

令和3年3月改訂

認知症
ケアパス

認知症になっても
安心して暮らせる町を
目指して

西会津町 認知症支援ガイド



西 会 津 町

目次

- 知る もっと認知症を知ろう …… P2
- 気づき 認知症に早く気づこう …… P3
- 心構え 認知症の方の様子の変化と家族の心構え … P4～7
- 相談 簡易チェックシート …… P8
まずは相談してみたい …… P9
- 受診 専門医や専門職に相談したい …… P10
- 予防 認知症予防のための生活習慣 …… P11
- 生活支援 困ったときの手助けがほしい …… P12
- 権利 お金のことや書類の管理が心配 …… P13
- 交流・家族支援 本人・家族・地域の方との交流 …… P14
- 備え 自分の将来のこと もしもの時のために … P15
- 介護保険 自分らしく生活したい …… P16～17
- 見守り みんなができること …… P18～19
- 接し方 認知症の方への接し方 …… P20～21



認知症は脳の病気です

認知症とは、さまざまな原因で脳の機能が低下することで記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態であり、通常の老化による衰えとは違います。



どんな症状がおこるのでしょうか

認知症になると記憶力や判断力などが衰えます。これが認知症という病気の本質で「中核症状」といわれます。また、中核症状のために周囲にうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることなどによって妄想や幻覚などの症状が起こることがあり、これを「行動・心理症状」といいます。

中核症状（治すことはできない）

記憶障害

新しい体験の記憶や知っているはずの記憶が思い出せない。

見当識障害

日付や時間、季節、場所、人物などがわからない。

理解・判断力の障害

考えるスピードが遅くなったり、2つ以上のことが重なると理解できなくなったり、いつもと違うことで混乱する。

実行機能障害

料理の手順など、段取りや計画を立てて行動できない。



中核症状に、不安や焦り、心身の不調、周囲の適切でない対応などが影響

行動・心理症状（接し方で良くなる可能性あり）

行動・心理症状は、適切な治療や周りの人の手助けで認知症の方が感じている精神的なストレス等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。



- 興奮・暴力
- 意欲低下・うつ状態
- 介護拒否 ●徘徊
- 妄想・幻覚
- 不安・あせり など

認知症は早期の発見が大切です

生活習慣病をはじめ多くの病気がそうですが、認知症も早期の発見と治療がとても大切な病気です。認知症は現在完治が難しい病気とされています。

しかし、早期に発見して適切な対処をすれば、自分らしく生きるためのヒントを見つけることができます。



早期発見による3つのメリット！

メリット1 早期治療で改善も期待できる。

認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し早期に治療をはじめることによって、改善が期待できるものもあります。

メリット2 進行を遅らせることもできる。

認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、その進行のスピードを遅らせることができる場合があります。

メリット3 事前にさまざまな準備ができる。

早期発見によって、症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり、利用できる制度やサービスを調べたりして「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。

認知症という病気は、私たちの人生の一部です。

「軽度認知障害（MCI）」の発見と対処が重要です

「軽度認知障害（MCI）」とは、いわば認知症の前段階で、軽い記憶障害などはあっても基本的に日常生活は大きな支障なく送れる状態です。

この段階で発見して適切に対処すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を予防、または先送りできるといわれています。

ちょっとした異変のサインを見逃さないようにしましょう！ ▶ P4・P8 参照



若年性認知症について

65歳未満の若い世代でも認知症になることがあり、若年性認知症と呼ばれています。若年性認知症になっても、適切な支援を受けることで働き続けることも可能です。ひどいもの忘れなど気になる症状があった時は、早めに診断を受けることが大切です。

▶ P10 参照



認知症はゆるやかに進行し、時間の経過と

| 認知症の進行 | 気づきの時期 |
|---|---|
| <p>本人の様子 の例</p> | <p>名前や置き忘れなどのもの忘れはあるが、日常生活は自立している</p> <ul style="list-style-type: none"> ●物の置き忘れやしまい無くすことがあり、もの忘れの自覚がある。 （日付や曜日の勘違いやガス・電気の消し忘れなどがある） ●新しい機器の使い方を覚えるのに時間がかかる。 ●お金の管理は出来るが計算に戸惑うことがある。 ●活気がなくなり、億劫になる。 <p>ひとりで生活ができる</p>  |
| <p>本人の気持ち</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●年のせいだから仕方がない。 ●何だか頭がモヤモヤしたり、自分でもおかしいような気がする。 ●これからどうなるのか不安でいるのに、周りから間違いを指摘されると苦しい。 |
| <p>家族の心構え</p> | <ul style="list-style-type: none"> ●家族や周りの人の「気づき」がとても大事なので、いつから・どんな症状があるかメモをしてみましょう。 ●本人の不安に共感しながら、さりげなく手助けしましょう。 ●何か様子がおかしいと感じたら、かかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう。▶ P9 参照 ●認知症サポーター養成講座などで、認知症に対する正しい知識や対応の仕方を学びましょう。▶ P19 参照 |
| <p>地域の心構え</p>  | <ul style="list-style-type: none"> ●さりげなく見守り、気になることは地域包括支援センターに相談しましょう。▶ P9 参照 ●無理のない範囲で地域の行事や老人クラブ・サロンなどに誘ったり、一緒に参加しましょう。▶ P11 参照 ●子供から大人まで、認知症サポーター養成講座などで、認知症についての正しい知識や対応の仕方を学び、理解を深めておきましょう。▶ P19 参照 |

・軽度)

ともに症状が変化していきます。

発症した時期

日常生活は自立しているが、新しいことや複雑なことに困難が生じる

- 時間や日にちをよく間違える。
- 同じことを何度も言ったり聞いたりする。
- ゴミ出しや書類・衣類などの片づけが面倒になる。
- お札で払うことが多く、小銭がうまく使えない。
- 財布や通帳・印鑑など大事なものをしまい失くすことがあり、探し物が多くなる。
- 不安が強くなり、些細なことで怒りっぽくなったり、イライラが目立つ。
- 車の運転などにミスが目立つ。



- あれもダメ、これもダメと言われ何もさせてもらえない。できることもたくさんあることを知って欲しい。
- できないことを怒らないで欲しい。自分でできないことを周囲に知られることが不安で恥ずかしい。

- 介護者の気持ちを共有できる場所「認知症カフェ（オレンジカフェ）」などを活用しましょう。▶ P14 参照
- 今後の生活設計（金銭管理など）や本人がどのような介護や医療を受けたいかなど、一緒に話し合っておきましょう。▶ P13・P15 参照
- ひとりで悩みを抱え込まず、身近な人や近隣・親族に理解してもらい協力を求めましょう。▶ P14・P20 参照
- できないことや間違いがあっても、責めたり否定したりせず、同じ会話を繰り返しても、受け止めて会話をしましょう。▶ P20 参照

- 困っている様子が見られたら笑顔で優しく声をかけ、安心させてあげましょう。（相手を驚かせない・急がせない・相手の気持ちを傷つけない）▶ P20 参照
- 「認知症カフェ（オレンジカフェ）」や地域で認知症について学ぶ講座などが開催される時は、積極的に参加して認知症について学んでいきましょう。▶ P14 参照
- 必要に応じては専門機関へ相談することを紹介してあげましょう。▶ P10 参照
- 離れて暮らす親族が帰省した時は、地域での関わりの様子を伝えておきましょう。▶ P20 参照

家族や周囲の人が認知症を理解し、先の見通しに

認知症の進行

症状が多発する時期

本人の様子
の例

誰かの見守りがあれば家庭内では自立できるが、社会生活には手助けが必要

- 電話や訪問者の対応をしたことを覚えていない。
- 薬の管理ができない。
- 入浴することが減り、十分に洗えない。
- 行き慣れた場所には行けるが、時々道に迷う。
- 食事をしたことを忘れ、食べ物が目につくといくらでも食べようとする。
- 通帳などを盗まれたと訴えトラブルになったり、何度も払戻や再発行に行くことが増える。



本人の気持ち

- 分かりやすく優しく話して欲しい。
- 時々さみしい、怖いと思う時がある。
- 慣れ親しんだ家、地域、家族や大切な人と、これからも一緒にいたい。

家族の心構え

- できないことばかりに目を向けるのではなく、できることを見つけて、張り合いのある生活を送る手助けをしましょう。▶ P12 参照
- 火の不始末や道に迷うなどの事故に備えて安全対策を考えておきましょう。▶ P15・P18 参照
- 生活に困ることや介護負担が大きくなったら、抱え込まず、早めに地域包括支援センターやケアマネジャーに相談しましょう。▶ P16~17 参照

地域の心構え

- 介護者の気持ちに寄り添い、話を聞いてあげましょう。▶ P20 参照
- みんなが住み慣れた地域で生活できるように、お互いさまの気持ちで当事者や家族に接し、自分達にできることや見守りに協力していきましょう。▶ P19~20 参照
- 必要に応じては専門機関へ相談することを紹介してあげましょう▶ P10 参照

重度・終末期)

合わせて上手に対応していくことが大切です。

| 身体面の障害が複合する時期 | 終末期 |
|---|--|
| <p>日常生活を送るには手助けや介護が必要</p> | <p>常に介護や医療が必要</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> ● つじつまが合わない会話が増える。(幻覚や妄想が増える) ● 自分がいる場所が分からなくなり、家に戻れなくなる。(徘徊) ● 食べ物でないものを口に 入れてしまう。 ● 着替えや入浴を嫌がる。 ● トイレの失敗が増える。 ● 転倒が多くなる。 <p style="text-align: center;"><small>手助け・介護が必要</small></p>  | <ul style="list-style-type: none"> ● 表情が乏しく、言葉も減ってくる。 ● 日中も眠っている時間が多くなる。 ● 食事が飲み込みにくくなり、誤嚥や肺炎を 起こしやすくなる。 ● 寝たきりになるため、 介助が必要。 <p style="text-align: center;"><small>常に介護が必要</small></p>  |
| <ul style="list-style-type: none"> ● 何も分からない人と考えないで欲しい。 ● 言葉で自分の状態を表現できなくても顔や表情から、気持ちを分かって欲しい。 ● 話せなくても聞いて分かるので、明るく笑顔を見せて話しかけて欲しい。 ● ひとりにしないで欲しい。 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ● 食事、排せつ、清潔などの支援が必要になり、合併症が起きやすいことを理解しましょう。 ● 人生の終末期をどう迎えるか、早い段階で離れて暮らす家族も含め、主治医などよく話し合っておき、どのような対応が必要か確認しておきましょう。▶ P15 参照 ● 介護する家族の健康や生活も大切に、本人の状態に応じた介護サービスや医療サービスなども活用しながら、がんばり過ぎない介護を心掛けましょう。▶ P14・P16~17 参照 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ● 介護サービス等を利用していても、地域の中で馴染みの関係が継続できるように、訪問したり声を掛けていきましょう。▶ P20 参照 ● 介護者の介護を労い、気持ちに寄り添い、話を聞いてあげましょう。▶ P20 参照 ● 行方不明など、いつもと違う状況が起きた時は、生命を守ることを第一に考え、家族や公的機関(役場・地域包括支援センター・警察等)に早めにつなぎ、相談しましょう。▶ P18~19 参照 | |

日常生活の変化に気づきましょう

日々の暮らしの中で、気になることや思い当たる項目があればチェックしてみてください。

もの忘れが
ひどい

(いつ頃から)



- 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、聞く、行う。
- しまい忘れ・置き忘れが増え、探し物をしていることが多い。
- 財布・通帳・衣類などが盗まれたと人を疑う。

判断・理解力が
衰える

- 服薬・料理・片付け・計算・運転などのミスが増えた。
- 新しいことが覚えられない。
- 話のつじつまが合わない。
- 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

- 今日が何月何日かわからない。
- 約束の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・あった。

人格が変わる



- 些細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。
- 「この頃様子がおかしい」と周囲から言われた。

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。
- 「頭がおかしくなった」と本人が訴える。

意欲が
無くなる

- トイレの失敗が増えた。
- 趣味などに興味を示さなくなった。
- ふさぎ込んで、何をするのも嫌がる。

チェックシートの結果はあくまでもおおよその目安で医学的判断に代わるものではありません。

本人や家族の方で気になる症状に気づいたら、早めに地域包括支援センターやかかりつけ医に相談してみましょう。

まずは気軽に相談しましょう

ひとりで悩まず、相談相手を見つけることが大切です。認知症はすぐに進行する病気ではありません。早く相談すれば、自分の人生をよりよく生きる時間とヒントを得ることができます。早期に支えを手にするすることで、前向きに歩む可能性が広がります。

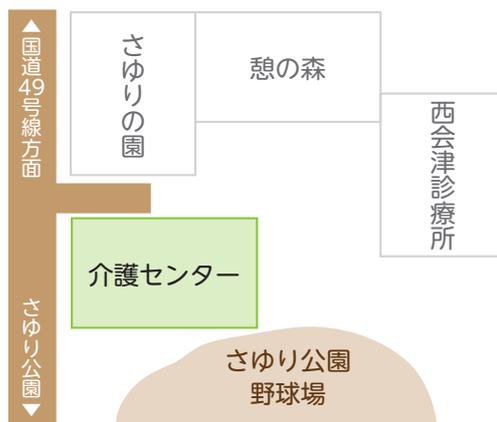
地域包括支援センターは認知症や高齢者の総合相談窓口です

もの忘れの心配や認知症の受診や介護に関すること、お困りごとや、わからないことがありましたら、できるだけ早くご相談下さい。

電話や来所・訪問など、皆様のご希望に応じて相談できます。相談の結果、その方の状態に合った支援につなぎます。地域包括支援センターへの**相談は無料**です。



にしあいづ地域包括支援センター
(西会津町介護センター内)
☎45-3327



認知症地域支援推進員

認知症の方やその家族の相談に応じ、医療や介護サービスなどへつなげる役割を担っています。

また、地域における認知症の理解と推進のため、認知症に関わる講座や研修会なども行っています。

にしあいづ地域包括支援センターにありますので、お気軽にご相談ください。



認知症初期集中支援チーム

認知症または認知症の疑いがある方、その家族の方に早期に関わり、住み慣れた地域での生活を続けられるよう支援するものです。

●どんなことをしてくれるの？

医師と医療職・福祉職で構成されたチーム員が、認知症または認知症の疑いのある方や、その家族の自宅を訪問し、認知症についての困りごとや心配なことを伺います。

そのうえで、本人や家族の状況に合わせた医療や介護サービスなどにつなげる支援を行います。認知症初期にみられる受診拒否などにも、丁寧に対応します。

●対象となる人は？

40歳以上で自宅で生活をしている認知症の方や、認知症が疑われる方で次の①～④に該当する方。

- ① 認知症の診断を受けていない方
- ② 継続的な医療サービスを受けていない方
- ③ 適切な介護サービスに結びついていない、または中断している方
- ④ 認知症の症状が強いため、対応に困っている方

～相談から支援までの流れ～



●どこに連絡すればいいの？

にしあいづ地域包括支援センター (☎45-3327)

へご連絡ください

認知症予防とは、認知症の進行を遅らせる・認知症になっても進行を緩やかにするという事です。生活習慣の改善は、脳梗塞・脳出血が原因となる認知症の発症予防にもつながります。認知症は防げない、治らないといった誤解をせず、できることから取り組んでいきましょう。



ポイント1 適度な運動で身体を動かしましょう

適度な運動は血流を良くし、運動で筋肉を刺激すると脳の神経細胞が元気になり、認知症になりにくい丈夫な脳をつくることができます。

散歩や有酸素運動を行い、健康な体を保ちましょう。



ポイント2 バランスのとれた食生活を心がけましょう

血糖値の上昇は生活習慣病の危険を高めます。

食事の時は、野菜などを先に食べることで、急激な血糖値の上昇を抑えることができます。

バランスのとれた食生活を心掛け、食べ過ぎや塩分の摂り過ぎに気をつけ、お酒は控えめにし、禁煙をしましょう。



ポイント3 持病のコントロールと老化に合わせた対応



糖尿病や高血圧、歯周病などの持病は認知症の発症を高めます。持病のある方は、きちんと治療や服薬をするなど、病気をコントロールして悪化しないようにしましょう。

目や耳、歯など悪くなったら放置せず、治療や補聴器・入れ歯を合わせるなど、体に合う対処をしましょう。不具合のある所を放置していると、脳への刺激が減ったり、生活が不活発になり、認知症を招きやすくなります。



ポイント4 人との積極的な交流が予防薬

誰かと会って一緒に過ごすことで、会話が生まれます。

人に会うことは、身なりを整えたり、相手を気づかたりすることで、脳を活性化させることにつながり、認知症の予防にもつながります。



まだまだ自分の身の回りのことはできるけど、食事や買い物など生活にちょっとだけ支援が必要なきに利用できる制度です。

食 事

●配食サービス

65歳以上のひとり暮らしの高齢者や65歳以上の高齢者のみの世帯などに、週1回（火曜日の夕食）栄養バランスを考えたお弁当を提供し、配達ボランティアの協力のもと安否確認を兼ねて行っています。

【お問い合わせ先】西会津町役場 福祉介護課 ☎45-2214



ゴミ出し・灯油補給・電球交換など

●ワンコインサービス

ゴミ出しや、灯油入れ、電球交換、精米作業、植木の水やりなど、30分程度を目安としたちょっとした困りごとを、ワンコイン（500円）で支援します。

【お問い合わせ先】西会津町シルバー人材センター ☎45-2750



家事など

●介護予防・日常生活支援総合事業（訪問型サービス）

事業対象者や介護認定で要支援1・2の方を対象に、週1～2回（概ね1時間程度）調理や洗濯、掃除、買い物などの家事援助を受けることで、自宅で自立した生活が維持・向上できるよう支援しています。

【お問い合わせ先】にしあいづ地域包括支援センター ☎45-3327



●シルバー人材センター（家事援助）

食事づくりや買い物・掃除などの家事援助を介護保険以外のサービスとしてどなたでも有料で受けられます。

【お問い合わせ先】西会津町シルバー人材センター ☎45-2750

お金の管理や様々な手続きがおぼつかなくなってきたても、本人の権利を守るために利用できる制度です。

日常生活自立支援事業（あんしんサポート）

認知症などによって、預貯金の出し入れや医療費の支払い、福祉サービスの利用の手続き、書類や通帳・印鑑の管理など、日常生活上の判断に不安のある方を援助します。

【お問い合わせ先】 西会津町社会福祉協議会 ☎45-4259

成年後見制度

認知症などによって判断力が不十分な方に対して、財産の管理や介護・施設入所契約、医療契約などについて、本人または配偶者・四親等内の親族などの申立てによって適任と認める法定代理人（成年後見人等）を家庭裁判所が選任します。

【お問い合わせ先】 にしあいづ地域包括支援センター ☎45-3327
西会津町役場 福祉介護課 ☎45-2214



消費者被害に関する相談

商品の購入・サービス利用に伴うトラブルや悪質商法の被害で困ったときや、消費生活に関する疑問・相談をお受けします。

【お問い合わせ先】 にしあいづ地域包括支援センター ☎45-3327
西会津交番 ☎45-2049
福島県消費生活センター ☎024-521-0999



オレンジカフェ いいで愛（認知症カフェ）

● オレンジカフェとは？

認知症の方とその家族、地域の方や専門職が気軽に集い、お茶をしながら語り、情報交換や催しを通じて交流を楽しみ、くつろぐ場です。認知症についての理解を深めたり、参加者同士で相談し合ったり、医療や介護の相談もできます。



● 誰が参加できるの？

認知症の方やその家族を中心に、認知症に関心のある方であれば町民どなたでも参加可能です。申込みも不要です。

● どんなことをするの？いつ開催するの？

カフェのようにコーヒーやお茶などを飲みながら、認知症をテーマとした



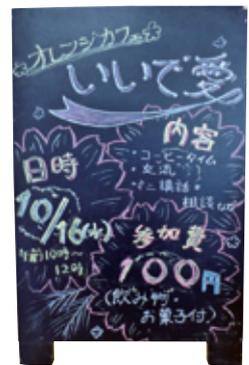
交流や相談・情報交換を行います。み

なさんの生活に役立つミニ講話もあります。開催場所・日程は、ポスターや広報等でお知らせしています。

【お問い合わせ先】

にしあいづ地域包括支援センター ☎45-3327

西会津町役場 福祉介護課 ☎45-2214



在宅要介護者リフレッシュサービス事業

在宅で生活する寝たきり高齢者などを常時介護している家族の介護負担軽減を目的に、ロータスインの食事や温泉入浴・理美容・ショートステイなどが利用できる給付券を交付し、家族の在宅介護を支援します。

【お問い合わせ先】 西会津町役場 福祉介護課 ☎45-2214

在宅高齢者等福祉サービス

在宅で生活している寝たきりや認知症の方の福祉の増進を図ることを目的に、町内の商店で利用できるオムツ購入券や散髪券などの給付券を交付し、在宅生活を支援します。

※対象者など一部条件があります。

【お問い合わせ先】 西会津町役場 福祉介護課 ☎45-2214

人生会議 「もしも」の時の医療・介護についての話し合い

人はみな、いつでも命にかかわるような大きな病気やケガをする可能性があります。認知症も徐々に進行すると、言葉で自分の考えや思いを周りに伝えることも難しくなってきます。

自ら希望する医療や介護を受けるためには、大切にしていることや望んでいること、人生の最終段階になった時は、どこでどのような医療や介護を望むか、自分の思いを伝えられるうちに、周囲の信頼する人たち（かかりつけ医なども加えて）と話し合い、共有することが重要です。

各自治区やサロンなどでは、『人生の最終段階への準備について』の講座も開催しています。

講座を希望される際は下記までお気軽にお問い合わせ下さい。

【お問い合わせ先】

にしあいづ地域包括支援センター ☎45-3327

西会津町社会福祉協議会 ☎45-4259



人生を自分らしく
生きるために、
エンディングノートを
活用してみませんか？



車の運転に関すること

近年、高齢運転者数が増加する中、認知症の症状を有すると思われる運転者の運転操作ミスによる交通事故が発生しており、事故防止に向けた対応が急がれています。

●認知症高齢者の自動車運転に関する法律（道路交通法）

| | |
|--|---|
| <p>運転者が 認知症である 場合には？</p> | <p>運転者が認知症である場合には、安全な運転の継続が徐々に難しくなることから、法律により、運転免許の取り消し、または、運転免許の効力が停止される対象となります。もし運転者が認知症だとわかった場合には、安全を確保するためにも、できるだけ速やかに運転を中止することが必要です。</p> |
| <p>運転者が 認知症の疑い がある 場合には？</p> | <p>運転者に認知症の疑いがある場合にも、まずは、運転者の安全を確保することが大切です。そのため、運転継続が可能かどうかについて、詳しく調べる必要があります。もし、運転者が運転継続を希望する場合は、警察署や免許センターに相談し、必要な検査等を受けましょう。また、かかりつけ医へも適宜相談して下さい。</p> |

●西会津町運転免許証自主返納支援事業

運転免許は、運転者自ら申請して、自主返納を行うことができます。

町では、65歳以上の方で運転免許を自主返納した方を対象に、町民バス回数券やタクシー利用券・西会津町共通商品券など（上限3万円）を交付し、運転免許の自主返納を支援しています。

【お問い合わせ先】西会津町役場 町民税務課 ☎45-2215



相談

地域包括支援センター

要支援1・2、事業対象者の介護保険サービス等の利用の相談に応じます。

ケアマネジャー

介護が必要な方（要介護1～5）の介護保険サービス等の利用の相談に応じます。

訪問してくれる

ホームヘルプ
（訪問介護）

訪問看護

小規模多機能型居宅介護
（訪問）

通って受ける

デイサービス（通所介護）

デイケア
（通所リハビリテーション）

小規模多機能型居宅介護
（通い）

●ホームヘルプ（訪問介護）

訪問介護員（ヘルパー）が自宅を訪問し、食事、入浴、排せつや掃除、洗濯、買い物などの身体介護や生活援助をします。



●訪問看護

看護師などが自宅を訪問し、主治医の指示の下、療養上のお世話や必要な診療の補助、リハビリなどを行います。

●デイサービス（通所介護）

デイサービスセンターで、送迎・食事・入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のための支援を日帰りで行います。



●デイケア（通所リハビリテーション）

介護老人保健施設で、身体機能回復や生活行為向上を目的としたリハビリテーションと、食事や入浴などの日常生活上の支援を日帰りで行います。



●福祉用具（レンタル・購入）

日常生活の自立を助けるための福祉用具（ベッド・車椅子・手すりなど）をレンタルするサービス。



入浴や排せつ等に使用する福祉用具を、都道府県などから指定を受けた業者から購入した場合は、申請により10万円を上限に費用を支給します。**※市町村への申請が必要。**

●住宅改修

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修は、申請により20万円を上限に費用を支給します。**※工事前に市町村への申請が必要。**

住まいを整える

福祉用具
(レンタル・購入)

住宅改修

短期間の宿泊

ショートステイ
(短期入所)

小規模多機能型居宅介護
(泊まり)

施設入所

認知症高齢者
グループホーム

有料老人ホーム

介護老人保健施設

特別養護老人ホーム

●小規模多機能型居宅介護支援（通い・訪問・泊まり）

施設への通いを中心として、利用者の様態や希望に応じて、随時訪問や短期間の泊まりを組み合わせた多機能なサービスを受けることができます。

小規模多機能型居宅介護施設



●ショートステイ（短期入所）

介護保険施設に短期間入所して、食事や入浴・排せつ、その他日常生活上のお世話や機能訓練・リハビリなどを行います。

●認知症高齢者グループホーム

認知症高齢者が、共同生活をする住居で、家庭的な環境と地域住民との交流のもと、食事や入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

※入所要件：要支援2～要介護5



●有料老人ホーム

高齢者が暮らしやすいように配慮した住居で、自宅での生活が困難になった高齢者が入所し、必要な日常生活上の支援や介護サービスが受けられます。

●介護老人保健施設

病状が安定した方の在宅復帰を支援するために、リハビリを行いながら医療上の手助けや、日常生活の支援が受けられます。

※入所要件：要介護1～要介護5



●特別養護老人ホーム

常に介護が必要で自宅での生活が困難な方が入所し、食事や入浴・排せつなどの日常生活上の介護や機能訓練、療養上の支援などが受けられます。

※入所要件：原則要介護3～要介護5



緊急通報システム

見守りが必要なひとり暮らしの高齢者世帯などに、日常生活の緊急事態における不安を解消するため、簡単な操作で緊急事態の通報が可能な装置を貸出します。

コールセンターから定期的に安否確認の連絡も行います。



徘徊高齢者・障がい者特定 QR コード

在宅で生活する見守りが必要な方が、徘徊先で警察に保護された時に、登録番号から身元を特定し、速やかに家族へ連絡するための QR コードシール（衣類や持ち物に身に着ける）の配布を行います。



徘徊高齢者・障がい者搜索システム

認知症により一人歩き（徘徊）をする方の行方が分からなくなった場合に、迅速に居場所を特定できる、『GPS 端末機』を貸出します。

家族のスマートフォンから居場所と行動歴が確認できるので、万一の際の早期発見や、事故の未然防止にもつながります。

また、緊急時の SOS 通報もできます。



GPS端末機

【お問い合わせ先】 にしあいづ地域包括支援センター ☎45-3327
西会津町役場 福祉介護課 ☎45-2214

にやさしいまちづくり みんなができること

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症サポーター養成講座を受講した住民の方で、認知症についての正しい知識や対応の仕方について学び、地域の中で認知症の方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すれば、どなたでも認知症サポーターになることができます。認知症サポーターには『オレンジリング』や受講証をお渡ししています。



オレンジリング



小学生・中学生・高校生も認知症サポーターになっています！

西会津町高齢者等あんしん見守りネットワーク

配送事業者との協定や、移動販売事業者や理美容組合、町内の事業者と連携しながら、地域での見守りと支え合いを行っています。



見守りネットワーク会議

見守り協力店

認知症サポーター養成講座を受講した町内の商店や企業には、『認知症サポーターのいる安心店ステッカー』を交付し、認知症の方でも安心して買い物や外出ができるように、認知症に対するやさしいまちづくりを広めています。



認知症の方も一般の方とのつきあいと基本的に変わることはありません。そのうえで、認知症の方へは、認知症への正しい理解に基づく対応が必要になります。

普段からのあいさつや声かけをすることも大切です。

認知症の方への対応の心得

周りの方の理解とかかわり方が大切なポイントになります。

●驚かせない

同じ目線で、前からゆっくりとやさしく声かけが基本です。

●急がせない

思うように言葉がでないことがあっても、ゆっくり聞いてください。

●自尊心（プライド）を傷つけない

ひとりの人生の先輩として接することで本人も落ち着きます。

ニコニコ笑顔



やさしい声かけ

認知症の方が安心してすごせる条件

- 周囲の方の理解がある
- 日課や役割がある
- 介護者を支援する人がいる
- 見守りの協力体制がある
- 顔なじみの人が近くにいる



認知症の方を抱えるご家族を支えるために地域でできること

介護はがんばりすぎないで

介護に疲れて気持ちにゆとりがなくなると、近所に迷惑をかけているのでは…との思いがあったりします。そうしたご家族の気持ちを少しでも理解するように努め、「困ったときはお互いさま」の精神で接しましょう。地域のみなさんも、認知症の方が困っている様子が見えたら、やさしく声をかけてみましょう。特別なことでなく、それぞれが自分にできることを行い、協力し合って、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らせるようにしましょう。

自分を追い詰めすぎないために…

- 悩みや不安を打ち明けられる相手を作る
- 失敗しても自分を責めない
- 自分の時間を作る
- オレンジカフェなどに参加してみる



接し方

こんな時どうしたらいいのかな？

困りごと 一人暮らし。久しぶりに子供が帰省したら、鍋こがしや薬の飲み忘れが多く、冷蔵庫の中には傷んだ食材がたくさん入っていた。

こんなときは…

- ①家族と一緒にかかりつけ医を受診し、薬の管理状況を相談してみましよう。飲み忘れを減らすために回数を調整してもらったり、薬局では一袋にまとめたり、日付を入れてもらうこともできます。
- ②今後も一人暮らしを続けていくために、家事援助のサービスを利用することで、一緒に調理をしたり、食材や薬の管理状況を確認してもらう方法もあります。誰かと一緒に行くことで、本人のできる力や役割が続けられたり、見守りがあると離れて暮らす家族にとっても安心につながります。



困りごと 最近家の中で、ものを探していることが多く、「財布が盗まれた」と言い、家族や知り合いの方を疑いだした。

こんなときは…

- ①物のしまい無くし → 大切な物がないと焦り不安な気持ち → 誰かに盗られたと思い込みから、周囲を疑うことがあります。説明をしても納得しないことがほとんどです。できるだけ、この話題から意識をそらせることが大切です。
- ②否定せずにまずは本人の話をしっかり聞きましょう。穏やかに初めてのつもりで話を合わせます。「それは大変。一緒に探しましょう」と言って自分で見つけられるように誘導しましょう。
- ③本人が安心するような関わり方や生活が大切です。必要に応じては、相談してサービス利用も併用しながら本人が安心できる生活環境を作りましょう。



困りごと ひとりぼっちになるとさみしさや不安から外に出たり、「家に帰る」と言い、落ち着かなくなる。

こんなときは…

- ①なかなか難しいことですが、本人を怒らないことが大事なポイントです。怒られると「ここにいると嫌な思いをする」という認識につながり、安らげる場所を求めてさらに徘徊はいかいを続けるおそれがあります。
- ②徘徊する本人の気持ちをくむことが大切なので、やさしく話を聞いてみて下さい。本人なりの理由があります。会話の中にヒントとなる言葉があるかもしれません。
- ③徘徊には事故やケガなど様々な危険も伴いますので、持ち物に名前や連絡先の記入、GPS端末の活用なども有効です。しかし、家族だけで全て背負おうとしないで、介護サービスの利用や近所・交番などにも事情を伝え、見かけた時の連絡や対応など、事前に相談しておくことが大切です。



困ったときの相談窓口



介護

福祉

保健

医療



まずは
にしあいづ地域包括支援センターまで
ご相談下さい

地域包括支援センターは、高齢者に関する総合相談窓口です。
必要に応じて、自宅を訪問しての相談も行います。
様々な関係機関と連携をとりながら、相談に応じます。

☎ 0241-45-3327

介護保険認定申請や
行政制度などの相談窓口

西会津町役場 福祉介護課

☎ 0241-45-2214

健康相談・介護予防に関する相談

西会津町役場 健康増進課

☎ 0241-45-4532

65歳未満の働き盛りの世代で発症した
認知症に関する電話相談

若年性認知症コールセンター

☎ 0800-100-2707

(通話料無料)

認知症介護の経験者による
認知症介護の電話相談

福島県認知症コールセンター

☎ 024-522-1122

認知症疾患に関する診断・治療や専門相談

**認知症疾患医療センター
(竹田総合病院)**

☎ 0242-29-3808



令和3年3月改訂

西会津町認知症ケアパス「西会津町認知症支援ガイド」

発行／西会津町役場 福祉介護課

〒969-4406 西会津町野沢字下小屋上乙3308

☎0241-45-2214

編集／にしあいづ地域包括支援センター

〒969-4401 西会津町登世島字田畑乙2042-89