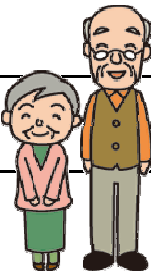
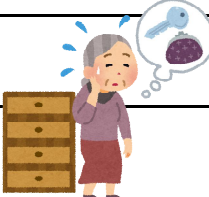
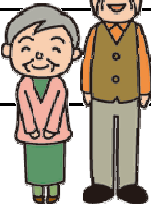
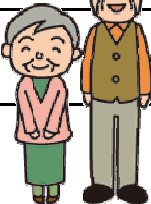


## 認知症の進行と対応、サービス種類

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。

代表的なアルツハイマー型認知症の進行の例（右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態）

※個人差があります

| 認知機能の段階                                                                                                                                         | 発症前                                                                                                                                                                                                                           | 軽度認知障害（MCI）                                                                                     | 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・介護が必要                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 本人の様子                                                                                                                                           | ・野菜作り、田んぼ、車の運転が生きがい<br>・サロン、グランドゴルフが楽しみ                                                                                                                                                                                       | ・言葉が出にくい<br>・「あれ」「それ」ばかり言う<br>・物を置き忘れる<br>・何かヒントがあれば思い出す<br>・物忘れはあるが金銭管理や買い物、書類作成などの日常生活は自立している | ・季節に合った野菜が作れない<br>・危なっかしい運転<br>・同じことを何回も聞く<br>・電話の内容や約束を忘れる<br>・薬の飲み忘れ<br>・火の消し忘れ<br>・趣味をやめてしまう、外出が減る                                                                                                                           | ・物を盗られた、財布を無くしたと言う<br>・同時に2つ以上のことができない<br>・家事（料理・掃除）等の段取りができなくなる<br>・買い物時のお金の計算が難しくなる<br>・今まで使っていた電化製品が使えなくなる<br>・目的地まで、なかなかたどり着けない<br>・不安・いらいら | ・季節に合った服を着ることができない<br>・入浴や着替えができない<br>・食べ物があるだけ食べる<br>・薬やお金の管理ができなくなる<br>・たびたび道に迷う<br>・尿意、便意を感じにくくなり、排泄の失敗が増える<br>・歩行が不安定になってくる | ・会話でのコミュニケーションが難しくなる<br>・表情が乏しくなる<br>・食べ物が飲み込みにくくなる<br>・食べることの理解ができなくなる<br>・歩行が困難になる<br>・日中も眠っている時間が長くなる       |
| 記憶面                                                                                                                                             |  物忘れの自覚が出てくる                                                                                                                                 |                                                                                                 |  直近のことを覚えられない<br>体験したことの内容を忘れる                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |  いつどこで何をしたかの出来事を忘れる                          |                                                                                                                |
| 状況把握                                                                                                                                            |                                                                                                                                              |                                                                                                 |  時間や日にちがわからなくなる<br>自分の年齢が正確にわからなくなる                                                                                                            |                                                                                                                                                 |  季節や月がわからなくなる<br>場所がわからなくなる                  |                                                                                                                |
| 家族の思い                                                                                                                                           |  さっしとったやん もう忘れたん??<br>「こんなはずではない」<br>年齢のせいだろう 言えばできるはず                                                                                       |                                                                                                 | 今まではできとったやん なまけとるんやろか<br>介護のしんどさをわかってほしい<br>怒ってもあかんのはわかっとるけど優しくできんわ                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                 | またやられた もう限界やわ<br>いつまで続くんやろ これからどうなるんやろ                                                                                          |                                                                                                                |
| 生活のポイント                                                                                                                                         | ◎ 認知症予防のための生活習慣を心がける<br>→有酸素運動、バランスの良い食生活、脳の活性化<br><br>◎ 地域の行事、ボランティアなどの社会参加や、趣味を楽しむ<br><br>◎ 家族内での役割を持って過ごす                                                                                                                  |                                                                                                 | ◎ 大事なことや出来事をメモに書きとめる<br>→大事なものを片付ける箱を用意する等の工夫をしましょう<br><br>◎ ゆっくり短い言葉で少しずつ伝える<br><br>◎ 時間の見当が付く工夫を<br>→時計や季節感のあるカレンダーを活用しましょう<br><br>◎ できないことを責めない                                                                              |                                                                                                                                                 | ◎ 説得は逆効果<br>→いったん気持ちを受け止め、一緒に行動しましょう<br>そのうち忘れて気持ちが変わることもあります<br><br>◎ 無理矢理させない<br>→嫌がることを無理強いしないようにしましょう                       |                                                                                                                |
|                                                                                                                                                 | ◎ 体調管理に注意<br>→合併症（肺炎や脱水）などが起こりやすくなるので変化を見逃さないように<br><br>◎ スキンシップを大切に<br>→言葉がでなくなれば手を握る、背中をさするなどスキンシップを心がけ、安心感を与えるようにしましょう                                                                                                     |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                 |                                                                                                                |
|  家事や仕事、趣味などできることもたくさん残っています。得意なこと、できることを継続し生活に取り入れていきましょう！ |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                 |                                                                                                                |
| ご家族へ                                                                                                                                            | ◎ 認知症の疾患や介護について理解しましょう<br>→認知症を正しく理解し、関わる人がうまく対応することで、穏やかな経過をたどることもできます。<br>◎ 近い親戚家族や本人の親しい友人に病気のことを伝えておきましょう<br>→記憶障害の影響で、約束を忘れたり、電話の用件が伝えられないこともあります。また、病気のことを知らないために、心もとない言葉をかけられ、本人が傷ついている場合もあります。病気であることを理解してもらうことが大事です。 |                                                                                                 | ◎ 介護サービスを利用したり、家族の集いの場等を利用<br>→薬の管理や入浴、リハビリなど、介護保険制度を利用できます。家族が休息する時間をとったり、ご本人が家族以外の人の介護に慣れておくと、いざと言うときに戸惑わずに済みます。戸惑うような出来事が重なって、家族が最も苦しむ時期です。介護職員の力や経験者の知恵をうまく借り、負担を抱え込まないようにしましょう。<br><br>◎ 今後の生活設計（介護、金銭管理、財産等）についての備えをしましょう |                                                                                                                                                 | ◎ 認知症が進行した後の心づもりと備えを<br>→最期の時期をどこで迎えるか、延命措置や栄養補給、医療をどの程度行うか、入院するかなどを、本人の視点に立って相談しておきましょう。                                       |                                                                                                                |
| 支援体制                                                                                                                                            | 認知症や介護についてのご相談は...                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                 | 生活支援                                                                                                                                                                                                                            | 1. 配食サービス 宅配弁当、宅配サービス、移動販売等 2. 訪問介護（介護保険・総合事業・有償ヘルパー）                                                                                           |                                                                                                                                 |                                                                                                                |
|                                                                                                                                                 | <br>小浜市<br>地域包括支援センター<br>☎ 64-6015<br><br>小浜市社会福祉協議会<br>地域包括支援センター<br>☎ 56-5855                                                            |                                                                                                 | 安否確認・見守り                                                                                                                                                                                                                        | 地域見守り活動（民生委員・近隣等）、認知症サポーター等 3. 緊急通報装置 4. SOSネットワーク                                                                                              |                                                                                                                                 |  1～22についての詳しい内容は裏面をご覧ください |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                 | 金銭管理                                                                                                                                                                                                                            | 5. 日常生活自立支援事業 6. 成年後見制度                                                                                                                         |                                                                                                                                 |                                                                                                                |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                 | 介護・予防・集う場                                                                                                                                                                                                                       | 7. ふれあいサロン、地区活動 8. 一般介護予防事業 9. 通所介護 10. 小規模多機能型居宅介護 11. 看護小規模多機能型居宅介護                                                                           |                                                                                                                                 |                                                                                                                |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                 | 家族支援                                                                                                                                                                                                                            | 認知症カフェ 12. 認知症の人と家族の会 13. 介護家族者交流会                                                                                                              |                                                                                                                                 |                                                                                                                |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                 | 住まい                                                                                                                                                                                                                             | 自宅 14. サービス付き高齢者住宅、高齢者向け賃貸住宅 15. グループホーム 16. 介護老人保健施設 17. 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）                                                                   |                                                                                                                                 |                                                                                                                |
| 医療                                                                                                                                              | 18. かかりつけ医 19. 認知症サポート医 20. 認知症専門病院 21. 精神科 22. 訪問看護、訪問診療、居宅療養管理指導                                                                                                                                                            |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                 |                                                                                                                |