☆認知症予防のポイント☆

1. バランスよく食べましょう　**2. 体を動かしましょう**　**3. 人と話しましょう**　**4. お口の健康を保ちましょう**

【認知症初期集中支援チーム】

認知症が疑われる人や認知症の人及びその家族を訪問し、適切な医療や介護サービスにつないだり、家族への支援をおこなうなど、初期の支援を包括的・集中的に行い、自立生活のサポートを行います。（平成29年4月より業務を開始）

【認知症地域支援推進員】

地域の医療・介護関係者、地域の支援機関等の連携体制づくりを通して、認知症の人やその家族を支援する仕組づくりや認知症ケアの質の向上を推進するコーディネーターです。（平成29年4月より業務を開始）

「認知症かもしれない」「家族が認知症になってどうすればいいのかわからない」などの相談は、まずかかりつけ医や下記の地域包括支援センターまでご連絡ください。

【地域包括支援センター】

	名称・住所	連絡先	担当地域
JR以南	**吹一・吹六地域包括支援センター** 内本町2-2-12　内本町コミュニティセンター内	TEL.06-6317-5461 FAX.06-6317-5469	寿町・中の島町・西御旅町・東御旅町・内本町・元町 朝日町・川岸町・清和園町・南清和園町
	吹三・東地域包括支援センター 幸町22-5　ハピネスさんあい内	TEL.06-4860-8338 FAX.06-4860-8233	高浜町・南高浜町・昭和町・高城町・末広町・日の出町 川園町・吹東町・幸町・南正雀・平松町・目俵町
片山 岸部	**片山地域包括支援センター** 山手町1-1-1　吹田特別養護老人ホーム高寿園内	TEL.06-6310-7112 FAX.06-6310-7115	片山町・原町2・出口町・藤が丘町 朝日が丘町・山手町・上山手町・天道町
	岸部地域包括支援センター 岸部北1-24-2　ウエルハウス協和内	TEL.06-6310-8626 FAX.06-6310-8627	岸部南・岸部北・岸部中・岸部新町 原町1、3、4・芝田町
豊津 江坂 南吹田	**南吹田地域包括支援センター** 穂波町21-23-103	TEL.06-6155-5114 FAX.06-6155-5663	泉町・西の庄町・金田町・南金田 南吹田・穂波町
	豊津・江坂地域包括支援センター 江坂町4-20-1　エバーグリーン内	TEL.06-6310-9705 FAX.06-6368-6005	垂水町・江坂町1～4・豊津町 江の木町・芳野町・広芝町
千里山 佐井寺	**千里山東・佐井寺地域包括支援センター** 千里山高塚2-11	TEL.06-6386-5455 FAX.06-6386-5477	千里山霧が丘・千里山星が丘・千里山虹が丘・千里山月が丘・千里山松が丘・千里山高塚・千里山東・竹谷町・佐井寺・佐井寺南が丘
	千里山西地域包括支援センター 千里山西1-41-15　コート千里山Ⅲ	TEL.06-6310-8060 FAX.06-6310-8561	千里山西・千里山竹園・春日 円山町・江坂町5
山田 千里丘	**亥の子谷地域包括支援センター** 山田西1-26-20　亥の子谷コミュニティセンター内	TEL.06-4864-8551 FAX.06-4864-8550	山田東1・山田西1・山田南 五月が丘東・五月が丘西・五月が丘南・五月が丘北
	山田地域包括支援センター 山田東2-31-5　グループホームたんぽぽ内	TEL.06-6155-5089 FAX.06-6155-5527	山田東2～4・山田西2～4・山田北
	千里丘地域包括支援センター 長野東12-32　ケア21千里丘内	TEL.06-6876-5021 FAX.06-6875-5621	樫切山・山田市場・尺谷・長野東・長野西・千里丘上・千里丘中・千里丘下・千里丘西・千里丘北・新芦屋上・新芦屋下・清水・青葉丘南・青葉丘北
千里ニュータウン 万博 阪大	**桃山台・竹見台地域包括支援センター** 津雲台1-2-1　千里ニュータウンプラザ5階	TEL.06-6873-8870 FAX.06-6873-8871	津雲台1・桃山台・竹見台
	佐竹台・高野台地域包括支援センター 佐竹台2-3-1　青藍荘内	TEL.06-6871-2203 FAX.06-6871-2276	佐竹台・高野台
	古江台・青山台地域包括支援センター 古江台3-9-3　シャロン千里内	TEL.06-6872-0507 FAX.06-6872-0503	古江台・青山台
	津雲台・藤白台地域包括支援センター 津雲台4-7-2　介護老人保健施設つくも内	TEL.06-7654-5350 FAX.06-7654-5267	津雲台2～7・藤白台・上山田 千里万博公園・山田丘

基幹型地域包括支援センター 市役所内にあり、上記１５か所のセンターの総合調整、後方支援を行います。	泉町1-3-40　吹田市役所内　低層棟1階　高齢福祉室内 TEL.06-6384-1360　　FAX.06-6368-7348

発行：福祉部　高齢福祉室
〒564-8550　吹田市泉町1-3-40　吹田市役所内
TEL:06-6384-1375

平成30年4月現在
（2018年）

吹田市認知症ケアパス　保存版

吹田市では、認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、認知症の程度に応じたサービスや社会資源を紹介する一覧表『**吹田市認知症ケアパス　保存版**』を作成しました。

これからもサービスや社会資源を充実させ、『**認知症になっても安心して暮らせるまち吹田**』をともにめざしましょう。

【認知症ケアパスとは】

ご自分やご家族、ご近所の人が認知症になったとき、その人の状態にあわせて、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受けることができるのかを示したものです。

【認知症とは】

いろいろな原因で脳にさまざまな障がいが起こり、生活するうえで支障が出ている状態を指します。認知症は、誰もがなる可能性のある病気です。

【お気軽にご相談ください】

どのようなサービスが利用できるのかわからない場合は、まずは**地域包括支援センター**へ相談してみましょう。地域包括支援センターには『**認知症支援ガイドブック**』もあります。若年性認知症の人も相談できます。

認知症ケアパスの見方

横軸

「認知症の程度」として、「軽度」「中等度」「重度」「最重度」と示しています。

縦軸

【認知症の人の様子（症状の例）】

【暮らしの中で困ること（例）】

病気の進行に応じて、現れる症状や生活上の困りごとは変化していきます。チェックしていただくと、「認知症の程度」を確認する目安として利用できます。

【本人・家族向けアドバイス】

時期に応じて、認知症の人やその家族へ伝えたいアドバイスを短くまとめています。

【利用できる制度やサービス（例）】

認知症の人は、医療や介護だけでなく、多様な支援を必要としています。
ここでは、様々な制度・サービスを、時期に応じて記載していますので、参考にしてください。

認知症の経過と経過に応じて利用できる支援

認知症の症状は、時間の経過とともに変わってきます。主な症状をチェック形式にしています。認知症の程度や先の見通しについて確認してみましょう。

認知症の程度	軽　度	中　等　度	重　度	最　重　度
認知症の人の様子（症状の例）	最初にもの忘れが目立ちはじめます。 また、もの忘れとともに、何かを計画し、順序立ててやり遂げることが難しくなってきます。 時間の感覚が薄れてきます。 例えば □約束を忘れてしまうことがある。 □財布や通帳など大事なものを探すことが増える。 □時間がわかりにくくなる。　…など	いつ、どこで、なにをしたかの出来事を忘れるようになります。 日付や季節、年次の時間感覚がわかりにくくなり、自分がいる場所についても見当をつけることが難しくなってきます。 例えば □日にち、曜日、季節感がわかりにくくなる。 □自宅から離れたところ（慣れていない場所）で道に迷う。　…など	直近のことだけでなく、古い記憶もあいまいになってきます。 人物についても見当をつけることが難しくなってきます。 例えば □家族がわからなくなる。 □物を見ても、それが何かわからない。 □近所（慣れた場所）でも道に迷ったりする。自宅内でもトイレの場所がわからない。　…など	言葉によるコミュニケーションが難しくなります。 例えば □言葉（語彙や発語量）が減ってくる。 □話しかけた言葉が理解できない。 □表情が乏しくなる。　…など
暮らしの中で困ること（例）	はじめの頃は、気持ちの変化やもの忘れが見られることで気づくことが多いです。 また、調理や買い物など、今までできていた家事などで見守りが必要になってきます。 例えば □いらいらして怒りっぽくなる。 □一人でいるのが不安になったり、外出するのがおっくうになる。 □趣味や好きなテレビ番組を楽しめなくなる。 □料理の味が変わったと家族に言われる。 □買い物に行くと同じものばかり買ってくる。　…など	家事全般で支援が必要になります。 また、着替えや入浴など、身の回りのことにも支援が必要になってきます。 例えば □ガスの消し忘れがあり、鍋を焦がすことが多くなる。 □薬やお金の管理ができなくなる。 □季節にあった衣服を選べなくなる。 □毎日の入浴を忘れることがある。　…など	身の回りのこと全般に支援や介護が必要になります。 例えば □服をうまく着ることができない。（前後や裏表、上下、順番が分からない） □入浴するのを嫌がったり、身体がうまく洗えなくなる。 □トイレの水を流すのを忘れたり、排泄の失敗が増えてくる。　…など	病気によっては寝たきりになるなど、常に介護が必要な状態です。 例えば □寝たきりになり、排泄や入浴など、身の回りのこと全般に介護が必要になる。 □食事が飲み込みにくくなり介助に時間がかかる。 □日中も眠っている時間が多くなる。　…など
本人・家族向けアドバイス	○いつもと違う様子や困ったことがあれば、まず相談しましょう。 本人が認知症の症状を自覚し、不安に思っていることもあります。 ○家族は、本人が物事をやり遂げる過程で、どの部分ができ、どの部分ができないのかを見極め、できない部分を支援します。昔の経験をもとにできることは大切にします。	○火の始末や道に迷うなど、思いがけない事故に備えて安全対策を考えます。 ○家族は、本人の行動の変化にとまどいや不安を感じることが増えてきます。介護のつらさ・しんどさを一人で抱え込まず、親族等の身近な人や支援者にも理解してもらいましょう。	○家族の介護負担が増えてきます。相談しながら、医療や介護サービスを上手に使いましょう。 ○急に体調を崩しやすくなります。肺炎など、他の合併症の症状や予防対策について学びましょう。	○家族は言葉以外のコミュニケーション（話し方や表情・しぐさから気持ちをくみ取るなど）を心がけましょう。 ○医療や介護の専門職と、看取りに備えた相談をしておきましょう。

利用できる制度やサービス（例）

どんなときでも、まずは**相談**からはじめましょう。認知症の人を支援する仕組みやサービスは様々です。相談しながらうまく使っていきましょう。

相談する		地域包括支援センター《裏面参照》
		認知症初期集中支援チーム《まずはお住まいの地域担当の地域包括支援センターにご相談ください》
		高齢者サポートダイヤル《平日午後5時30分～翌朝午前9時、土・日曜日・祝日・年末年始は24時間受付　０１２０－２５６５９４》
		介護支援専門員【ケアマネージャー】
		大阪府認知症コールセンター《月・火・木・金曜日午前10時～午後4時　祝日・年末年始を除く　０６－６９７７－２０５１》
		若年性認知症コールセンター《月～土曜日午前10時～午後3時　祝日・年末年始を除く　０８００－１００－２７０７》
		吹田コスモスの会【認知症家族の会】《毎月第１火曜日午前10時～12時　祝日・年末年始を除く　０６－６３３９－１２１０》
		こころの健康相談（認知症診立てを含む）（大阪府吹田保健所）《平日午前9時～午後5時45分　祝日・年末年始を除く　０６－６３３９－２２２５（代）》
		精神障がい者保健福祉手帳に関する相談（障がい福祉室）《平日午前9時～午後5時30分　祝日・年末年始を除く　０６－６３８４－１３４７》
医療	受診する	かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局
		認知症疾患医療センター（社会医療法人北斗会さわ病院　豊中市城山町1-9-1）《月・火・木・金・土曜日午前9時～午後5時 祝日を除く ０１２０－００４－１４２》
	療養する	一般病院
		訪問看護
予防		デイサービス、デイケア、認知症対応型デイサービス、小規模多機能型居宅介護
	通う場所	街かどデイハウス
		認知症カフェ
		いきいきサロン、ふれあい昼食会、世代間交流（地区福祉委員会）
	集う場所	地区高齢者いこいの間、高齢者いこいの家、いきがい教室、高齢クラブ、ふれあい交流サロン、高齢者生きがい活動センター
		市民スポーツ講座
		地区公民館健康体操講座
介護	家事や介護の手助け	配食サービス、電磁調理器等の給付、高齢者寝具乾燥消毒サービス
		安心サポート収集
		高齢者訪問理美容サービス、家族介護用品給付【紙おむつ等】
		訪問介護、ショートステイ、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護
住まい		住宅改修、福祉用具貸与、特定福祉用具販売
	住まいを整える	市営住宅、シルバーハウジング生活援助員派遣
		見守り付き住宅【ケアハウス等】
	入所する	サービス付き住宅【サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム等】
		介護を受けられる施設【老人保健施設、グループホーム、特別養護老人ホーム等】
権利を守る		消費生活センター、日常生活自立支援事業（社会福祉協議会）、成年後見制度
生活支援	支援	緊急通報システム、救急医療情報キット、はり・きゅう・マッサージクーポン券、通院困難者タクシークーポン券、災害時要援護者支援制度
		もしもし電話訪問、傾聴ボランティア（社会福祉協議会）
		徘徊高齢者SOSネットワーク、徘徊高齢者家族支援サービス【GPS】
	地域で見守る	高齢者友愛訪問事業
		高齢者支援事業者との連携による見守り事業、認知症地域サポート事業
		民生・児童委員、地区福祉委員、認知症サポーター
		コミュニティソーシャルワーカー（社会福祉協議会）

(　　)は担当