

宝塚市認知症ケアパス

※認知症ケアパスとは、認知症の状態に応じて、いつ、どこでどのようなサービスを利用できるかをまとめたものです。

認知症の段階	気づき・認知症の疑い	認知症はあるが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要	
本人の様子・気持ち	<ul style="list-style-type: none"> 年齢のせいではない物忘れがあるが、お金の管理、買物、書類などの手続きはできる 約束や予定を忘れる 同じことを何度も言う 物が無くなるという <p>異常があるかもしれないと不安</p> <p>年のせいだろう</p> <p>悩みや不安を打ち明けられず、一人で悩む時期</p>	<ul style="list-style-type: none"> 小銭で支払うことができない 同じ物を何度も買う 身なりを気にしなくなる 食事の支度ができない いつも探し物をしている、物盗られ妄想がある <p>自分は正常であると言い張る</p> <p>他人の前ではしっかりしているが、身近な人には症状が強くなる</p>	<ul style="list-style-type: none"> 買物やお金の管理ができなくなってくる 服を選んだりできず、ボタンのかけ間違いが多い 家電の操作ができない 文字が上手に書けなくなる 入浴を嫌がる よく道に迷う <p>もどかしさ</p> <p>不安</p>	<ul style="list-style-type: none"> 会話が成立しない 着替えや食事、トイレなどがうまくできない トイレ、入浴に介助が必要となる 遠くに住む子供や、孫がわからなくなったり、息子を夫だと間違えたりする 食べ物でない物を口に入れる <p>焦り</p> <p>孤独</p>	<ul style="list-style-type: none"> 言葉が出にくくなる 言葉によるコミュニケーションが難しくなる 声掛けや介護を拒む 飲み込みが悪くなり、食事介助が必要になる トイレの失敗が増える 歩きづらくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ほぼ寝たきりで、意思の疎通が難しくなる 食事を口からほとんど摂れない 誤嚥しやすくなるため、肺炎を起こしやすくなる 寝たきりで歩けなくなる
家族の気持ち	<ul style="list-style-type: none"> さまざまな症状を示す本人と、どう向き合えばよいのか解らず、一番つらい時期。混乱・怒り・拒絶の感情が出やすい 		<ul style="list-style-type: none"> サポートしなければいけないことが増える 医療・介護などのサービスや、地域にある様々な手助けを上手に利用すれば、負担感が軽減されることもある 		<ul style="list-style-type: none"> 認知症に対する理解が深まり、受容出来るようになってくる 最後をどう迎えるか、考える時期 	
やっておきたい事	<ul style="list-style-type: none"> □認知症や介護のことを知りましょう □規則正しい生活、バランスの良い食事、質の良い睡眠を心掛けましょう □地域の交流の場などへ出かける機会を増やしましょう □「わたしのこと」や「今後の生活設計」について家族等に伝えておく（人生の最後をどう迎えたいか等も含めて） □かかりつけ医・薬局・歯科をもちましょう □火の元に気を付け、早めに火災報知機設置や電磁調理器の使用を考えましょう □一人暮らしの方は家族等の連絡先を周囲に伝えたり、緊急通報装置等の利用について考えましょう <p>※「いきいきガイドブック『介護保険外サービス』」も活用しましょう</p>		<ul style="list-style-type: none"> □本人が出来ることを見つけ、今までできていたことを継続できるようにさりげなくサポートしましょう。 □医療や介護のサービスを利用して、がんばりすぎない介護を心がけましょう □認知症を隠さず、近隣や身近な人には伝えることで、理解者や協力者を作りましょう 		<ul style="list-style-type: none"> □心身共に穏やかに過ごせる環境をつくりましょう □今後の生活について考えましょう □人生の最後をどこでどのように迎えるか、家族等身近な方々や主治医、ケアマネジャーと話をしましょう 	

認知症相談窓口・介護保険のこと

高齢者の総合相談窓口として、地域のいろいろな資源を活用した支援や、介護保険の認定申請手続き、介護保険のご相談等をお受けします。
宝塚市役所、各お住まいの地域を担当している地域包括支援センター(☎7ページ)までご連絡下さい。

地域交流(集いの場への参加)

住み慣れた地域で交流や生きがいを作り、活動的な生活を送ることが大切です。
自治会活動や老人会に参加しましょう。
サロン、いきいき百歳体操などの集いの場については、地区センター、地域包括支援センター、宝塚市高齢福祉課までお問い合わせください。

地域での支え合い

地域での見守りや助け合いなど、地域における相談・支援ボランティアとして民生委員がいます。また行方不明になる心配がある方について、その方を見守る方法を一緒に考える手段として、宝塚市認知症高齢者等みまもり登録があります。どこへ行ったかわからない時には早めに警察署・交番へ相談しましょう。早期発見に向け、宝塚警察署が関係機関へ情報配信を行っています(宝塚徘徊シルバーSOSネットワーク)。

家族支援・相談

家族の相談窓口として、地域包括支援センター、宝塚市役所、認知症カフェ(☎4ページ)、宝塚介護者連絡会(かなえの会、ほのぼの会、ひよこの会)などがあります。お気軽にご相談下さい。

医療

認知症の疑い、気になる方という方はまず、かかりつけ医に相談してください。
認知症に関する診断、治療、専門相談、治療目的での入院可能な医療機関もあります。
受診については、かかりつけ医にご相談ください。

くらしを守る

日常の生活費の引き出し、支払い、郵便物の確認など、日常生活上必要なさまざまな「手続き」のお手伝いを、あんしんサポートセンター(日常生活自立支援事業)が行います。また判断能力に不安を感じてきた方が、不利益を被らないように権利を守り、援助してくれる後見人や法定代理人をつける制度として、成年後見制度の利用があります。
※詳しく宝塚市高齢者・障害(がい)者権利擁護支援センター(0797-26-6828)、担当ケアマネジャー、または地域包括支援センターまでご相談下さい。

介護する家族の健康や生活、楽しみも大切に、一人で抱え込まないようにしましょう。
相談相手や、介護仲間をつくりましょう。



宝塚市 認知症ケアパス

検索