認知症の経過と利用しやすい社会資源

認知症の約半数を占めるアルツハイマー型認知症の場合を中心に、本人の症状の変化や知っておきたい情報などを掲載しました。
症状には個人差があり、全ての方にあてはまるものではありませんが、今後の道筋として参考にしてください。

認知症に応じた変化	健康	認知症の疑い	認知症を有するが日常生活はできる	誰かの見守りがあれば日常生活はできる	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要
本人の様子（症状や行動例）	なんとなくおかしいと感じて不安になる。「頭に霧がかかったような気がする」「気分が落ち込む」	●物忘れ ●同じことを繰り返し聞く ●片付けが苦手になる ●探し物が多くなる ●外出がおっくうになる など	●探し物をする時間が増える ●小銭で支払うのが苦手になる ●食事の支度が一人では難しい など	●薬を間違えて飲む ●たびたび道に迷う ●季節に合った服が選べない ●電化製品の操作が難しくなる ●生活リズムが乱れる など	●家の中のトイレの場所が分からない ●道に迷って帰れなくなる ●季節が分からない ●服の着方が分からない など	●自分で食事ができなくなる ●言葉によるコミュニケーションが難しい ●起き上がるのに介助が必要 ●歩行が困難　など
家族の気持ち	『認知症カフェ』や『講演会』等に参加すると、いろいろな情報が得られます。	「年齢のせいだろう」「認めたくない」「そんなはずはない」などの**否定**や**戸惑い**の気持ちが生まれる。	「なぜこんなことをするの」「何回言ったら分かるの」という**怒り**やいつまで続くのか分からない介護に疲労は限界となり、本人を**拒絶**することもある。また他人の前ではしっかりするが、家族には症状が強くなるため、家族は非常につらい時期。		本人に怒ったりイライラしても仕方がないと分かり、**割り切る**ことができるようになる。しかし、新たな症状が出ると再び拒絶し、混乱することもある。	自分もなるかもしれない認知症… 本人の気持ちが分かり、**受け入れ**られるようになる。
本人や周りの人がやっておきたいこと	■友人や地域とのつながりを大切に ■年 1 回の定期検診を受け、健康管理をしましょう。 ■今までやってきた事を続けましょう。 ・地域の活動　・ボランティア活動 ・老人大学　・サロン　・趣味　など ■よい表情の写真を撮っておきましょう。	■外出の機会を持ちましょう。 ■話を否定せず、よく聞きましょう。 ■かかりつけ医に相談しましょう。 ■終活支援ノート等を活用し、元気なうちに人生の最終段階における医療の受け方、今後の生活の場、金銭管理、財産管理等について話し合っておきましょう。	■外出したり人に会う機会を持ちましょう。 ■何でも相談できる人をみつけておきましょう。 ■家族だけで抱え込まず､周りの人に手伝ってもらいましょう。 ■本人のプライドを傷つけるような言動は避けましょう。		■本人の「できる」ことを活かし、その人らしい生活をいかにして送っていくかを考えていきましょう。 ■介護サービスなどを利用してお互いにリラックスできる時間を持ちましょう。 ■施設での生活を希望する場合は、早めにいくつかの施設を見学しておきましょう。	

支援の内容	
社会参加	①介護予防教室・ふれあいいきいきサロン・老人大学・老人クラブ活動・公民館活動 ②認知症カフェ ③介護保険サービス（通所介護、認知症対応型通所介護　等）※介護保険の認定が必要
安否確認 見守り	④緊急通報システム　⑤民生委員　⑥柳井警察署生活安全課 ⑦地域見守り型配食サービス　⑧認知症サポーター ⑨市徘徊・見守りネットワーク、認知症みまもりシール
生活支援 身体介護	⑩シルバー人材センター　⑪市消費生活センター ⑫有料在宅福祉サービス　⑬日常生活自立支援事業（地域福祉権利擁護事業） ③介護保険サービス（訪問介護、通所介護、福祉用具貸与、訪問看護、短期入所生活介護、居宅療養管理指導、小規模多機能型居宅介護　等）※介護保険の認定が必要 ⑭成年後見制度
医　療	かかりつけ医 精神科・脳神経外科・神経内科等の専門医　⑮柳井医療センター認知症疾患医療センター
家族支援	⑯市地域包括支援センター　⑰居宅介護支援事業所　⑥柳井警察署生活安全課　⑪市消費生活センター ②認知症カフェ　⑱認知症 110 番 ⑲紙おむつの支給
住まい	自宅 ⑳ケアハウス・サービス付き高齢者向け住宅・有料老人ホーム・養護老人ホーム ㉑グループホーム ※介護保険の認定が必要 ㉒介護老人保健施設 ※介護保険の認定が必要 ㉓特別養護老人ホーム ※介護保険の認定が必要

※内容・問い合わせ先等は裏面の①～㉓をご覧ください。