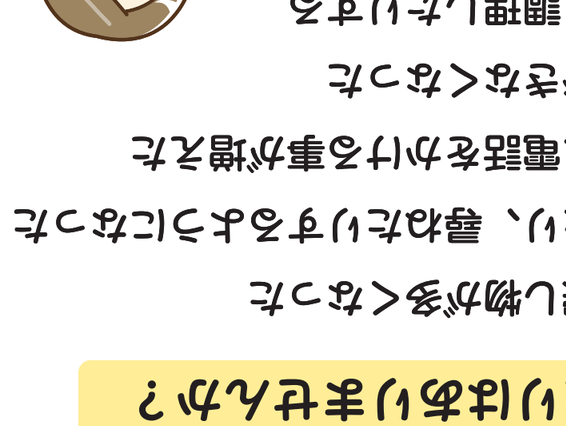
R5.7月版

簡易版諫早市認知症ケアパス

いさはやオレンジガイド

物忘れが気になり始めたら



諫 早 市

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キンググループ作成）

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、生きている力をわき立たせ、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を、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。

⑤開く

大丈夫
ひとりで不安に
ならないで



諫早市の認知症の人の希望や気持ち1000の声から

できないことは増えたけど、皆さま良くしてくれて嬉しい。（80代女性）





グラウンドゴルフに老人会旅行。楽しみは沢山ある。（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、相手が笑顔になってほっとする。（80代男性）

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。

“開いて” 内側をご覧ください。

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

諫早市の認知症の人の希望や気持ち1000の声から

色々わ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）

④

頭がおかしくなりよる。淋しくてたまらない。（80代女性）



最近なんだか変なんです。わからないことが沢山あって、思い出そうとしても出てこない。どうしたらいいんでしょう。（50代男性）

忘れないようにメモを書くのに、そのメモをみつけられない。おかしい……。（70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。

③

【記憶障害】	【見当識障害】
覚えられない すぐ忘れる	場所がわからない 気候に合った洋服を選べない



【理解・判断力の障害】	【実行機能障害】
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	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

②

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、捨し物が多くなった
- □ 何度も同じことを言ったり、尋ねたりするようになった
- □ 急用でもないのに頻繁に電話をかける事が増えた
- □ 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
市地域包括ケア推進課 ☎**22-1500** へご相談ください

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。
市地域包括ケア推進課・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

私の希望 ＼ 普段の生活で	元気な時	気づき：認知症かもしれない	初期：普段の生活は自分でできる	中期：誰かの見守りがあれば普段の生活は自分でできる	中期：普段の生活に手助けや介護が必要	後期：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〕

市地域包括ケア推進課 ☎22-1500

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〕

市社会福祉協議会 ☎24-5100

◆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　認知症の人と家族の会〕

市地域包括ケア推進課 ☎22-1500



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



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

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

介護保険サービス

《自宅で》
- ○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

《施設で》
- ○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
- ○住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

市介護保険課 ☎22-1500

私も家族も安心



◆声かけや見守り〔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かけ〕

市社会福祉協議会 ☎24-5100

◆認知症カフェや認知症の人と家族の会
◆認知症サポーター

市地域包括ケア推進課 ☎22-1500

◆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〕

●市地域包括ケア推進課 ☎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

市地域包括ケア推進課 ☎22-1500



◆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〕
◆後見人を決めるには
◆宅配弁当〔栄養改善配食サービス事業〕

市地域福祉課 ☎22-1500

◆判断能力が不十分な方へ〔福祉サービスの利用援助や日常生活のお金の管理を手伝います〕

市社会福祉協議会 ☎24-5100

認知症に関する詳しい情報がご覧頂けます
諫早市高齢者ささえあいネット