

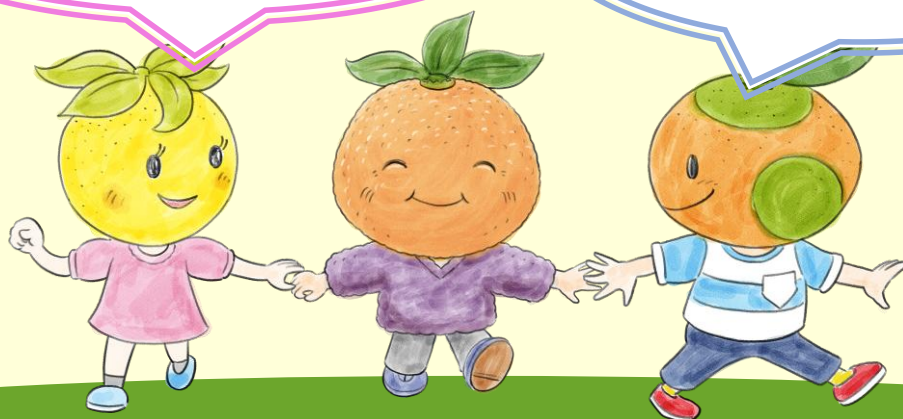
伊東市認知症あんしんマップ

(令和8年4月発行)

～認知症になっても安心して暮らし続けるために～

認知症について、いろいろな場面で
役立つ情報を掲載しているよ。

認知症になっても
自分らしく暮らし続けるために、
必要なページから開いてみてね。



©Iwai Toshio

目次	<u>P 1 - 2</u> 認知症の症状と支援について
	<u>P 3 - 4</u> 認知症について考えてみよう
	<u>P 5 - 8</u> 認知症について正しく知ろう
	<u>P 9 - 10</u> 医療機関はこちらです
	<u>P 11 - 17</u> 自分らしく暮らし続けるために
	<u>P 18</u> あなたの相談窓口はこちらです
	<u>P 19</u> 初期症状をチェックをしてみよう
	<u>P 21</u> 認知症理解普及啓発キャラクター紹介
最終項	もの忘れ相談メモ

お問合せ

伊東市役所高齢者福祉課

電話:0557-32-0781(直通)

F A X:0557-36-1165

e-mail:kourei@city.ito.shizuoka.jp

～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"> 物の名前が出にくくなり、「あれ」「それ」が増える 約束の日時を間違えることがある 	<ul style="list-style-type: none"> 最近の出来事を忘れる 電話や訪問の対応がひとりでは難しい 公共機関での外出が難しい 財布や通帳など大事なものをなくすことがある
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"> 本人の話をよく聞き、生活状況を確認 認知症への正しい理解を深める 失敗する前にさりげなくフォローする 	<ul style="list-style-type: none"> ゆっくりわかりやすく話す 近隣や友人にも理解を求め、見守る人を増やす 介護保険を含めたサービスの利用を検討

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 伊東市	
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 認知症	
病院にかかりたい	あれ?おかしいなと感じたら、「もの忘れ相談メモ」	
人と交流しながら 元気な体を維持したい	認知症カフェ (P13) ・通いの場 (P15) ・健康体操クラブ ・	
	富戸ケアファーム (P15) ・生きがいデイサービス (P16)	
	介護予防・日常生活支援総合事業 (P16)	介護
困ったときに 助けてほしい	チームオレンジ (P14) ・おもい♥️ かなえるカード (P15)	
	認知症初期集中支援チーム (P13)	
		介護 伊東
自分のことを自分で 決めたい	日常生活自立支援事業 (P16)	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)	重度認知症 (日常生活で常に介護が必要)
<ul style="list-style-type: none">・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	<ul style="list-style-type: none">・配偶者や子供など身近な人の顔がわからない・会話が成り立たず、意思の疎通が難しくなる・言葉が減り、表情が乏しくなる・自分のいる場所や何をしているかが分からなくなる・食べ方がわからない
<ul style="list-style-type: none">・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 <p>*やり場のない怒りや悲しみ、不安*</p>	<ul style="list-style-type: none">・何をされているかわからないため「怖い」・ほとんどのことが理解できないため、反応は「快」「不快」「安心」「不安」などの感情に基づく・笑顔、スキンシップによるコミュニケーションで「安心」
<p>・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</p> <p>繰り返す</p>	<p>・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</p> <p>いったりきたり繰り返す</p>
<p>→ *混乱、怒り、拒絶* ←</p> <ul style="list-style-type: none">・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	<p>→ *割り切り、受容* ←</p> <ul style="list-style-type: none">・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る・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 (P18) ・ 伊東市高齢者福祉課 0557-32-0781

カフェ (P13) ・ 静岡県認知症コールセンター (P18)

(最終頁の黄色い用紙) を使って医療機関 (P9-10) に相談してみましょう

シニアプラザ (P16)

保険 (P16) がんばりすぎず、介護サービスを利用しましょう

マーク (P17)

市高齢者あんしん見守りネットワーク事業 (P12)

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 (P17)

制度 (P17)