

# 私の希望をかなえるサービス【活動の一覧】

詳しくは 諫早市認知症ケアパス をご覧ください。  
市高齢介護課・各地域包括支援センターで配布しています。





介護保険認定申請の時期の目安

気づき

初期

中期

後期

私の希望	普段の生活で	元 気 な 時	認知症 かもしれない	普段の生活は自分でできる	誰かの見守りがあれば 普段の生活は自分でできる	普段の生活に 手助けや介護が必要	常に介護が必要
			物忘れはあるけど 自分のことは自分で できます	自分のことは自分でできるけど、 たまに買い物やお金の管理に失敗 があります	薬の管理ができません 電話や来客者との会話が1人では難し いです	着替えや食事、トイレ等が うまくできません	ほぼ寝たきりで会話するの も難しいです
予防 (備え)	◇より良いサービスを受けるための私の情報共有 [いさはやオレンジ手帳の記入] ◇認知症の正しい理解をしよう [介護予防教室 認知症講演会] <div>市高齢介護課 ☎22-1500</div>						
交流 役割	○普段からご近所さんと挨拶しあう関係づくり ○いざというときの連絡先を決めておきましょう ○かかりつけ医をもつ	◇ご近所さんと一緒に [ふれあいいきいきサロン ボランティアセンター 見守りネットワーク活動 ふれあい食事サービス] ◇地域活動・ボランティアにみんなで参加しよう [自治会 連合婦人会 老人クラブ 公民館講座] ◇ひとりで悩まないで話をして交流しよう [認知症カフェ 認知症のひとと家族の会] <div>市社会福祉協議会 ☎24-5100</div> <div>市高齢介護課 ☎22-1500</div>					
病院と 介護保険		◇かかりつけ医 ◇かかりつけ歯科医 ◇物忘れ相談医 <div>こころとからだの健康のことを 早いうちから相談しましょう</div> <div>専門医療機関 認知症疾患医療センター JCHO諫早総合病院 ☎ 22-1333</div>	《自宅で》 <div>○介護サービスの利用や調整の相談 ○デイサービス・デイケア ○認知症の方限定デイサービス ○訪問診療 ○訪問看護・リハビリ ○訪問介護 ○福祉用具の貸与 ○短期間のお泊り</div>	《施設で》 <div>○認知症の方限定小グループ住居 ○生活支援が付いている住まい ○在宅復帰を目指すリハビリ施設 ○常時介護が必要な方の施設</div> <div>市高齢介護課 ☎22-1500</div>			
私も家族 も安心		◇声掛けや見守り [民生委員や福祉協力員 声かけや見守りに取り組むボランティアの声掛け] ◇認知症カフェ や 認知症のひとと家族の会 ◇認知症サポーター <div>市社会福祉協議会 ☎24-5100</div> <div>市高齢介護課 ☎22-1500</div>					
		◇迷わず相談 [認知症相談・専門相談 認知症初期集中支援チーム] <div>○市高齢介護課 ☎22-1500    ○地域包括支援センター 中央部 ☎27-0730    北部 ☎25-7030 西部 ☎43-3330    南部 ☎35-2887    東部 ☎32-6556</div> <div>◇道に迷いそうなときに [オレンジ見守りペンダント 位置情報確認装置貸与] ◇ひとり暮らしの急病時等の緊急時連絡 [緊急通報システム事業] ◇緊急・災害時の通報を受けるために [要援護者台帳] ◇判断能力が不十分な方へ [日常生活のお金の管理や書類の手続きの手伝い]<div>市社会福祉協議会 ☎24-5100</div><div>市高齢介護課 ☎22-1500</div></div> <div></div>					



いさはやおレシジガイト  
物忘れが  
気になり始めた  
あなたへ

- 認知症と共に生きる希望宣言
- 一、自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
  - 二、自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
  - 三、私たち本人同士が、出会い、つながり、生きていく力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
  - 四、認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちと一緒に作っていきます。
  - 五、自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます。
- 一歩先に認知症になった私たちからすべての人たちへ送る  
(日本認知症本人ワークショップ制作)

⑤問

症状や経過に合わせた「私の希望」をかなえるサービスや活動があります  
こちらの内側をご覧ください

大丈夫  
ひとりで不安にならなくていい

できないことは増えたけど、皆さま良くなってくれて嬉しい (80代女性)

自分には山がある (80代男性)

グラウンディングに老人会旅行。楽しみは登山ある (80代男性)

自分にできることがある。役に立ちたい (80代女性)

何度も声を出す。伝わった時、相手も笑顔になってほっとする (80代男性)

④

最近なんでもかき変な感じがする (50代 男性)

忘れたいようにメモを書くのに、そのメモをみつけられない (70代 女性)

おかし... (70代 女性)

認知症の人の気持ちを聞いて下さい。  
とまどい、不安、孤独 が見えてきました

色々からないことがあって、恥ずかしい。夫や子供に迷惑をかけて申し訳ない (80代女性)

頭がおかしくなりよる 淋しくてたまらない (80代 女性)

## 認知症は「誰もがなりうる身近な病気」です

認知症とは脳がダメージを受け、生活がしづらくなった状態です。  
進行は緩やかで個人差があります。



### 記憶障害

覚えられない・すぐ忘れる

### 理解や判断力の障害

考えるスピードが遅くなる・  
いつもと違う出来事で混乱する

### 見当識障害

場所がわからない・  
気候に合った洋服を選べない

### 実行機能障害

計画を立て、段取り  
をできない



本人の性格や素質など

本人を取り巻く環境や心理状態

不安・うつ状態・幻覚・妄想徘徊・興奮  
・暴力・不潔行為などが起こることがあります

## こんな症状に心当たりはありませんか？

- ☐ なんでもしまい込み、探し物が多い
- ☐ 何度も同じことを言ったり、尋ねたりする
- ☐ 急用でもないのに頻繁に電話をかける
- ☐ 使い慣れた物の操作ができなくなった
- ☐ 同じ物ばかり買ったり、調理したりする
- ☐ 冷蔵庫の中に同じ品物が多数入っている
- ☐ 以前と違い、疑り深く、怒りっぽくなった



もしかすると、認知症かもしれません