






三木市認知症ケアネット(認知症の経過と対応法)

同じ話が多くなる ⇒ 直近のことを覚えられない ⇒ 日時がわからず体験したことを忘れる ⇒ 季節等がわからず、何をしたかなど出来事を忘れる ⇒ 親しい人や家族が認識できず、若い頃の世界で生きる

	気づきの時期 (変化が起きた時)	発症した時期 (日常生活で見守りが必要)	症状が多発する時期 (日常生活に手助け・介護が必要)	身体面の障害が複合する時期 (常に介護が必要)	終末期
会話など	・物忘れの自覚があるが特に気にした様子はない ・置き場所が分からず、探し回る ・趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる	・時間や日にちがわからなくなる ・同じことを何度も言ったり聞いたりする ・不安、疲れ、いらいら等	・電話や訪問者の対応が1人では難しくなる ・大声を出したり、手が出たりすることがある	・歩行が不安定になる ・会話が噛み合わない ・声かけや介護を拒む	・表情が乏しくなる ・日中うつらうつらする
食事	・食事の内容を忘れることがある 	・料理の手順がわからなくなり、味付けが変わる ・食事をしたことを忘れる 	・食べ物をお皿だけ食べてしまう ・電子レンジが使えなくなる	・食べ物でないものを口にしている 	・飲み込みが悪くなる ・食事に介助が必要
着替え		・同じ服ばかり着ている 	・季節にあった服を着ることができない ・入浴や着替え等ができなくなる	・着替えを自分でできない 	
お金の管理	・お金の管理や書類作成はできる	・買物で小銭が払えず、ATMが使えない ・通帳などの保管場所がわからなくなる	・同じものばかり買う ・財布や通帳を盗られたなど妄想がある		
服薬・排泄 外出	・たまに薬の飲み忘れがある	・ごみ出しができなくなる	・道に迷うことがある ・トイレの場所を間違えたり、汚れた下着を隠す	・尿意や便意を感じにくくなり、失敗することが多くなる	
対応の ポイント	・生活リズムを整える ・何気ないことに注意して今までと同じ対応をする	・一度にたくさん言わない ・できることを活かし一緒にする	・散歩など外出の機会をつくる ・昔の思い出に触れたり、なじみの歌に親しむ	・体調管理に注意する ・言葉以外の表情などのサインを大切に、スキンシップを心がけ安心感を持てるようにする	
本人・家族 がしておく とよいこと	・家族等と一緒に時間をもつ ・家庭内での役割をもってもらう ・本人へ今後の生活や介護等の希望を聞く ・早めに医師に相談する ・社会参加や趣味を楽しむ ・認知症について正しい知識や理解を深める	・同じ介護をする家族と交流しましょう ・親戚家族や親しい人に病気のことを伝える ・かかりつけ医、専門医療機関を知っておく ・本人の行動パターンを知っておく	・介護サービスを利用 ・今後の生活について備える ・一人で抱え込まない生活の準備、相談できる人をつくっておく	・体の動きが少なくなり、介護の負担が軽くなることもある ・主治医、ケアマネージャーと生活の場を考えておく ・介護保険施設の見学、申込みを検討する	
予 防	みっきい☆いきいき体操 認知症予防教室 集いの場（高齢者サロン） 地域や職場、学校等で認知症の正しい理解 「認知症支援者となるための講座（認知症サポーター養成講座）」				
交流の場	認知症予防の活動の場への参加 家族同士の情報交換 交流の場「高齢者家族介護者交流会」、「認知症カフェ」				
在宅で利用 できる サービス	居宅介護支援事業所、各種介護保険サービス（小規模多機能型介護施設、認知症対応型通所介護、訪問介護、訪問看護等）、 高齢者福祉サービス 配食サービス、緊急通報システム 訪問理容、家族介護用品（紙おむつ）の支給				
自宅外の 生活の場	認知症対応型共同生活介護（グループホーム）等 介護老人保健施設（老人保健施設）、介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）				
医 療	診断をうけるには：かかりつけ医、 認知症疾患医療センター、 専門医療機関				
相談先	認知症が心配な時の相談先：かかりつけ医、地域包括支援センター、在宅介護支援センター、認知症初期集中支援チーム、認知症疾患医療センター 認知症・高齢者相談：兵庫県民総合相談センター（078-360-8477） 悩み・心配事：月・金 看護師等による相談：水・木 10：00～12：00 13：00～16：00（年末年始・祝日除く） 若年性認知症の電話相談（ひょうご若年性認知症生活支援相談センター）：078-242-0601 月～金曜 9：00～12：00 13：00～16：00（年末年始・祝日を除く）				
権利・資産 の相談先	日常生活自立支援事業：社会福祉協議会 86-0889 成年後見制度：三木市成年後見支援センター 83-0226 月～金（年末年始・祝日を除く）				