

「河北町認知症ケアパス(認知症安心ガイドブック)」

～ 認知症になっても 安心して暮らすために ～

「河北町認知症ケアパス(認知症安心ガイドブック)」とは

自分やご家族、近所の方が認知症になった場合に、その症状にあわせてどこでどういったサービスを受けることができるのか、具体的なイメージを持つことができるように、具体的な内容等を、あらかじめ認知症の人とその家族に提示するためのものです。

認知症という病気に関しては、以前に比べるとよく知られるようになってきました。厚生労働省によると、平成24(2012)年の段階で、認知症の人は全国で462万人と、7人に1人でしたが、団塊の世代が75歳以上となる令和7(2025)年には700万人に達し、5人に1人であろうといわれています。町においても要介護認定申請を受けている「認知症高齢者日常生活自立度Ⅱ以上の高齢者数」は平成22年には621人でしたが、令和元年には761人と大幅に増加しています。

今後、高齢化がますます進んでいくことから、認知症の人をいかに支えていくかは、「地域包括ケアシステム」を構築する上での地域における重要なテーマとなっています。認知症の人ができる限り住み慣れた自宅で暮らし続け、また、認知症の人やその家族が安心できるよう、このガイドブックをご活用いただけたら幸いです。

またガイドブックをより良いものにするために、逐次内容を更新し、啓発に努めます。

河北町 健康福祉課 高齢者福祉係

平成27年3月作成、平成30年9月改訂、令和2年4月改訂

認知症に関する相談は

「地域包括支援センター」へ!

高齢者の相談窓口となるのが「河北町地域包括支援センター」です。高齢者が住み慣れた地域や自宅で生活できるよう、様々な相談を受け付けています。

地域包括支援センターでは、医療機関の受診の仕方や認知症介護のアドバイス、地域のサポートを受ける方法など、できる限り自宅で生活ができるためのお手伝いをします。

認知症初期集中支援チームの活動について

●対象者は?

認知症サポート医師、保健師、介護福祉士、社会福祉士など、医療と福祉、介護の専門職で構成されたチームが、認知症の疑いのある方、認知症の治療を中断している方等、そのご家族の方を対象に早期に関わり、早期診断等につなげるための支援を行います。

●どんな支援があるの?

ご自宅に訪問し、ご本人やご家族より詳しく状況をお伺いします。その上で、最長6か月を目安に医療機関受診や介護サービス利用の支援、またご家族への支援などを行います。

問い合わせ

●河北町役場 健康福祉課 高齢者福祉係 ☎73-2111(内線166, 167)

●地域包括支援センター ☎84-6120

認知症の基礎知識

認知症ってどんな病気だろう？

主な認知症の種類と特徴

根本的な治療が困難な認知症

進行を遅らせる治療を行います

① アルツハイマー型認知症

●どんな病気？

認知症の中で最も多く、全体の約6割を占める病気です。

原因は、はっきりとしていませんが、脳の神経細胞が徐々に減少していき、それにより脳が萎縮（縮んで小さくなること）するために起こる病気です。

●主な症状は？

初期には、もの忘れが徐々に現れ、ゆっくりと進むのが特徴です。昔の記憶は残っていますが、最近のことは覚えていることができません。

判断力の低下、時間や場所がわからなくなるなどの症状のほか、物を盗られる妄想、ないものが見える、不安やイライラ、あちこち歩き回る、暴言や暴力など様々な症状が現れます。

③ 前頭側頭型認知症

●どんな病気？

脳の**前頭葉**（前の方）や**側頭葉**（横の方）前方で、神経細胞が減少し、脳の萎縮（縮んで小さくなること）が目立つのが特徴です。病気の進行に伴って脳の萎縮がみられることはアルツハイマー型と同じですが、萎縮する部分が違います。

65歳以下の若年者の発症が多いのも特徴の一つです。

この病気を最初に報告した医師の名前から、別名「ピック病」とも呼ばれています。

認知症は、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障がい（しょうがい）が起こる病気です。日常生活をするうえで支障が出ている状態が、おおよそ6か月以上継続しているものをいいます。認知症の原因となる脳の病気には、いろいろなものがありますが、代表的なものは次の4つの病気です。

② レビー小体型認知症

●どんな病気？

原因はわかっていませんが、**レビー小体**という特殊なたんぱく質が、脳の神経細胞の中にたまることによって起こる病気です。

●主な症状は？

初期の段階から、もの忘れに加えて、「実際にはないものが見える」というような幻視、「壁のシミが虫に見える」「洋服が人の姿に見える」などの錯視などの症状がみられます。これらの症状は、暗くなると現れやすくなります。

この病気の特徴としては、「調子の良いときと悪いときの変化が大きいこと」のほか、身体や表情が硬くなる、体の動きがぎこちなくなる、手が震えるなどの「運動機能障がい」が現れること、たちくらみや失神等を引き起こす「自律神経障がい」を伴うことが挙げられます。

●主な症状は？

初期には、もの忘れなどの「記憶障がい」が現れにくいですが、抑制が欠如し、遠慮がなくなったり、暴力的になるなどの性格の変化が見られる「人格障がい」が主な症状として現れるのが特徴です。

これまで何の問題もなかった人が、突然、万引きや信号無視など、異常な行動をすることから症状が始まることも多いのも特徴です。

何かに関するこだわりが異常に強くなり、柔軟な対応ができず、好き勝手に行動しているように見えることもあります。

予防や治療が可能な認知症

原因となる病気の治療を行います

④ 脳血管性認知症

●どんな病気？

脳梗塞や脳出血によって、脳に栄養や酸素がいきわたらなくなることで、その部分の神経細胞が死んでしまったり、神経のネットワークが壊れてしまう病気です。

●主な症状は？

特徴としては、症状が突然現れたり、その後になって階段状に悪化したり、変動したりすることがあることです。たとえば、もの忘れが強いのに、判断力や理解力は問題なく保たれているなど、「まだら認知症」とよばれる場合もあります。

脳がダメージを受けた場所にもよりますが、歩けなくなったり、手足のまひ、ろれつが回りにくい、感情のコントロールができなくなるなどの症状が早期から見られることもあります。

このほか、

- 髄液に脳が圧迫される「正常圧水頭症」
- 脳の中に血液の塊ができ脳が圧迫される「慢性硬膜下血腫」
- 甲状腺ホルモンの分泌が低下して認知症状が出る「甲状腺機能低下症」

それ以外にも頭部の病気やケガなど様々な原因で発症することがあります。

早期受診・早期診断・早期治療 が大切です。

認知症はどうせ治らないから医療機関にかかっても仕方ないという考えは間違いです。認知症は早期に発見すれば、治療によっては進行を遅らせることや、症状を軽くすることが出来る場合もあります。

早期ほど専門の病院の受診が不可欠です。

● 治る病気や一時的な症状の場合がある正常圧水頭症、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などによる認知症の場合は、脳外科的処置で劇的に良くなる場合もあります。甲状腺ホルモンの異常の場合は、内科的な治療で良くなります。また、薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出る場合もあります。早期受診、早期治療を受けることが大切です。

● 早い時期に受診することのメリット

アルツハイマー型認知症などのように、治療しても完治することが難しい病気であっても、薬で進行を遅らせることができ、健康な時間を長くすることができます。

病気のことが理解できる時点で受診し、認知症についての理解を深めておけば、本人、家族が生活上の障がいを軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。

また、障がいの軽いうちに後見人を自分で決めておく（任意後見制度）などの準備をしておけば、認知症はあっても自分らしい生き方を送ることが可能です。

もの忘れが気になったら、 自分で(家族で)チェックして みましょう!!

このチェック表は認知症の診断をするものではありませんが、いくつか思い当たる場合は、地域包括支援センターに早めに相談してみましよう。

- 物をなくしてしまうことが多くなり、いつも探し物をしている。
- 財布や通帳など大事なものをなくすることがある。
- 曜日や日付を何度も確認しないと忘れてしまう。
- 料理の味が変わったと家族に言われた。
- 薬の飲み忘れや、飲んだかどうかわからなくなることがある。
- リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない。
- いらいらして怒りっぽくなった。
- 一人であるのが不安になったり、外出するのがおっくうになった。
- 今まで楽しめていた趣味などが楽しめなくなった。



認知症の経過と対応

(認知症の進行に合わせたサービスを活用しましょう)



認知症の進行(右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態)

	認知症疑い	日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> ●金銭管理や買い物など日常生活は自立している 	<ul style="list-style-type: none"> ●金銭管理や買い物などミスは見られるが、日常生活はほぼ自立 ●新しいことがなかなか覚えられない ●料理の手順を考えることが困難になる 	<ul style="list-style-type: none"> ●服薬管理ができない。たびたび道に迷う ●電話での対応が1人では困難 	<ul style="list-style-type: none"> ●着替えや食事、トイレなどがうまくできない ●財布を取られたと言い出す(物取られ妄想) ●自宅が分からなくなった。時間、日時、季節が分からなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ●ほぼ寝たきりになり意思の疎通が難しい ●声掛けや介護を拒否する ●飲み込みが悪くなり食事に介護が必要
ご家族様へのお願い	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症を予防するため、規則正しい生活を心がけましょう ●認知症に対する正しい知識や理解を深めましょう ●今後の生活設計(介護・金銭管理など)について考えましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ◆医療・介護について理解を深めましょう(認知症を引き起こす病気により今後の経過や介護の方法が異なります) ◆なるべく失敗しないよう手助けしましょう(失敗体験は本人の自信を喪失させ、症状を悪化させることもあります) ◆介護保険制度などを積極的に利用し、介護の過度の負担にならないようにしましょう。 			

主なサービスの例	相談	地域包括支援センター	ケアマネジャー
	予防	健康づくりいきいきサロン事業活動 老人クラブ サークル活動 高齢者居場所づくり 介護予防教室 生きがいデイサービス事業 訪問型サービス	
	安否確認・見守り	認知症サポーター 地域による見守り	認知症はいかい高齢者事前登録事業(無事かえる支援事業) 訪問介護 通所系介護 短期入所介護 小規模多機能施設
	生活支援	自立生活支援事業 訪問介護 通所系介護 小規模多機能施設	
	身体介護	訪問介護 通所系介護 小規模多機能施設	訪問入浴介護
	医療	かかりつけ医 認知症疾患医療センター	かかりつけ歯科医 かかりつけ薬局 訪問看護
	権利を守る	福祉サービス利用援助事業	成年後見人制度
	家族支援	家族介護教室 認知症カフェ かほく家族介護者の会	家族介護者交流事業
	住まい	高齢者向け住宅	グループホーム 小規模多機能施設 介護老人保健施設 介護老人福祉施設

介護サービス

項目	内容
ケアマネジャー	介護が必要な方の状態に応じて、介護保険サービス等の利用を支援します。
訪問看護	看護師などが自宅を訪問し、医師の指示に基づいて療養上の世話や必要な診療の補助を行います。
通所系介護 通所介護(デイサービス) 通所リハビリテーション(デイケア)	デイサービスセンターなどに通い、食事や入浴介助、日常生活動作訓練などが受けられます。閉じこもり予防や生きがい対策にもなります。
認知症対応型通所介護	認知症の方を対象に、食事や入浴、日常生活動作訓練などが受けられる日帰りのサービスです。
訪問介護	ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事や入浴、排せつの介助などの生活を支援します。
訪問入浴介護	移動入浴車で自宅を訪問し、ベッドのすぐ横で入浴を行います。
福祉用具貸与・購入、 住宅改修	車椅子や歩行器など日常生活の自立を助ける用具の貸与(介護度により利用できない場合があります)、ポータブルトイレ等の購入ができます。手すりや段差解消など小規模な改修ができます。
小規模多機能型居宅介護	通いを中心に自宅で受けるサービスや泊まりのサービスを一体的に提供します。
短期入所生活介護 (ショートステイ)	介護老人福祉施設などに短期間宿泊しながら、食事・入浴などの介護や機能訓練などを受けることができます。
短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)	介護老人保健施設などに短期間宿泊しながら、医療によるケアや介護・機能訓練などを受けることができます。
認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	認知症の方が少人数で共同生活をする入所施設です(要支援2以上の方が利用できます)。
介護老人保健施設	病状が安定した方がリハビリや介護を受ける施設です。(要介護1以上の方が利用できます)
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	在宅介護が困難な常時介護が必要な方が利用できます。(原則要介護3以上の方が利用できます)
訪問型サービス	独居等により生活援助が必要な方に、自立に向けた支援を行います。また、栄養・運動・口腔の改善が必要と認められた方に、専門家が自宅を訪問し短期集中で支援を行います。(要支援1・2程度の方)

介護以外のサービス

項目	内容
健康づくりいきいきサロン 事業活動	各区の健康づくり推進員が中心となり、各公民館等において自主的に運動等の活動が行われています。
介護予防教室	介護状態にならないように、総合福祉センターすこやか広場や、町民体育館等において、介護予防体操教室等を実施しています。
生きがいデイサービス事業 (いきいき桜会)	要支援、要介護の状態でない65歳以上の方を対象に主にひなの湯などを会場に、介護が必要にならないためのレクリエーション事業等を行っています。(月・水・金)
認知症サポーター養成講座	認知症の理解を深め、見守ることができるよう講座を行っています。
認知症はいかい高齢者事前登録事業(無事かえる支援事業)	はいかいをし、行方がわからなくなってしまうとき、警察と連携を組んで、早期に発見できるようにするための事前登録制度です。
自立生活支援事業	ひとり暮らし高齢者等を対象に、除雪などの日常生活の援助を行っています。
福祉サービス利用援助事業 成年後見人制度 家族介護教室	金銭管理などに不安がある高齢者等が利用できる制度です。認知症等で判断力が不十分な方の財産や権利を守る制度です。適切な介護知識・技術を学ぶための教室を開催しています。
家族介護者交流事業	在宅で要介護認定4・5の方を介護している介護者を対象に交流事業を行っています。
認知症カフェ(ひいなカフェ ①・かほく家族介護者の会②)	ご本人や家族、地域の人が集い介護の悩みなどを語り合う場です。(①毎月第3火曜日 午後 ひいなの里) (②奇数月第3木曜日 午後 社会福祉協議会)
高齢者居場所づくり事業	住民の方が自主的に活動しているどなたでも参加できる集まりの場です。「ご・ざあーれ広場(月～金)」[実家の茶の間(毎週火・金)]「茶の間・北星(毎週月)」詳細は健康福祉課に問合せください。

医療に関すること

項目	内容
認知症疾患医療センター (山形県)	必ず事前に予約が必要で、かかりつけ医がいる場合は紹介状も必要です。詳しくは篠田総合病院(山形市桜町2-68 ☎023-623-1711)・山形病院(山形市行才126-2 ☎023-684-5566)へ問合せください。
かかりつけ医	認知症が重度になると、体調の悪さを訴えることができなくなりますので定期受診が必要です。早めに相談しましょう。
かかりつけ歯科医	認知症になっても生活の質を維持するためには、元気なうちから口の健康を守ることが大切です。定期的に相談しましょう。



町内医療機関MAP (令和2年4月1日現在)

No.	医療機関	所在地	電話番号
1	青木医院	西里539-7	72-3773
2	浅野耳鼻咽喉科医院	谷地所岡3-2-9	72-3010
3	いしざわ皮膚科クリニック	谷地中央5丁目4-1	72-7370
4	板坂医院	谷地甲217	71-1200
5	菊地医院	大字溝延274-1	72-3402
6	工藤内科医院	溝延字西浦12-1	72-7221
7	小林医院	谷地中央3丁目9-9	71-1323
8	齊藤医院(谷地)	谷地所岡39-5	72-2168
9	鈴木内科医院	谷地中央2丁目6-6	73-3300
10	すみや眼科クリニック	谷地中央4丁目5-1	77-0035
11	つかさ内科医院	谷地字月山堂408-1	84-7300
12	西里斎藤医院	西里750-3	73-3810
13	細谷医院	谷地ひな市1丁目3-5	72-3032
14	矢口泌尿器科内科クリニック	谷地中央1-3-7	73-3111
15	谷地整形外科クリニック	谷地中央4丁目6-6	71-1321
16	和田医院	谷地甲239	72-2048
17	小原病院	谷地字月山堂151-1	72-7811
18	かほく紅花クリニック	谷地中央5丁目9-15	85-0350
19	県立河北病院	谷地字月山堂111	73-3131
No.	歯科医院	所在地	電話番号
20	奥山歯科クリニック	谷地所岡1丁目4-4	73-3126
21	佐藤歯科医院	谷地甲198	72-3539
22	スマイル歯科医院	谷地字月山堂380-1	85-1477
23	丹野歯科医院	溝延326-4	73-4773
24	はやま歯科医院	谷地荒町東1丁目5-7	72-5558
25	ひなデンタルクリニック	谷地中央2丁目6-12	85-0648
26	さくら歯科医院	西里763-2	73-4182
27	槇歯科クリニック	谷地中央5丁目3-4	73-3800
28	やくわ歯科医院	谷地字砂田203-5	72-2688
29	よくしゅうかい歯科医院	谷地中央3丁目12-7	72-2223



介護情報MAP (令和2年4月1日現在)

No.	サービス種類	名称	電話番号
1	介護予防支援	河北町地域包括支援センター	84-6120
1	居宅介護支援	河北町社会福祉協議会	72-7800
2	居宅介護支援	指定居宅介護支援事業所「はつらつ」	72-3788
3	居宅介護支援	指定居宅介護支援事業所ケアサポート紅寿	73-5870
4	居宅介護支援	指定居宅介護支援事業所ひいな	71-1886
5	居宅介護支援	青空指定居宅介護支援事業所	84-1206
11	居宅介護支援	ケアセンター縁	85-1726
5	訪問看護	青空訪問看護事業所	84-1215
1	訪問介護	社会福祉協議会訪問介護事業所	72-7800
7	訪問介護	ココロケア河北	85-1644
2	通所介護	指定通所介護事業所「ちょうよう」	72-3786
4	通所介護	デイサービスセンターひいな	71-1885
5	通所介護	青空つどいの家	72-6558
6	通所介護	い〜かお えがお	85-0501
7	通所介護	ココロリビング河北	85-1604
8	通所介護	さくらの家かほく	71-1234
11	通所介護	ケアセンター縁	85-1726
3	通所リハビリテーション	紅寿の里	73-5850
3	通所リハビリテーション	指定通所リハビリテーション事業所まんてん	73-5850
2	短期入所生活介護	短期入所生活介護事業所「眺葉園」	73-3890
4	短期入所生活介護	短期入所生活介護施設ひいなの里	71-1880
3	短期入所療養介護	紅寿の里	73-5850
9	福祉用具貸与・販売	さふらん河北店	71-0415
2	認知症対応型通所介護	指定通所介護事業所「ちょうよう」	72-3786
3	認知症対応型通所介護	認知症対応型通所介護なでしこ	73-5850
4	認知症対応型通所介護	認知症対応型通所介護事業所ひいな	71-1885
10	小規模多機能型居宅介護	ロジェおおやま	85-0851
4	小規模多機能型居宅介護	小多機 hina	85-1585
3	認知症対応型共同生活介護	グループホームこころ	73-5853
8	認知症対応型共同生活介護	グループホームかほく	71-1201
12	認知症対応型共同生活介護	リーフステーション谷地 (グループホーム)	71-1722
4	地域密着型介護老人福祉施設	地域密着型特別養護老人ホームひいなの里	71-1880
13	地域密着型介護老人福祉施設	地域密着型特別養護老人ホーム眺葉の家	73-5030
2	介護老人福祉施設	特別養護老人ホーム眺葉園	73-3890
3	介護老人保健施設	介護老人保健施設紅寿の里	73-5850