

南島原市認知症ケアパス

住み慣れた地域で安心してくらししていくために



認知症ケアパスとは？

認知症の人やその家族が、認知症と疑われる症状が発生した段階から状態に応じて、いつ、どこで、どのような医療や介護サービスを受ければよいかを標準的に示したものです。

認知症は、早期発見、早期対応を行うことで、重症化の予防や介護の負担の軽減が期待できます。認知症に関する不安・悩みがある方やそのご家族、周囲にいらっしゃる方々に、ぜひ活用して頂きたいと思います。

＜ホームページ、その他資料のご案内＞

- 島原地域広域市町村圏組合のホームページ www.shimabara-area.net/site/
ホームページより以下の資料がダウンロード・閲覧できます
 - ・介護保険事業所ガイドブック
 - ・みんなのあんしん介護保険（閲覧のみ）
- 南島原市地域包括支援センターのホームページ <https://minamishimabara-houkatsu.com>
ホームページより以下の資料がダウンロード・閲覧できます
 - ・高齢者のためのサービスガイドブック「つなGO！」

令和4年7月（第4版）

島原地域広域市町村圏組合

〒859-1492 島原市有明町大三東戊 1327 島原市役所有明庁舎 3階

☎0957-61-9102 FAX：0957-61-9104





1. 南島原市認知症ケアパス

～認知症の状態に応じ

健康・元気な状態




気づき・発症

軽度

症状の進み方	一人で生活できる	認知症の疑い 日常生活は自立	認知症があるが 日常生活は自立
本人の様子・気持ち		<input type="checkbox"/> もの忘れが増え気になる <input type="checkbox"/> 薬の飲み忘れが時々ある <input type="checkbox"/> 同じことを話すことが増えた <input type="checkbox"/> 外出するのが面倒になった 	<input type="checkbox"/> 日付・時間の間違いが増える <input type="checkbox"/> 約束を忘れてしまうことがある <input type="checkbox"/> 鍋をたまに焦がす <input type="checkbox"/> 趣味や楽しみに興味がなくなる 
家族の方へ	<p>■ 介護の負担を抱えこまないよう、身近な相談窓口へ相談しましょう</p>		
医療	<p>■ かかりつけ医（通院・訪問） ■ 病院の相談員 ■ かかりつけ</p> <p>■ 認知症疾患医療センター ■ 認知症</p>		
介護	<p>■ 地域包括支援センター ■ 地域のケアマネジャー</p> <p>■ 訪問介護 ■ 訪問看護</p>		
見守り	<p>■ 認知症サポーター ■ 民生委員児童委員 ■ 救急医療情報カ</p> <p>■ 緊急通報システム設置 ■ 認知症</p>		
生活支援	<p>■ ワンコインひまわりサポート事業 ■ 配食サービス ■ 食料品</p> <p>■ 高齢者・障害者等交通費助成事業 ■ 福祉タクシー ■ 生</p>		
家族支援	<p>■ オレンジカフェ（認知症カフェ） ■ 認知症の人と家族の会</p>		
住まい	<p>■ ケアハウス ■ 高齢者賃貸住宅 ■ サービス付高齢者向け住宅</p> <p>■ 住宅改修 ■ 福祉用具（レンタル）</p> <p>■ グループ</p>		
権利を守る	<p>■ 日常生活自立支援事業 ■ 成年後見制度</p>		
予防	<p>■ 貯筋教室 ■ 老人クラブ ■ 公民館活動 ■ 介護予防ボラン</p> <p>■ 自主活動/サロン ■ 出前講座</p>		
周知・啓発	<p>■ 認知症サポーター養成講座 ■ 長崎県認知症サポートセンター</p> <p>■ 高齢者家庭訪問指導 ■ 高齢者交通安全講習</p>		

じた支援のめやす～




※状況によっては利用できないものもあります。

中等度		重度
<p>誰かの見守りがあれば 日常生活は自立</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>日付・時間をよく間違える <input type="checkbox"/>電話・訪問への対応が難しい <input type="checkbox"/>外出時、道に迷う事がある <input type="checkbox"/>財布を盗まれたと妄想がある 	<p>日常生活に 手助け・介護が必要</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>着替えやトイレがうまくできない <input type="checkbox"/>季節に合った服装が選べない。 <input type="checkbox"/>はしの使い方がわからなくなる <input type="checkbox"/>知人のことがわからなくなる 	<p>常に介護が必要</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/>自由に体を動かせない <input type="checkbox"/>意思の疎通が困難 <input type="checkbox"/>食事を口からとれなくなる <input type="checkbox"/>家族のことがわからなくなる 
<p>をすぐに忘れてしまうが、怒られた時だけは残ってしまう。らえると安心する。</p>	<p>認知症が進んでも、何も分からない人と思わないでほしい。言葉では言えないが、表情や仕草から、気持ちをくみとってほしい。</p>	

- 相談窓口は、ケアパス冊子版の7ページへ。
- 歯科医 ■かかりつけ薬局
- 定サポート医 ■認知症初期集中支援チーム
- 養 ■デイサービス ■デイケア ■ショートステイ などの介護サービス
- グセル
- 高齢者等見守り事業 ■災害時要援護者登録
- 品・日用品配達 ■訪問理美容
- 生活管理指導短期宿泊
- 家族介護教室
- 紙おむつ給付事業
- 、購入)
- 有料老人ホーム など
- ホーム ■介護老人保健施設 ■介護老人福祉施設 などの施設サービス
- ティア

2. 認知症について

認知症とは、さまざまな原因で、脳に障害をうけることによって、記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障が出ている状態（おおよそ6カ月以上持続している状態）を指します。

3 大 認 知 症	アルツハイマー型 認知症		いちばん多い認知症。脳内で異常なたんぱく質がつけられ、脳の細胞の働きが少しずつ失われていく。脳が萎縮して機能が全般的に低下していく。 ◆ゆっくり進行する ◆人格が変わることがある ◆最近のことを忘れる ◆機能低下は全般的に進む
	脳血管性認知症		脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患により、脳の細胞の働きが失われる。 ◆急性で、発症のたびに段階的に悪化する ◆機能低下はまだらに起こる ◆片麻痺、嚥下障害、言語障害などの障害が起こりやすい
	レビー小体型 認知症		「レビー小体」という特殊なたんぱく質が蓄積し、脳細胞が損傷を受ける。 ◆初期には症状に波があり、徐々に進行する ◆リアルな幻視、妄想がある ◆パーキンソン病に似た症状がある

その他

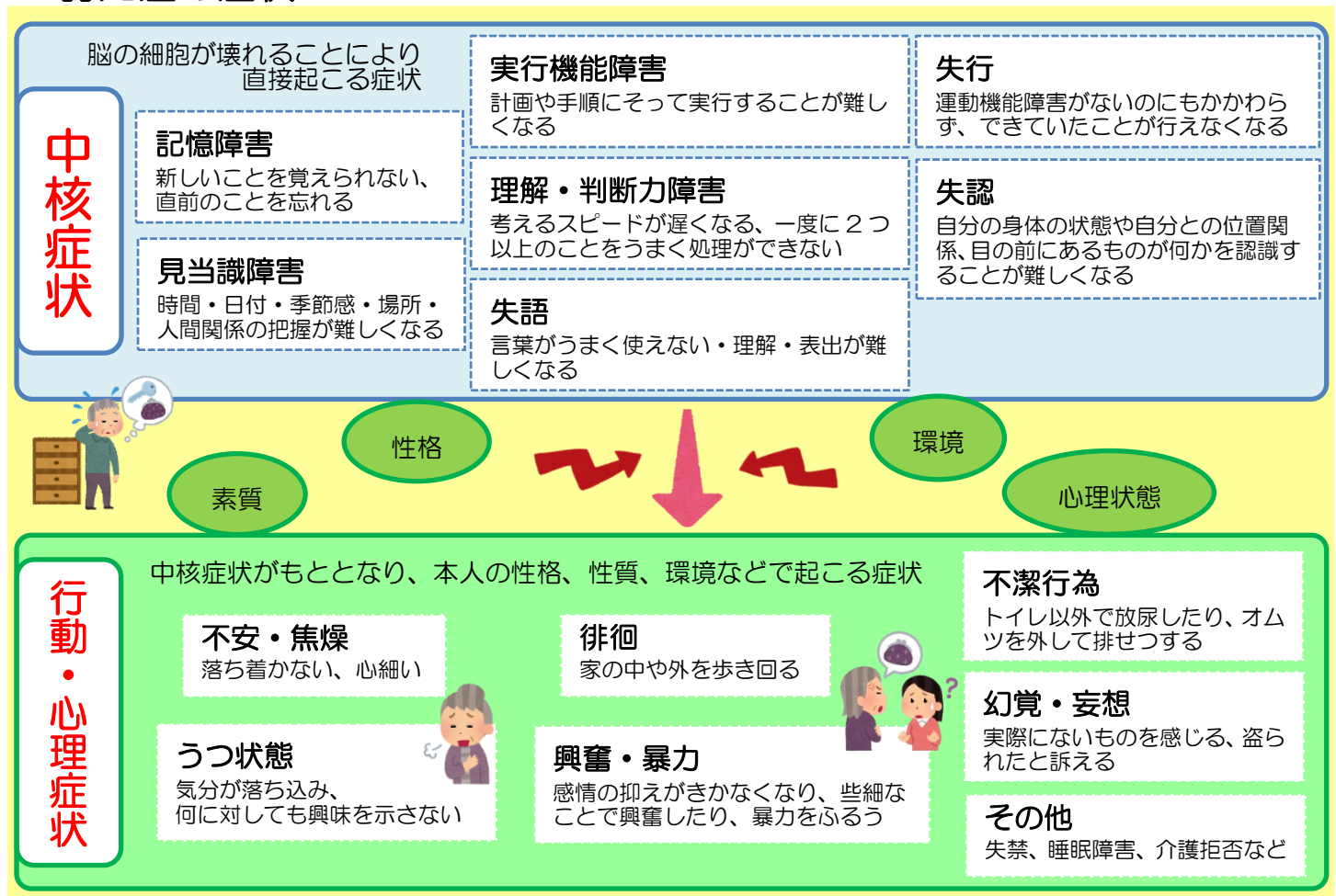
正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、脳腫瘍、甲状腺機能低下症、栄養障害、薬物やアルコールに関連するものなど、治るタイプの認知症などがあります。

若年性認知症について

認知症は一般的に高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症することもあります。原因や症状としては、上記と基本的に同じです。

また、働き盛りの世代の発症のため、失業等の経済的影響を受け、配偶者や子どもがいる場合は、介護負担や心理的影響も大きく、社会的にも重大な課題となっています。

認知症の症状

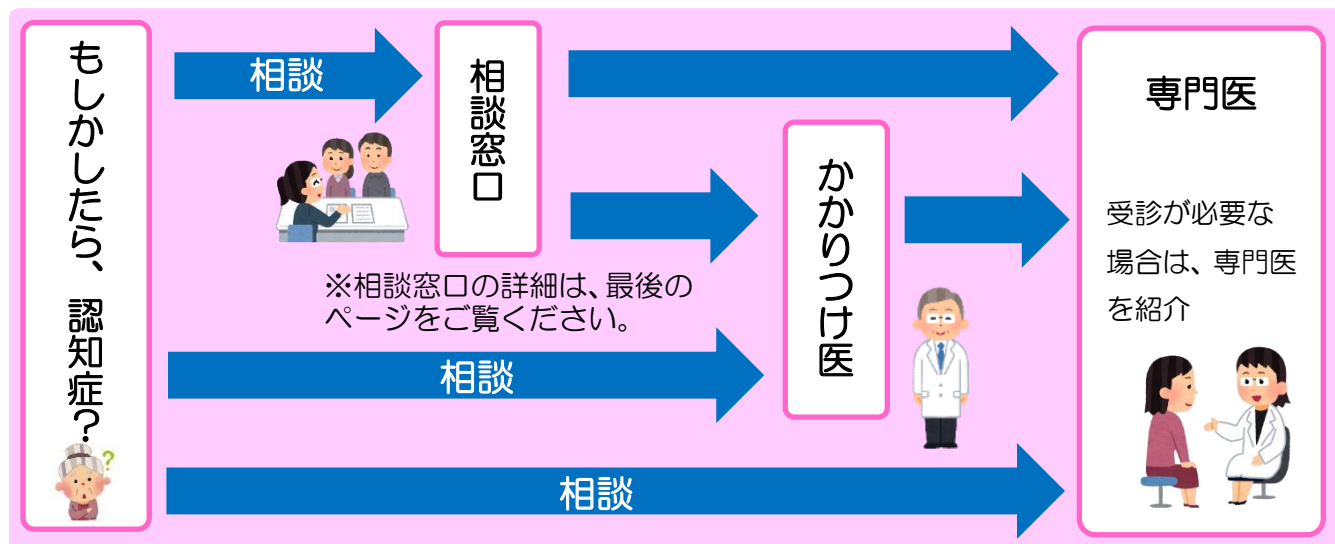


※症状には個人差がありますので、自己判断せずに相談をしましょう。

3. 早期発見・受診・治療について

認知症は、誰にでも起こり得る病気です。「もしかしたら…」と思ったら、早めに相談窓口やかかりつけ医に相談し、アドバイスを受けることが大切です。

認知症と同じような症状の病気（認知症ではない治る病気など）の発見や、適切な治療により進行を遅らせたり、認知症に向き合う準備ができます。



島原半島の認知症サポート医一覧

認知症サポート医とは、認知症の診療に習熟しており、かかりつけ医への助言や支援を行い、地域の中で必要な医療や介護とつながることができるよう、案内役やパイプ役を担う医師のことです。

	医師名	医療機関名	所在地	電話番号
島原市	柴田 和英	島原保養院	南下川尻町8189番地2	62-2969
	折原 義行	島原保養院	南下川尻町8189番地2	62-2969
	川口 哲	島原こころのクリニック	蛭子町2丁目934-1	65-5566
	貴田 秀樹	貴田神経内科・呼吸器科・内科病院	有明町大三東戊790-2	68-0040
雲仙市	松本 康	松本内科医院	国見町神代己257-1	65-3333
	井手 孝	公立小浜温泉病院	小浜町マリーナ3番地2	74-2211
	田所 正人	公立小浜温泉病院	小浜町マリーナ3番地2	74-2211
	吉富 祐輔	愛野ありあけ病院	愛野町甲370	36-0153
	横田 美登志	よこた医院	瑞穂町西郷辛1172	77-2000
南島原市	中山 裕之助	泉川病院	深江町丁2405	72-2017
	池田 重成	池田循環器科内科	有家町山川347-1	82-0993
	太田 大作	菜の花クリニック	南有馬町乙1565-1	85-3690
	石川 和仁	石川内科医院	西有家町里坊25-1	82-8822
	池永 健	口之津病院	口之津町丁5615	86-2200
	森田 十和子	永田内科泌尿器科医院	西有家町須川61-2	82-0832

※公表同意者のみ掲載



「認知症」早期発見のめやす

日々の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。

(出典/公益社団法人認知症の人と家族の会作成)

もの忘れがひどい

- 切ったばかりの、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・聞く・する
- いつも探しものをしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかひがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「この頃様子がおかしい」と周囲から言われた

判断力・理解力が衰える

- 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

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
- 「頭が変になった」と本人が訴える

時間・場所がわからない

- 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

意欲がなくなる

- 下着を替えずに、身だしなみに構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をすることも億劫がり嫌がる

4. 認知症を予防する生活習慣



野菜、果物、青魚を摂りましょう。ビタミンC・Eやβカロテンには抗酸化作用があり、認知症予防に効果的。また、青魚に含まれている不飽和脂肪酸は、脳の神経伝達を活性化させて、脳内の血流を良くします。

食事



運動

外出



ウォーキング、サイクリング、水泳などの有酸素運動は、血流を良くし脳の働きを活性化する効果があります。散歩など気軽にできるものからはじめましょう。

趣味やレクリエーションを楽しむことは、思考力や集中力を養い、認知症の予防に役立ちます。社会との関わりをもち、いきいきと生活しましょう。

5. 認知症の人との接し方

認知症の人への対応には、認知症に伴う認知機能低下があることを正しく理解していることが必要です。周囲にいる方が認知症の人の気持ちに寄り添い、その人のペースで対応しましょう。対応次第で症状を和らげることができます。

～認知症の人への対応の心得 『3つの**ない**』～

おどろ
驚かせない

いそ
急がせない

じそんしん きず
自尊心を傷つけない

ポイント

具体的な対応の7つのポイント

1. まずは見守る
2. 余裕をもって対応する
3. 声をかけるときは一人で
4. 後ろから声をかけない
5. やさしい口調で
6. おだやかに、はっきりした話し方で
7. 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

(引用・参考:認知症キャラバン・メイト養成テキスト；NPO 法人地域ケア対策ネットワーク)

私たち、地域のみんなができること

認知症の人と家族への応援者 「**認知症サポーター**」



認知症の人とその家族の「応援者（サポーター）」が認知症サポーターです。何か特別なことをするのではなく、認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守る人のことです。そのうえで、できる範囲で手助けする、例えば友人や家族に認知症の知識を正しく伝える、認知症になった人や家族の気持ちを理解するなど、活動内容は人それぞれです。

(引用：厚生労働省ホームページ)

【認知症サポーター養成講座】

認知症について正しい知識を学ぶ講座です。
南島原市でも開催していますので、詳しくは、下記までお問合せください。

【問い合わせ先】

- ・南島原市 福祉課 ☎0957-73-6651
- ・南島原市地域包括支援センター ☎0957-84-2633

6. 認知症に関する相談窓口

南島原市地域包括支援センター ☎0957-84-2633 サブセンター ☎0957-61-1190	
〒859-2305 南島原市北有馬町戊 2747 (北有馬庁舎 2階) 〒859-2112 南島原市布津町乙 1623-1 (サブセンター：布津庁舎内)	地域で暮らす高齢者の皆さんが安心して暮らせるよう支援を行う総合相談窓口です。高齢者とそのご家族など、どなたでも利用できます。



地域包括支援センターには、**認知症地域支援推進員**が配置されています！

- ◆ 認知症に関する相談支援
- ◆ 地域や医療機関、介護サービス事業所などと連携
- ◆ 認知症について理解していただく活動の実施 など

認知症初期集中支援チーム ☎0957-73-9169 (直通)	
〒855-0866 島原市下川尻町 8189-2 医療法人済家会 島原保養院	認知症専門医（サポート医）と医療・介護・福祉の専門職がチーム員となり、認知症の早期発見、早期対応を行います。自宅を訪問し、本人や家族と一緒に今後の対応を考えます。
認知症疾患医療センター ☎0957-62-1969	
〒855-0866 島原市下川尻町 8189-2 医療法人済家会 島原保養院	認知症に関する悩みや相談に応じ、認知症の検査・専門医の診察（鑑別診断）を行っています。地域の方々への情報提供や関係機関への研修会の開催。かかりつけ医や各種関係機関と連携し、認知症の治療のお手伝いをしています。
オレンジカフェくちのつ（認知症カフェ） 080-1742-2612	
ボランティアグループ ささえさんの会 ※お問い合わせは、 水・木曜日の13:00~17:00 をお願いします。メール不可。	認知症の方やそのご家族、認知症について不安のある方や地域の方など、どなたでも参加できるカフェです。専門職のスタッフがおり、心配ごとの相談もできます。 ① 毎月第2木曜日 □之津図書館3階 14:00~16:00 ② 毎月第4木曜日 □之津公民館 19:00~21:00
認知症の人と家族の会 グループ・すみれ ☎0957-87-2683	
認知症介護経験者が親身になって、仲間として、様々な機関と連携しながら、ご本人や介護されているご家族の様々な悩みをお聞きいたします。 日時：偶数月の第3火曜日 代表：正木 玲子	
長崎県若年性認知症サポートセンター ☎095-895-2437	
〒850-8570 長崎市尾上町3-1 (長崎県福祉保健部長寿社会課内)	「若年性認知症コーディネーター」を配置しており、電話や来所での相談ができるとともに、関係機関の連携を図ります。また、若年性認知症のご本人やご家族の交流を目的とした「若年性認知症の集い」を開催しています。 ・相談日：月～金10時～15時