


# 高山市認知症安心ガイド ～地域で安心して暮らしていくために～

この表は右に行くほど認知症が進行していることを示しています。  
 症状や進行は個人差がありますので、目安として参考にしてください。  
 家族や周囲の方が認知症を理解し、症状に合わせて対応していくことが大切になります。

認知症の段階	発 症 前		初 期		中 期		後 期		
	健康	軽度認知障がい	認知症の疑い	認知症はあるが日常生活は自立	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		
本人の様子 (症状や行動の例)	●物忘れは多少あるが日常生活は自立している 	●物忘れは多いが自立して生活できる ●同じことを何度も言う ●同じものを何度も買う ●物をなくすが増える ●日付や曜日をまちがえる ●漢字を思い出せない 	●金銭管理や買い物など、これまでできたことにミスが見られるが、日常生活はほぼ自立している ●気持ちが落ち込んだり、怒りっぽくなる ●約束を忘れたり物忘れが目立つ ●ときどき火を消し忘れる 	●薬を飲み忘れたり、薬を管理することができない ●電話の対応や訪問者の対応などがひとりでは難しい ●物を盗まれたなどと言うトラブルが増える ●知っている場所でたびたび道に迷う 	●着替えや食事、トイレ等がうまくできない ●身の回りの物の使い方がわからない ●日時・季節がわからない ●徘徊が多くなり、自宅がわからない ●家族の顔がわからなくなる 	●日常生活全般に介助が必要 ●ほぼ寝たきりで自分の気持ちを伝えることができない ●日中も、うとうとしている時間が多い ●声かけへの反応が少なくなる ●食事を口からとるのが難しくなる 			
本人・ご家族へのアドバイス	●認知症を予防するための生活習慣(運動・食事・社会交流など)を心がけましょう ●一年に1回は健診を受けましょう ●近所や地域の交流の場に出かけましょう ●緊急通報などの見守りサービスの利用、暖房器具や調理器具を見直すなど住まいの安全について考えましょう ●今後の生活について家族と話し合っておきましょう		●本人ができることは見守り、気持ちに寄り添う対応をしましょう ●認知症について近所や親せきなどに伝えて見守りをしてくれる協力者をつくりましょう ●運転免許の返納や外出の見守りなど安全について考えましょう ●金銭管理や消費者被害に気を付けましょう 		●本人ができることを大切に一緒にいきましょう ●介護負担が増えてくるので周囲に協力してもらい、介護者の健康を大切にしましょう ●今後の生活や最期の迎え方、医療行為などについて本人の気持ちに沿えるよう家族で話し合っておきましょう 				
ケアのポイント	気づき～相談			介護保険の申請・日常的な支援			重度・終末期のケア		
	●認知症や介護保険に関する知識を深めましょう ●かかりつけ医をもち、いつもと違う様子や気になる様子が見られたら早めに受診しましょう ●かかりつけ医のいない方は認知症支援病院などに早めに受診しましょう			●介護保険の申請をしましょう ●本人にあった生活が送れるようケアマネジャーと相談しながら上手く介護保険サービスを利用しましょう ●困ったことがあったらひとりで抱え込まないでケアマネジャーや地域包括支援センター等に相談したり、介護者の集まりに出かけてみましょう			●介護負担が増えてくるので介護保険サービスを上手く利用しましょう ●訪問による診療や看護などを必要に応じて利用していきましょう ●施設入所の申込や成年後見制度の利用など必要な手続きは早めにしておきましょう		
認知症の症状に応じた支援・サービス	家族支援	認知症相談会 認知症の人と家族の会 認知症カフェ ほっとする談話室(家族介護者相談室)							介護者慰労金 家族介護用品購入助成
	介護予防	シニアの脳トレ広場 高齢者健康教室 地域の自主活動サロン 老人クラブ 長寿会 健康農園							
	見守り安否確認	緊急通報システム 配食サービス 高齢者等見守りネットワーク 認知症サポーター養成講座 命のバトン 民生児童委員 地域見守り推進員 徘徊高齢者探索システム機器(GPS)の利用料助成 SOSネットワーク(みまもりシール、個人賠償責任保険) 							
	生活支援	地域のボランティア等による弁当配達サービス 補聴器の購入助成 移動支援サービス 電磁調理器等日常生活用具の給付							
	医療介護保険	医療の専門職による訪問(医師・歯科医師・薬剤師・看護師・リハビリ) 認知症対応型通所介護 通所介護(デイサービス) 通所リハビリテーション 訪問介護(ヘルパー) 短期入所生活介護 短期入所療養介護(ショートステイ) 小規模多機能型居宅介護など							
	住まい	サービス付き高齢者住宅 有料老人ホームなど 認知症対応型グループホーム 介護老人保健施設 特別養護老人ホーム							
権利擁護	終活ノート 日常生活自立支援事業 成年後見制度(高山市成年後見支援センター ☎35-3359)								

\*一覧表にあるサービスについては冊子「高山市の高齢者福祉」をご覧ください [高山市の高齢者福祉](#) 検索

\*どこへ相談すればいいのか分からない時は高山市地域包括支援センター ☎0577-35-2940へお気軽にご相談ください