認知症の人が住み慣れた地域で自分らしく暮らすための手引き

認知症ケアパス

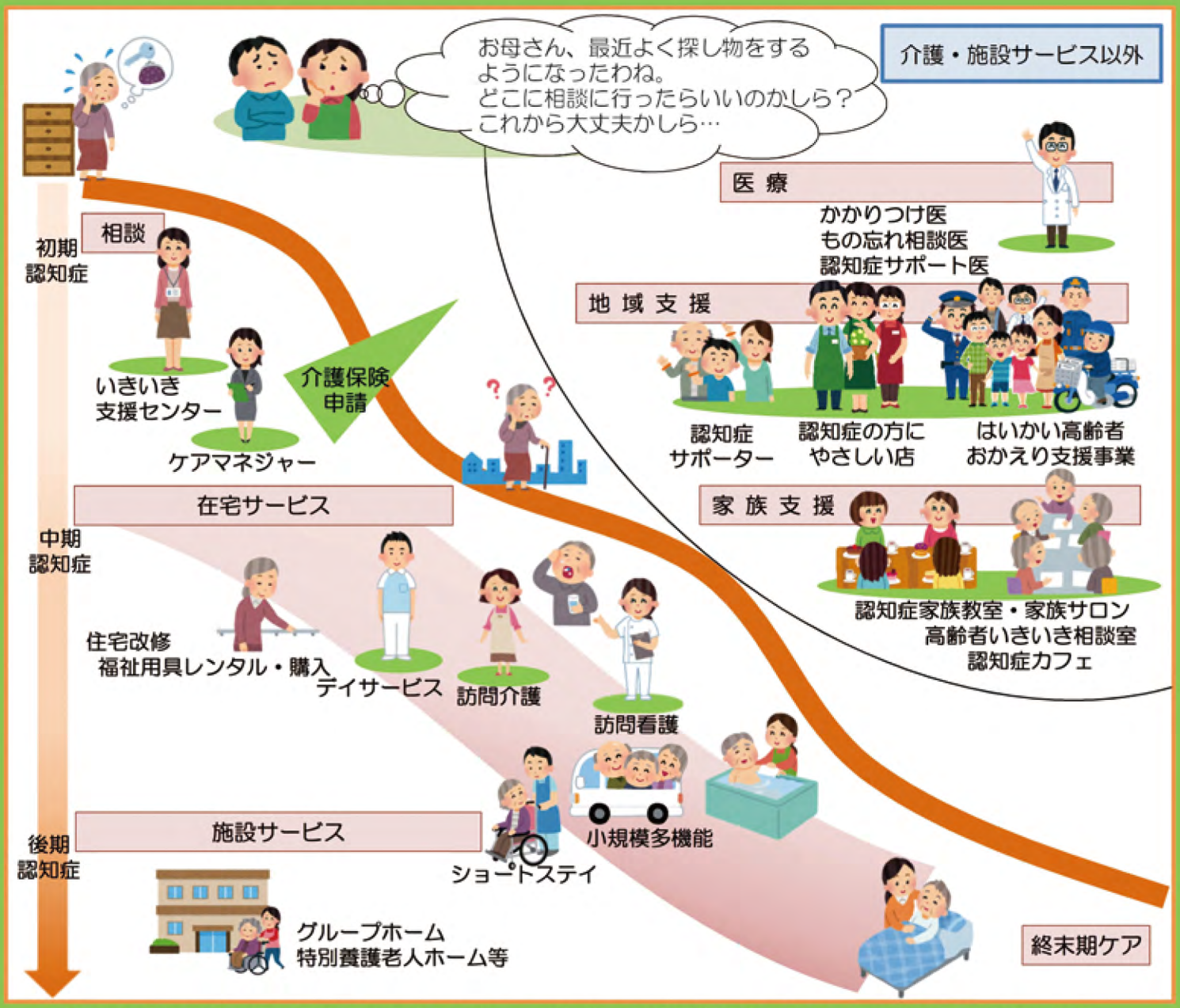
【概要版】

名古屋市緑区

【認知症ケアパス】は、認知症を発症し症状が進行していく流れの中で、
いつ、どこで、どのような　医療・介護・支援を
受けられるかを示した手引き（流れ）です

緑区マスコットキャラクター
みどりっち

～認知症の進行度に合わせた医療・介護・支援の流れ～



【監修】島田裕之　国立長寿医療研究センター　老年学・社会科学研究センター予防老年学研究部　部長

認知症ってどんな病気？

「認知症によるもの忘れ」と「老化によるもの忘れ」の違い

質問：朝ごはんに何を食べた？
ヒントはおばあちゃんの好物だよ。

認知症によるもの忘れ

まだ食べてないよ。
ごはんはまだかね？

- □ 体験そのものを忘れる
- □ 忘れたことを自覚できない
- □ ヒントを出しても思い出せない

老化によるもの忘れ

そーだ！
あじの開きを食べたんだ。忘れてたわ。

- □ 体験の一部を忘れる
- □ 忘れたことを自覚している
- □ ヒントを出すと思い出せる

認知症は　脳の病気です

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んだり働きが悪くなることで、記憶・判断・認知する力が低下し、生活に支障をきたしている状態です。

（認知症は高齢者だけの病気ではありません）

認知症ってどんな病気？

認知症の種類・特徴的な症状

原因となる病気によって症状は様々です。
必ずしも、もの忘れだけがあらわれるとは限りません。

アルツハイマー型認知症

脳にアミロイドベータというたんぱく質がたまり正常な神経細胞が壊れ、脳が縮むことが原因だと言われています。

- ◆ 物盗られ妄想やうつ状態
- ◆ 時間や場所などがわかりづらくなる
- ◆ 重度になるまで運動機能は保たれる

Point

日頃、よく物をしまい込む場所やクセを知っておくといいでしょう。物がない場合は本人と一緒に探して見つけましょう。
理解力・判断力の低下があり、考えるスピードが遅くなるので急かせないことが大切です。

脳血管性認知症

脳の血管がつまる（脳梗塞）・破れる（脳出血）など脳の血管障害によって起こります。

- ◆ 意欲低下
- ◆ 感情のコントロールがうまくいかない
- ◆ 片麻痺など運動障害を伴う事が多い

Point

飲み込む力が低下しますので食事形態を工夫しましょう。太陽の光を浴びたり外出や趣味活動を勧めましょう。

レビー小体型認知症

レビー小体という異常なたんぱく質がたまり脳が縮むことが原因で起こります。

- ◆ 幻視や妄想
- ◆ 初期のもの忘れは目立たない
- ◆ パーキンソン様症状
  （ふるえ・小刻み歩行など）

Point

幻覚や見間違いは、室内の環境を見直しましょう。転倒を防ぐためには、後ろから不用意に声をかけないようにしましょう。

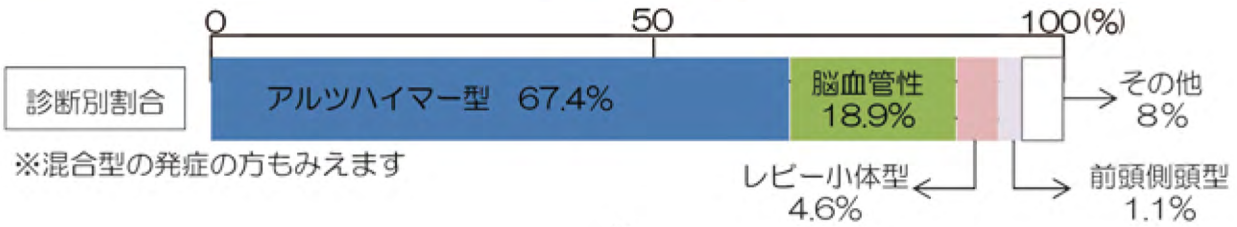
前頭側頭型認知症

脳の中の前頭葉（理性のコントロール）や側頭葉（聴覚や言葉の理解）が縮んで起こります。

- ◆ 性格の変化（怒りっぽくなるなど）
- ◆ 社会のルールが守れなくなる
- ◆ 同じ行動を繰り返す

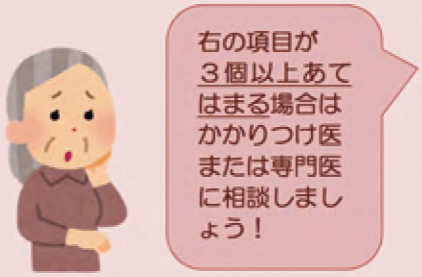
Point

相手の行動を無理に止めると怒ることがありますので安全確保をして見守る必要があります。



※混合型の発症の方もみえます

認知症の進行度と症状

進行度（状態）		本人の様子でこんなことありませんか？	
MCI 軽度認知障害	認知症ではないものの、年齢相応より認知機能が低下した状態		➢ 外出するのが面倒になった ➢ 外出時の服装に気をつかわなくなった ➢ 同じことを何回も話すことが増えた ➢ 小銭での計算が面倒でお札で支払うようになった ➢ 手の込んだ料理を作らなくなった ➢ 料理の味付けが変った ➢ 車を擦ることが増えた
初期認知症	日常生活は自立している（Ⅰ）		➢ 大事な約束を忘れ、困ることがある ➢ 計算の間違いが多くなった ➢ 趣味や楽しみに興味がなくなった ➢ 冷蔵庫の中に同じ物がいくつもある ➢ その場を取りつくろう言動がある ➢ 財布などの物が見当たらないと他人(身近な人)のせいにする
	誰かの見守りがあれば日常生活は自立している（Ⅱ）		➢ たった今しようとしたことや話したことを忘れる ➢ 料理をしなくなった ➢ ささいな事で怒りっぽくなった ➢ 薬の管理ができない ➢ ひとり歩き（徘徊）する
中期認知症	日常生活に手助け・介護が必要（Ⅲ）		➢ 季節にあった服装が選べない ➢ 顔を洗わない・入浴を嫌がるなど、身だしなみを気にしない ➢ はしの使い方がわからない ➢ 排泄を失敗する ➢ 知人のことがわからなくなる
後期認知症	常に介護が必要（Ⅳ）		➢ 身近な家族の顔がわからなくなる ➢ 自由に身体を動かせなくなる ➢ 食べ物の飲み込みに支障がでる

家族の気持ちとケアのポイント

この表は、アルツハイマー型認知症の進行と主な症状をもとに作成しています。認知症の原因となる疾患やお身体の状態などにより経過は異なりますが、今後の見通しのために参考にしてください。

家族の気持ち		家族の心がまえとケアのポイント		対応
年相応のもの忘れでしょ…	否定	認知症になっても、その人の人生が否定されるわけではありません。 ➢ 認知症に関する正しい知識や理解を深めましょう	気づき～相談	●認知症予防に取り組みましょう ●かかりつけ医に相談しましょう
認知症じゃないよ 言えばできるはずなまけてるんじゃないの？ わざとわたしを困らせているとしか思えない！	↑↓ 混乱	『腹が立ってあたりまえ』 『ひとりで抱え込まない』 介護者が一番つらい時期と言えます	介護保険申請等	●いきいき支援センターに相談しましょう ●介護保険サービスを利用しましょう ●役割や社会参加の機会を持つよう働きかけ、進行を予防しましょう
自分だけがなぜ…こんなに頑張っているのに！	↑↓ 拒絕	『頑張りすぎない』 『時には少し肩の力を抜いてみる』 ➢ 認知症カフェなどで介護仲間を作って情報収集をしましょう ➢ 忘れてしまうことや失敗に対して、「指摘」や「注意」「修正」は本人との関係を悪くし、症状を悪化させます ➢ 本人の行動には意味があります なぜそのような行動をするのか、「傾聴」と「共感」の姿勢が大切です ➢ 介護者の気持ちの安定は、本人にも伝わります ➢ 介護者がリラックスできる時間を作りましょう	日常的な支援、行動心理症状や身体合併症への対応	●認知症の方にやさしい店など地域での見守りや支え合いも必要です ●はいかい高齢者おかえり支援事業の登録を検討しましょう
いつまで続くんだろう わたしの顔や名前も忘れてしまうのかしら…	↑↓ 割り切り	『自分のことも大切にしよう』		●認知症による症状が強い場合は認知症疾患医療センターへ相談してみましょう
わからなくなっても大切な人	↑↓ 受容	ありのままを受け入れて寄り添い一緒にいられる時間を大切にしよう ➢ 失われた能力の回復を求めるより、残された能力を大切にしましょう ➢ できなくなっていく事を悲観的にとらえないようにしましょう ➢ 本人が得意だったことや想い出・馴染みの場所などの話をしてみましょう	重度・終末期ケア	●訪問診療・訪問看護などの介護保険サービスを上手に利用しましょう ●終末期のケアについて確認しましょう

わたしのこと

記入日：　　年　　月　　日

今後、自分の気持ちやこれまでの事をうまく伝えることが難しくなるかもしれません。自分らしく暮らし続けるために記録しておきましょう。

わたし

日ごろ、関わりのある人（ご家族やかかりつけ医など）を書いてみましょう。

★わたしにとって…

なじみの場所

行きたい場所

会いたい人は、

一番頼りにしている人は、

支えたい人は、

★わたしの好きな（嫌いな）こと

好きな（嫌いな）ことや話は、

わたしがしてきた仕事や得意なことは、

毎日の習慣になっていることは、

大切な思い出は、

好きな（嫌いな）食べ物は、

好きな曲（音楽）は、

★わたしの今の気持ち

うれしいこと、楽しいことは、

不安や悲しみ、苦しいことは、

やりたいことは、

介護への願い、要望は、

医療への願い、要望は、

人生のターミナルでの願いや要望は、

延命の措置を望みますか？　はい　・　いいえ

どこで過ごしたいですか？　・自宅　・施設　・　病院

その他、伝えたいことは、

受診にあたってのメモ
（ご家族向け）

限られた時間内に伝えたいことを漏らさずに
伝えることはなかなか難しいことです。
受診の前に、ご本人の日常の様子・気づいた
変化や相談したいことをメモしておきましょう。

記入日
年　月　日（　）

受診日
年　月　日（　）

1　ご本人の様子について、あてはまるものにチェック☑　しましょう

1	同じことを言ったり聞いたりする。	
2	置き忘れやしまい忘れが目立ってきた。	
3	物の名前が出てこなくなった。	
4	薬の管理ができなくなった。	
5	以前はあった興味や関心が失われた。	
6	だらしなくなった。	
7	日課をしなくなった。	
8	時間や場所の感覚が不確かになった。	
9	慣れたところで道に迷った。	
10	財布などを盗まれたと言う。	

11	ささいなことで怒りっぽくなった。	
12	蛇口、ガス栓の締め忘れ、火の用心ができなくなった。	
13	複雑なテレビドラマが理解できない。	
14	料理の手順が悪くなった。	
15	機械の操作が覚えられない、使いこなせない、使い方を忘れる。	
16	思考が遅くなった、判断力が落ちた。	
17	夜中に急に起きだして騒いだ。	
18	幻覚を見る。	

（国立長寿医療研究センターもの忘れ外来で使われているチェックリスト）

2　ご本人について、あれ？と思ったことや最近の様子、相談したいことを書いておきましょう。
また、チェックリストでチェック☑　した症状等については、「どんなときに」、「どのように」など具体的に書いておきましょう。

3　ご家族として、医師に相談したいことを書いておきましょう。

認知症かな？と思ったら

「高齢者の健康・福祉・介護・医療の身近な相談窓口」
いきいき支援センター（包括支援センター）に相談しましょう

主任ケアマネジャー

保 健 師 等

社会福祉士

三職種が連携して相談をお受けします

【認知症地域支援推進員】【認知症初期集中支援チーム】を設置しています

認知症地域支援推進員

認知症の方、その家族を支援する事業や関係者の連携を図るための事業を実施します

認知症初期集中支援チーム

複数の専門職が家族の訴え等により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、アセスメント、家族支援などの初期の支援を包括的、集中的（概ね６ヶ月）に行い、自立生活のサポートを行います

センター名	住　所・連絡先	担当学区	営業時間
緑区北部いきいき支援センター	〒458-0041 緑区鳴子町一丁目７番１　TEL 899-2002 FAX 891-7640 ★市バス・名鉄バス「鳴子町」下車 徒歩５分	旭　出・浦　里 大清水・片　平 神の倉・熊の前 黒　石・小　坂 常　安・滝ノ水 戸　笠・徳　重 長根台・鳴　子 鳴海東部・桃　山	月～金（祝休日・年末年始を除く） 午前９時～午後５時
緑区北部いきいき支援センター分室	〒458-0815 緑区徳重五丁目６２５　TEL 877-9001 アーバニティ幸　FAX 877-8841 ★地下鉄「徳重」駅より 徒歩１０分 ★市バス・名鉄バス「乗鞍」下車 徒歩３分		
緑区南部いきいき支援センター	〒458-0825　TEL 624-8343 緑区左京山 3038 番地　FAX 624-8361 ★名鉄名古屋本線「左京山」下車 徒歩５分 ★市バス「平部（ひらぶ）」下車 徒歩２分	相　原・有　松 大　高・大高北 大高南・桶狭間 太　子・鳴　海 南　陵・東　丘 平　子・　緑	

【発行年月】平成３１年４月
【製作】緑区地域包括ケア推進会議認知症専門部会
【発行】緑区南部いきいき支援センター・緑区北部いきいき支援センター

「緑区版認知症ケアパス」「認知症ケアパス概要版・社会資源版」は、緑区地域包括ケア推進会議認知症専門部会のホームページ　http://midori-ho.jp/ninchi.html よりダウンロードできます