

# ～これからも、住み慣れた

認知症と診断された方、認知症かもしれないと不安に思っている方やそのご家族に、

進行度	軽度認知障害 (MCI) ～認知症の疑い (日常生活は自立して過ごせる)	軽度認知症 (日常生活で見守りが必要となってくる)
ご本人の様子 (症状や行動)	<ul style="list-style-type: none"> <li>物の名前が出にくくなり、「あれ」「それ」が増える</li> <li>約束の日時を間違えることがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>最近の出来事を忘れる</li> <li>電話や訪問の対応がひとりでは難しい</li> <li>公共機関での外出が難しい</li> <li>財布や通帳など大事なものをなくすことがある</li> </ul>
ご本人のおもい	「何かおかしい」 「集中できない」 「認知症かもしれないが認めたくない」	「何をするにもおっくうで気力がわかない」 「失敗を注意されると悲しい」 「馬鹿にされたくない」ため取り繕う
ご家族のおもい	「年のせいだろう」	「言えばできるはず」
適切な対応	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人の話をよく聞き、生活状況を確認</li> <li>認知症への正しい理解を深める</li> <li>失敗する前にさりげなくフォローする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゆっくりわかりやすく話す</li> <li>近隣や友人にも理解を求め、見守る人を増やす</li> <li>介護保険を含めたサービスの利用を検討</li> </ul>

**\*なんとなくおかしいと感じていて、不安に思っている\***

**\*戸惑い、否定\***

いったりきたり

相談したい	心配な事など相談し、今後に備えていきましょう <b>伊東市</b>	
他の家族の話を聞きたい	同じ悩みを抱えた人同士が語り合える場所です <b>認知症</b>	
病院にかかりたい	あれ?おかしいなと感じたら、「ものわすれ相談シート」	
人と交流しながら 元気な体を維持したい	健康体操クラブ・シニアプラザ・居場所・サロン (P13) ・	
	生きがいデイサービス (P13) ・富戸ケアファーム (P14)	
	介護予防・日常生活支援総合事業 (P13)	介護
困ったときに 助けてほしい	おもい♡かなえるカード (P12) ・チームオレンジ (P11)	
	認知症初期集中支援チーム (P14)	
自分のことを自分で 決めたい	日常生活自立支援事業 (P15)	
	成年後見	

# 伊東市で暮らしたい～

いつ・どこで・どのような支援が受けられるのかを症状にあわせてご案内します

## 中等度認知症 (日常生活で手助け、介助が必要)

- ・さっき食事したことなど少し前のことも忘れる
- ・慣れた場所でも道に迷う
- ・入浴、トイレなどがうまくできない

- ・混乱が大きくなり、「イライラ」や「不安」が強くなる
- ・失敗したことや注意されたことを忘れてしまうため、「理由もなく怒られた」という不快な気持ちだけが残る

**\*やり場のない怒りや悲しみ、不安\***

- ・認知症への理解の不十分さからどう対応してよいか混乱して、とてもつらい

繰り返す

- ・認知症に対する理解が深まり、あるがままを受け入れられるようになる

→ **\*混乱、怒り、拒絶\***

→ **\*割り切り、受容\***

- ・視線をあわせてやさしく話す
- ・本人のできることを一緒に行い一緒に喜ぶ
- ・外出時は名前や連絡先がわかるものを身につけてもらう

- ・反応がなくても話しかける
- ・笑顔、スキンシップによるコミュニケーションを大切にす
- ・介護と看護を充実させ、看取りに備える

**地域包括支援センターなど (P1-2) ・ 伊東市高齢者福祉課 32-0781**

**カフェ (P2) ・ 静岡県認知症コールセンター (P15)**

**(最終頁の黄色い用紙) を使って医療機関 (P7-8) に相談してみましょう**

**認知症カフェなど (P2)**

**保険 (P13) がんばりすぎず、介護サービスを利用しましょう**

**マーク (P15)**

**市高齢者あんしん見守りネットワーク事業 (P14)**

**介護用品支給  
家族介護支援金・温泉及び  
マッサージ券の支給 (P15)**

**制度 (P15)**