です。

認知症は、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障害が起こり、生活に支障をきたす状態です。



認知症の症状は？

認知症には、認知症の中心となる症状の「中核症状」と、本人の性格、環境、人間関係などさまざまな要因がからみあってあらわれる「周辺症状」があります。



中核症状

記憶障害

新しい体験の記憶や、知っているはずの記憶の呼び覚まし困難になる障害

見当識障害

時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握が困難になる障害

実行機能障害

旅行や料理などの計画や手順を考え、それにそって実行することが困難になる障害

理解・判断力の低下

2つ以上のことの同時処理や、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる障害

中核症状には、不安やあせり、心身の不調、周囲の適切でない対応が影響

周辺症状

妄想、幻覚、攻撃的な言動、徘徊、無気力、便をいじるなど排せつの混乱、過食などの食行動の混乱など

★ 周辺症状は、適切な治療や周囲のサポートで認知症の人が感じている精神的なストレスなどを取り除くことによって、ある程度の予防や緩和が可能です。



認知症をおこす主な脳の病気

- アルツハイマー型認知症：脳のアミロイドβタンパクという物質がたまり、神経細胞が死んで脳の委縮が進行する。
- レビー小体型認知症：脳の神経細胞の中にレビー小体という物質がたまる。
- 前頭側頭型認知症：脳の前頭葉や側頭葉が委縮する。
- 脳血管性認知症：脳の血管が詰まったり、破れたりしてその部分の脳の働きが悪くなる。



★ この他にも、脳の外傷や腫瘍、感染症などさまざまな病気が原因となって脳の障害が起こり、認知症を引き起こすこともあります。

！物忘れが気になったら～自分で（家族で）チェックしてみましょう

Check 1

物忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増えいつも探し物をしている

Check 2

人柄が変わる

- ささいなことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり、頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする

Check 3

判断・理解力が衰える

- 料理・片づけ・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない

Check 4

不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

Check 5

意欲がなくなる

- 下着を着替えず身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった

Check 6

時間・場所がわからない

- 約束した日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

「認知症の人と家族の会」参照



上記の項目に該当し、生活に支障をきたしている場合など、気になることがある方は、「かかりつけ医」または「地域包括支援センター」までご相談ください。

【連絡先】

地域包括支援センター ☎0770-62-2702

相談窓口

① まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

日頃から受診しているかかりつけ医は、普段の状況をよく知っており、身近な相談窓口です。



●認知症の人の診察に習熟し、かかりつけ医への助言などのサポートを行います。また、認知症の正しい知識の普及を推進する医師です。

認知症サポート医		
医療機関	所在地	電話番号
千葉医院	若狭町井ノ口 29-28-1	0770-62-2000

② 専門医療機関への受診が必要な場合もあります。

認知症疾患医療センター		
医療機関	所在地	電話番号
松原病院 (嶺北認知症疾患医療センター)	福井市文京 2丁目 9-1	0776-22-3717
敦賀温泉病院 (嶺南認知症疾患医療センター)	敦賀市吉河 41-1-5	0770-23-8210

精神科のある医療機関		
医療機関	所在地	電話番号
福井県立すこやかシルバー病院	福井市島寺町 93-6	0776-98-2700
猪原病院	敦賀市榊林 32-5-2	0770-22-3558
嶺南こころの病院	若狭町市場 24-18-1	0770-62-1131
杉田玄白記念公立小浜病院	小浜市大手町 2-2	0770-52-0990

行政		
名称	所在地	電話番号
若狭町地域包括支援センター	若狭町市場 20-18	0770-62-2702

●保健・医療・福祉の様々な相談にのり、高齢者の生活を総合的に支援します。

認知症初期集中支援チーム

認知機能の低下により、ご本人やご家族が生活上困っていることなどを専門職が家庭訪問により確認します。その後、必要に応じて、認知症に関する情報の提供や医療機関の受診、介護保険サービスなどの利用につなげるための支援を行います。

認知症地域支援推進員

医療機関や介護サービス事業所など支援機関の間の連携調整、認知症の方やご家族からの相談・支援を行います。

若狭町成年後見センター

認知症や障害があっても安心して生活するために、成年後見制度についての相談や利用のお手伝いをします。

若年性認知症相談窓口		
名称	所在地	電話番号
福井県若年性認知症相談窓口	福井市文京 2丁目 9-1 (松原病院内)	0776-63-5488

●若年性認知症コーディネーターが様々な相談に応じています。相談内容に応じて、適切な関係機関と連携して対応します。

● 本人が受診を拒むこともあります。

「自分が認知症かもしれない」という不安はとても大きなものです。そのため家族など周囲が受診をすすめても、本人が頑なに拒むといったこともあります。そのようなときは、まずは家族だけで地域包括支援センターの窓口を訪れ、アドバイスを受けることもできます。

かかりつけ医は、必要に応じて適切な病院なども紹介してくれます。問診などで正確に症状を伝えるためにも、できるだけ家族が付き添って相談しましょう。

● 病院にかかったほうがいいの？

1 病気によって認知症に似た症状があらわれていることがある。
(脳梗塞、がんなど)

2 認知症はいろいろな種類の原因疾患に基づいている。
その原因疾患によって治療方法や介護が異なってくる。

3 早期に診断された場合、適切な薬を使用することで進行を遅らせたり、症状を軽減できたりする可能性がある。

4 認知症と診断されてもご本人や家族に心構えができ、これからの対応を準備できる。
(必要なリハビリや今後予測されることを考える時間ができる)



認知症の進行と主な症状の例

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。
 家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。

代表的なアルツハイマー型認知症の進行例(右にいくほど発症から時間が経過し、進行している状態)

認知症の進行

本人の様子

家族の心構え

正常なレベル	軽度認知障害 (MCI)	認知症		
		初期	中期	後期
	<p>発症</p> <p>5年前後で約半数が認知症に!</p>	<p>認知症疑い</p> <p>日常生活は自立</p>	<p>誰かの見守りがあれば日常生活は自立</p> <p>日常生活に手助け・介護が必要</p>	<p>常時介護が必要</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ● 物忘れが多いが自立して生活できる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 頭の中に霧がかかったようだ ● 約束が思い出せない ● 物事が覚えにくい ● やる気がでない ● 不安が強い ● 「物を盗まれた」などのトラブルが増える ● 失敗を指摘すると怒り出すこともある ● 忘れることは多いが日常生活は自立 	<ul style="list-style-type: none"> ● 徘徊が多くなる ● 妄想が多くなる ● すぐ興奮する ● 着替えや食事、トイレがうまくいなくなる ● 服を着るなどができない ● ついさっきのことも忘れる ● 時間や場所が分からないなど 	<ul style="list-style-type: none"> ● 表情が乏しい ● 尿や便の失禁が増える ● ほぼ寝たきりで、意思疎通が難しい ● 日常生活全般にいつも介護が必要 ● 家族の顔や使い慣れた道具がわからないなど
<ul style="list-style-type: none"> ◎ 本人に地域行事やボランティアを行う社会活動に参加をしてもらうよう働きかける ◎ 家庭での役割を持ってもらい、継続できるようにする ◎ 定期的にかかりつけ医受診や健診を受ける ◎ いつもと違う、何か様子がおかしい、と思ったら早目にかかりつけ医や地域包括支援センターに相談する。家族の「気づき」がとても大事 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ その人のプライドを大切に接する ◎ この段階で認知症予防に取り組んだり治療を受けたりすることが大切 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 接し方の基本やコツなどを理解する <ul style="list-style-type: none"> ・驚かせない ・急がせない ・自尊心を傷つけない ◎ 本人と家族で介護のことについて話し合っておく ◎ 困った時に支えてもらえるよう、身近な人や民生委員に話しておく ◎ 介護で困ったことがあったら、抱え込まず、早目に担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談する 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 介護者自身が健康管理を行う ◎ 介護サービスを上手に利用する ◎ 一人で頑張りすぎない ◎ 本人と家族で介護のことについて話し合っておく ◎ 困った時に支えてもらえるよう、身近な人や民生委員に話しておく ◎ 介護で困ったことがあったら、抱え込まず、早目に担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談する 	<ul style="list-style-type: none"> ◎ 日常生活でできないこと(食事・排泄・清潔を保つなど)が増え、合併症を起こしやすくなることを理解する ◎ 介護サービスを上手に利用する ◎ 一人で頑張りすぎない ◎ 本人と家族で介護のことについて話し合っておく ◎ 困った時に支えてもらえるよう、身近な人や民生委員に話しておく ◎ 介護で困ったことがあったら、抱え込まず、早目に担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談する