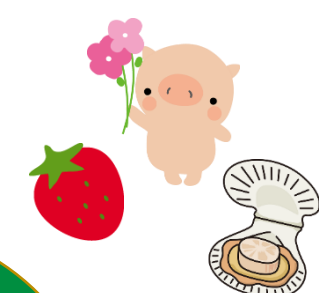
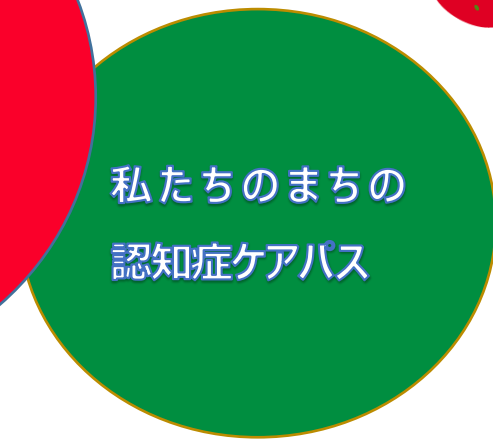




認知症の状態に応じた支援・サービス

	気づき～軽度		中度		重度
	認知症の 疑い	症状はあるが 日常生活は自立	見守りがあれば 日常生活は自立	日常生活に 手助けが必要	常に介護が必要
相談	地域包括支援センター・居宅介護支援事業所				
受診する	かかりつけ医				
	認知症疾患医療センター				
介護予防	いきいきサロン 豊浦大学 高齢者クラブ 趣味のサークル活動				
	生きがいデイサービス				
	運動教室				
	認知症カフェ				
生活支援	ホームヘルパー				
	移送サービス				
				乗降介助	
	デイサービス・デイケア				
	配食サービス				
	訪問看護				
住まい	住宅改修・福祉用具貸与、購入				
施設	ケアハウス・養護老人ホーム				
	グループホーム 介護老人保健施設 特別養護老人ホーム				



☆認知症ケアパスとは：認知症の方やその家族が、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症という病気を理解し、認知症の進行に応じた対応やサービスなどを紹介するものです。



豊浦町

いい人 いいまち
明日を拓く



知っていますか？認知症のこと！

認知症とは、記憶障害や様々な状況に対する判断が不適切になるなど、生活するうえでの支障が少しずつ増えていく**脳の病気**です。加齢による物忘れとは似ているようで違います。

加齢による物忘れ

- 体験の「**一部**」を忘れる
- 「何を食べたか」思い出せない
- 「約束をうっかり」忘れてしまった
- 目の前の「**人の名前が**」思い出せない
- ものを置いた場所を「**たまたま**」思い出せない
- 「**ヒントがある**」と思いつける

認知症による物忘れ

- 体験の「**全部**」を忘れる
- 「**食べたこと自体**」を忘れる
- 「**約束したこと自体**」を忘れる
- 目の前の人が「**誰なのか**」わからない
- 置き忘れ、紛失が「**よく**」ある
- 「**ヒントがあっても**」思い出せない



認知症は早期の発見が大切です。

認知症を早期に発見し、適切なケアや治療をすることで、認知機能の回復や維持が期待できます。下記の「物忘れチェックシート」をやってみましょう。できれば、身近な家族と一緒にすることをお勧めします。

<input type="checkbox"/> 直前にしたことや話したことを忘れてしまうようになった。 	<input type="checkbox"/> 同じことを何度も言ったり、聞いたり、したりするようになった。 	<input type="checkbox"/> 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探し物をしている。
<input type="checkbox"/> 知っているはずの人や物の名前が出てこなくなった。 	<input type="checkbox"/> 言おうとしている言葉がなかなか出てこない。 	<input type="checkbox"/> 以前に比べ、ちょっとしたことで怒りっぽくなった。
<input type="checkbox"/> おしゃれや清潔感など身だしなみに気がつかなくなった。 	<input type="checkbox"/> 今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった。 	<input type="checkbox"/> 外出したり、人と会ったりするのをおっくうがり、嫌がるようになった。
<input type="checkbox"/> 今までできていた家事、計算、運転などのミスが多くなった。 	<input type="checkbox"/> 日付や時間を間違えたり、慣れた道でも迷ったりするようになった。 	<input type="checkbox"/> 財布などが見当たらないと、盗まれたと人を疑うようになった。



まずはかかりつけ医にご相談ください！

上記のチェックシートで **4個以上あてはまる人** は認知症が疑われます。まずは、**かかりつけ医** を受診しましょう。かかりつけ医には、本人や家族を日頃から知っているという強みがあります。また、必要に応じて適切な病院や相談機関などを紹介してくれます。問診などで正確に症状を伝えるためにも、できるだけ家族がつきそって受診しましょう。

もし、かかりつけ医がいなかったり抵抗がある場合には、お気軽に 豊浦町地域包括支援センター にご相談ください。

地域包括支援センターでは、専門職が認知症に関する他の、いろいろなご相談に応じています。



認知症を予防しよう！

バランスの良い食事を！



運動をしよう！



外に出て人と関わろう！



ぬくもりカフェ

場所：グループホーム
ぬく杜の郷・しおさい
毎週土曜日 13:30~15:30
TEL 83-7711
お気軽にお立ち寄りください。



まちの相談窓口

豊浦町地域包括支援センター

豊浦町総合保健福祉施設やまびこ1F 事務所内

TEL 0142-83-2408

その他の相談窓口

*認知症疾患医療センター

- 伊達赤十字病院（地域連携室） ☎ 0142-23-2211
- ミネルバ病院 ☎ 0142-21-2000

*豊浦町認知症を支える家族の会事務局 ☎ 0142-83-7711 (GHしおさい)

*北海道認知症コールセンター ☎ 011-204-6006

*若年性認知症コールセンター（全国どこからでも通話無料）

☎0800-100-2707 月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く） 10:00～15:00

