

認知症の状態と利用できる支援の流れ

※認知症の症状や経過には個人差があります。
 ※認知症は初期の段階で相談や受診をすることで、症状を軽くしたり、進行を遅らせることができる病気です。

	正常なレベル	認知症予備群 (MCI)	初期	認知症	中期認知症	後期認知症	
		日常生活は自立	認知症を有するが	日常生活は自立	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要	
本人の困りごと	加齢による物忘れや体験、出来事の一部を忘れることはあっても、ヒントがあれば思い出すことができる。	<input type="checkbox"/> 物の名前がすぐに出てこなくなった <input type="checkbox"/> 時々、約束を忘れるような気がする <input type="checkbox"/> もしかしたら、認知症かもしれない <input type="checkbox"/> 誰かに相談したいけど、病院へ行くのはちょっと...	<input type="checkbox"/> 今までできていたことができなくなり、悔しい <input type="checkbox"/> この先どうなるのか不安	<input type="checkbox"/> イライラして落ち着かない <input type="checkbox"/> 自分にできること、役立つことをしたい	<input type="checkbox"/> できないことが増え、不安やイライラが強まる <input type="checkbox"/> 怒られても理由が分からず不快 <input type="checkbox"/> 会話のスピードについていけず、孤独な気持ちになる <input type="checkbox"/> 家族に迷惑をかけて申し訳ないと思う	<input type="checkbox"/> 馴染みのある人や環境の中で生活したい <input type="checkbox"/> 食べたくない物を口に運ばれたくない <input type="checkbox"/> 笑顔で優しく話しかけられると嬉しい <input type="checkbox"/> 私の気持ちに気付いて欲しい	
家族の困りごと		<input type="checkbox"/> 外出をあまりしなくなった <input type="checkbox"/> 同じことを何度も話すことが増えた <input type="checkbox"/> 車を擦ることが増えた	<input type="checkbox"/> 服装に気を遣わなくなった <input type="checkbox"/> 料理の味付けが変わった <input type="checkbox"/> 財布に小銭が増えた	<input type="checkbox"/> 財布などが見当たらないと家族・身近な人のせいにする <input type="checkbox"/> 計算の間違いが多くなった <input type="checkbox"/> 冷蔵庫の中に同じものがいくつもある	<input type="checkbox"/> 大事な約束を忘れ、困ることがある <input type="checkbox"/> 趣味や楽しみに興味がなくなった <input type="checkbox"/> 顔を洗わない、入浴を嫌がるなど身だしなみを気にしない	<input type="checkbox"/> 道に迷って帰れなくなりそうになった <input type="checkbox"/> 顔を洗わない、入浴を嫌がるなど身だしなみを気にしない <input type="checkbox"/> 季節に合った服装が選べない <input type="checkbox"/> 排泄の失敗が増えた	<input type="checkbox"/> 身近な家族の顔が分からなくなる <input type="checkbox"/> 自由な身体を動かせなくなる <input type="checkbox"/> 食べ物の飲み込みに支障がでる
介護予防	①ふれあいいきいきサロン ②クラブ活動 ③シルバー人材センター ⑤介護予防コミュニティ事業 ⑦生きがいヘルパー ⑨健康相談 ⑪やまもも介護教室			⑬生きがいデイサービス ⑭体操教室			
医療	⑨救急医療情報キット(安心キット) ⑲かかりつけ医・歯科医			⑳かかりつけ薬剤師 ㉓認知症疾患医療センター ㉕まんてネット			
介護保険と介護保険外	⑦配食サービス ⑮ふれあいゴミ戸別収集 ⑮ホームヘルプサービス ⑮訪問看護 ⑮小規模多機能型居宅介護 ⑮ショートステイ ⑮福祉用具貸与・購入			⑮おむつ購入補助 ⑮認知症初期集中支援チーム ⑮ケアマネジャー ⑮デイサービス ⑮デイケア ⑮居宅療養管理指導 ⑮訪問リハビリテーション ⑮訪問入浴介護 ⑮看護小規模多機能型居宅介護 ⑮住宅改修 ⑮グループホーム ⑮特別養護老人ホーム ⑮まんてネット			
安否確認見守り	④民生委員・児童委員 ⑤福祉ママ ⑥認知症サポーター ⑦配食サービス ⑪宅配・配食弁当 ⑮緊急通報装置貸与 ⑮シルバー交番員 ⑮まんてネット			⑧見守り協定事業者 ⑨救急医療情報キット(安心キット) ⑩情報♡ほっとメール ⑮事前登録シート ⑮高齢者位置情報GPS端末購入補助			
相談 家族支援	④民生委員・児童委員 ⑤福祉ママ ⑥認知症サポーター ⑦配食サービス ⑮認知症カフェ(にじいろカフェ) ⑮家族介護教室 ⑮認知症初期集中支援チーム			⑪宅配・配食弁当 ⑮健康相談 ⑮精神保健福祉相談 ⑮消費生活センター ⑮シルバー交番員 ⑮まんてネット ⑮やまもも介護教室			
権利擁護	⑮消費生活センター			⑮日常生活自立支援事業 ⑮成年後見制度			
住まい	⑮有償ボランティア ⑮ケアハウス ⑮サービス付き高齢者向け住宅			⑮有料老人ホーム ⑮養護老人ホーム ⑮グループホーム ⑮特別養護老人ホーム			



丸亀市の支援体制

本人の生活のポイント

生活習慣を整えましょう

- 規則正しい生活とバランスの良い食事、適度に運動を
- やりがいのある活動や趣味の時間を大切に
- 地域行事や近所の人との交流に積極的に参加しよう

認知症になっても人生の主人公は本人! 人の助けを借りながら、生活意欲を持ち続けましょう

- 進行を遅らせるために通院・服薬を守りましょう
- 一人で頑張りすぎず、できないことは人を頼りましょう
- 認知症カフェなど、同じ悩みを持つ仲間に出会える場所に出かけてみましょう



家族や周囲の人の接し方のポイント

3つの「ない」に気を付けて! 怒らない、命令しない、見逃さない

- 話には耳を傾け、おしゃべりする時間を大切に
- 家庭内での役割が続けられるようサポート
- 「いつもと様子が違う」と感じたら、かかりつけ医や地域包括支援センターへ相談しよう

大切なのは本人の視点に立ったケア、思いや状況をキャッチすることが出発点です

- 会話や行動はゆっくりと、本人のペースに合わせて
- 大事なことは本人にも分かるようにメモを
- 失敗を繰り返しても「大丈夫」とおおらかに受け止めて
- 今後の生活について本人や関係者と話し合いを持ちましょう

周囲の人もリフレッシュの時間を持ちましょう! ストレスを溜めないような工夫を