

大津市認知症 ガイドブック

認 知 症 ケ ア パ ス

認知症 になっても

S 住みなれた **M** 湖のまちで

I いつまでも **L (IFE)** 暮らせる **E** 笑顔の大津



認知症 **SMILE** 大津!

大津市



はじめに

令和6年1月に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、同年12月には、国において「認知症施策推進基本計画」が策定されました。

その中で、「新しい認知症観」として、認知症になったら何にもできなくなるのではなく、認知症になってからも個人の能力ややりたいことを尊重し、住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けることが出来るという考え方が示されました。

2040年には、認知症とその前段階である「軽度認知障害（MCI）」の人が、65歳以上の人の3人に1人を占めるという推計もあります。認知症はもはや誰もがなりうる身近なものであり、誰もが認知症になっても人とつながりながら暮らし続けていく社会にしていかなければなりません。

この「大津市認知症ガイドブック」は、簡単なセルフチェックをはじめ、どのような支援や制度があるか、本人だけでなく、家族やその周囲の方にも読んでいただけるよう、様々な情報を冊子としてまとめました。

是非、広くこの冊子を活用いただくとともに、認知症についての理解を深めていただき、認知症の方とともに希望を持って暮らすことができる社会を目指していきましょう。





も く じ

1. 認知症を知ろう

認知症を知ろう	2
認知症にはこんなタイプがあります	3
どんな症状が出てくる？	4
認知症と診断されたときは	5

2. 早期発見が大切（認知症に早く気づこう）

早期発見が大切（認知症に早く気づこう）	6
受診のときに知っておきたい3つのポイント	7
認知症チェックリスト（家族・周りの方用）	8
認知症チェックリスト（本人用）	9

3. 認知症の受診

受診先ってどこ？	10
市内の認知症の診療を行う医療機関（病院）	11

4. 認知症の本人の声や言葉

認知症の本人の声や言葉	12
-------------	----

5. ご家族へ～症状の理解と接し方～

ご家族へ～症状の理解と接し方～	14
認知症の人への声のかけかた	16

6. 認知症の経過と利用できる支援について

認知症ケアパス	18
---------	----

7. 利用できる制度やサービス、相談機関等の一覧

8. 市の機関について

認知症初期集中支援チーム	33
あんしん長寿相談所	34



1. 認知症を知ろう

■ 認知症は超高齢社会の日本にとって誰もがかわる可能性があります

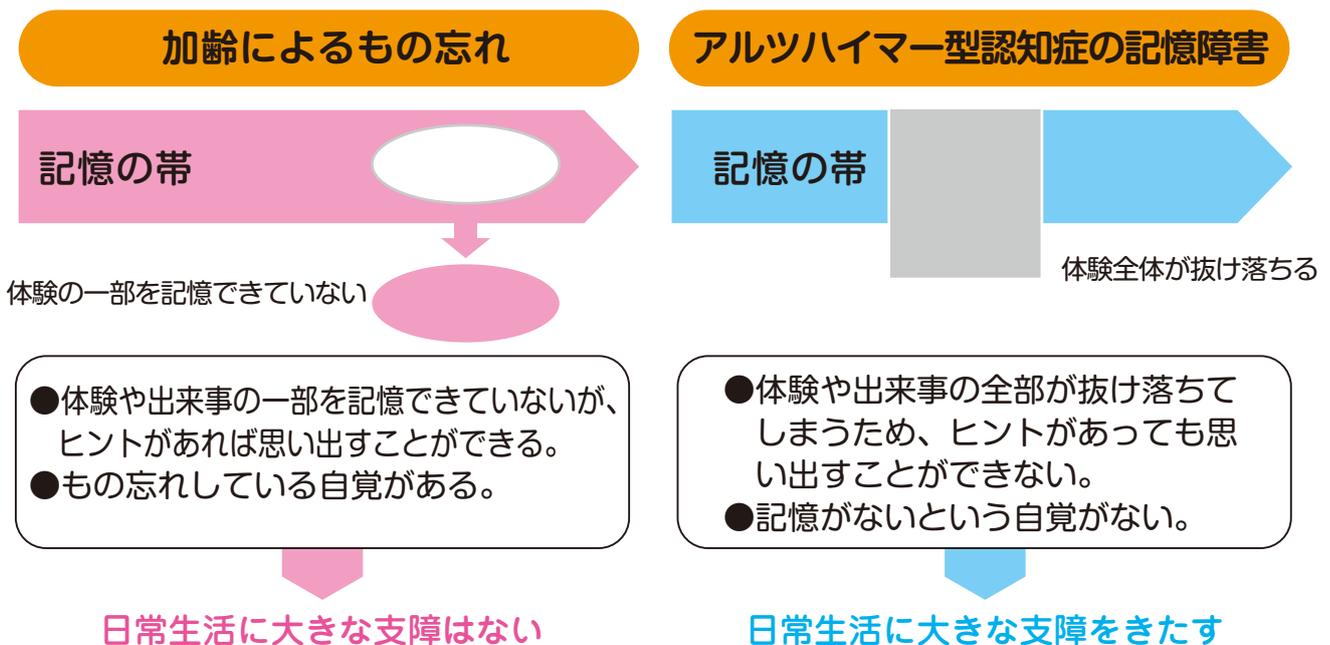
認知症とは、いろいろな原因で脳に何らかの変化があったり、働きが悪くなったためにさまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態をいいます。

高齢になれば、認知症にかかる可能性は高くなります。令和4年から令和5年にかけて実施された調査によれば、令和4年における認知症の高齢者数は443.2万人、また、軽度認知障害（MCI）の高齢者数は558.5万人と推計されています。この調査から令和7年度以降も有病率が一定であると仮定すると、令和22年には、それぞれ584.2万人、612.8万人になると推計されています。

（令和6年版高齢社会白書より）

■ 認知症による「記憶障害」とはどのような症状なのか

認知症の「記憶障害」は、はじめのうちは加齢による「もの忘れ」との区別がつきにくいものです。大きな違いの一つとして、アルツハイマー型認知症による「記憶障害」は体験のすべてが抜け落ちるのに対し、加齢による「もの忘れ」は体験の一部を記憶できていないという点があげられます。



■ 加齢によるもの忘れとアルツハイマー型認知症の記憶障害の違いの具体例

加齢によるもの忘れ	アルツハイマー型認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	経験したこと全体を覚えていない
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食事したこと自体を覚えていない
約束をすっかり忘れてしまう	約束したこと自体を覚えていない
物覚えが悪くなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある

「認知症サポーター養成講座標準教材 認知症を学び地域で支えよう」より引用・改変
※上記内容にあてはまらないものや個人差があります。

認知症にはこんなタイプがあります

認知症の種類と特徴

認知症は原因となる病気によってさまざまな特徴があります。

アルツハイマー型認知症

認知症をきたす疾患の中で一番多い疾患です。脳内にたまったたんぱく質等により、神経細胞が破壊され、脳に委縮が起こります。

特徴的な症状と傾向

昔のことはよく覚えていますが、最近のことを記憶するのが苦手になり、軽度の記憶障害から徐々に進行、やがて時間や場所の感覚がなくなっていくます。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などのために、脳の神経細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、その部分の脳の働きが低下したり、神経のネットワークが壊れて、意欲が低下したり、複雑な作業ができなくなったりします。

特徴的な症状と傾向

脳血管障害が起こるたびに段階的に進行します。
また、障害を受けた部位によって症状が異なります。

レビー小体型認知症 4.3%

脳血管性認知症 19.5%

その他 7.6%

アルツハイマー型認知症 67.6%

前頭側頭型認知症 1.0%

レビー小体型認知症

脳内にたまったレビー小体という特殊なたんぱく質により、脳の細胞が変性して症状がでます。

特徴的な症状と傾向

現実にはないものが見える幻視や手足が震えたり筋肉が固くなるといった症状が現れます。

歩幅が小刻みになり、転びやすくなります。

前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉で、神経細胞が減少して脳が萎縮することで発症します。

特徴的な症状と傾向

感情の抑制がきかなくなったり、社会のルールを守れなくなるといったことが起こります。

また、言語面で物の名前がわからなくなる等の症状が現れることもあります。

円グラフ資料：「平成25年 都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」

認知症の症状が現れても早期発見できれば治療することで改善できる病気があります。ぜひ早めに受診しましょう！

「6ページ～早期発見が大切」(参照)

治療可能な疾患・・・正常圧水頭症、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫ほか



どんな**症状**が出てくる？

■ 認知症とは、病気を原因に認知機能が低下し、生活に支障が出ている状態

年をとれば誰でも、もの忘れなどをするようになりますが、認知症とは、病気を原因とし、記憶や思考などの認知機能が少しずつ低下し、日々の生活に支障が6か月以上続いている状態をいいます。原因となる脳の病気や障害が現れる脳の部位などによってさまざまな種類や症状があります。

■ どんな症状が起こるのでしょうか

認知症の症状には2種類があります。直接の原因である「脳の細胞に影響」があり、起こる症状を ①「中核症状」といい、それに伴って、関わり方や環境が原因で生じる症状を ②「行動・心理症状（BPSD）」といいます。

① 中核症状

記憶障害

新しい体験の記憶や、覚えている記憶を思い出すのが困難になる障害

見当識障害

時間、日付、季節、場所、人間関係などの把握が困難になる障害



実行機能障害

旅行や料理など計画や手順を考え、それに沿って実行することが困難になる障害

理解・判断力の障害

2つ以上のことの同時処理や、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる障害

中核症状に、不安や焦り、心身の不調、周囲の適切ではない対応などが影響



② 行動・心理症状（BPSD）

- 興奮・攻撃的言動
- 妄想
- 幻覚・幻視
- 行方不明
- 不安・焦燥
- 不潔行為 など

※行動・心理症状（BPSD）は適切な治療や周囲のサポートによって、認知症の人が感じている精神的なストレスや不安などを取り除くことにより、症状の緩和・改善が期待できます。

認知症と間違えやすい「うつ病」

高齢期は近親者との死別など「うつ病」になりやすい環境にありますが、うつ病による一時的な記憶力の低下などを認知症の症状と間違えてしまうことがあります。正しい診断や治療のためにも、認知症が疑われる症状があったら早めに専門医に受診しましょう。

認知症と診断されたときは

■ もしも、認知症と診断されても

もしあなたや家族が、認知症と診断されたのであれば、そのとき、「これからの生活について話をしたい」と医師に話してみてください。すると、専門職やあんしん長寿相談所（34ページ参照）につないでくれます。そこでは、あなたや家族のこれからの生活をともに考えてくれます。

■ 知っておきたい認知症の薬のこと

治療として薬を飲むことで、記憶などの認知機能の障害を改善したり、悪化を緩やかにします。行動・心理症状（BPSD）についても薬が処方されることがあります。効果には個人差がありますが、医師の指示に従い継続して服用することが大切で、飲み忘れないようにする工夫が必要です。

■ 治療とともに「ケア」が大切です

認知症は、医師などが中心となる治療と合わせ、家族を含めた周囲の適切なケアも大切です。認知症の症状の進行を遅らせたり、行動・心理症状（BPSD）を和らげることなどができます。

■ 家での役割や社会活動の参加が症状の進行を抑えることも

何もすることがないと不安や心配が募り、症状が現れやすい傾向に。家事や買い物、散歩など、できることは今まで通り続けることが大事です。役割があるということは、気持ちの安定につながります。また、特技や趣味を共有できる仲間とともに活動的に過ごせると、本人の居場所にもなります。ただし、認知症になると、疲労を感じにくくなったり、気持ちを表現しにくくなったりするので、頑張りすぎないことが大切です。

■ あなたや家族を理解してくれる人がいるところがあります

地域の認知症カフェ（28ページ参照）

認知症カフェでは、認知症の本人や家族、地域の人や専門職が集まり、ともに語り合います。もちろん、認知症の相談にも応じています。月に1回程度開催されており、どの認知症カフェにも参加することができます。

認知症の人と家族の会（27ページ参照）

認知症の人の暮らしの悩みや、家族の気持ちなどを直接話し合う、集いの場を開催しています。また、電話相談や個別面談でも相談できますし、認知症についての情報が掲載される会報を発行しています。

決して一人で立ち向かおうとしないでください

認知症の一番の不幸は孤独になることです。
あなたとともに歩む人や助けになる人、理解してくれる仲間や、同じ病気と向き合う人達がいます。
そして、今の気持ちを受け止めてくれる場所があります。



2. 早期発見が大切（認知症に早く気づこう）

■ まずはかかりつけ医に相談しましょう！

認知症は早く相談して、早く発見することがとても大切な病気です。
認知症と診断されても、その日から何もできなくなるわけではありません。
早く相談すれば、あなたの人生をよりよく生きる時間とヒントを得ることができます。
早期に支えを手にするすることで、あなたが前向きに歩む可能性が広がります。

認知症の早期発見が大切な3つのワケ

治療により改善
する場合があります。

認知症の原因となる病気を早期に
発見して適切な治療をはじめること
で、症状に改善が期待できる場合が
あります。

進行を遅らせる
ことが可能な場
合があります。

認知症の症状が進行する前に適切
な治療を受け支援を利用することで、
今の状態を維持し、進行のスピード
を遅らせる場合があります。

今後の生活の準
備をすることが
できます。

本人や家族が話し合い、治療方針
を決めたり、利用できる医療や福祉
の情報を集めたり、今後の生活を準
備する時間を持つことができます。

「軽度認知障害（MCI）」の発見と対処が重要です

「軽度認知障害（MCI）」とは、いわば認知症の前段階で、軽い記憶障害などはあっても基本的に日常生活は大きな支障なく送れる状態です。この段階で適切に対処すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を予防、または先送りできるといわれています。ちょっとした異変のサインを見逃さないようにしましょう。

受診のときに知っておきたい3つのポイント

■ かかりつけ医の強み

かかりつけ医は、日頃の本人の様子や家族を知っている強みがあります。必要に応じて専門医療機関を紹介してくれます。

本人と家族に心強い、かかりつけ医

- 早期段階での発見や気づき
- 専門医療機関の受診の勧めや紹介
- 日常的な身体疾患の治療や健康管理
- 本人や家族の不安への理解、アドバイス
- 地域の認知症介護サービスとの連携



■ 受診の前に伝えたいことをまとめておく

受診のときには、医師に伝えたい内容をまとめておくとお話しができます。本人の話も家族の話もとても重要です。

こんな内容をメモに書いておこう

- 生活や習慣などにどんな変化がいつ頃からあったか
- 具体的に困っている症状は何か
- 日や時間帯によって変化があるか
- 病気のこと（高血圧や糖尿病などの病名）
- 飲んでいる薬とその服用期間



■ 上手な受診のすすめ方

本人も納得して受診することがベストですが、ためらいがある場合や自覚がない場合は、表現を工夫してみましょう。

このように受診を勧めてみよう

本人に自覚があるなら

- 「何かの病気かも知れないから検査してみましょう。」
- 「早く発見できたら治るかもしれないし、進行を遅らせられる場合があります。」

本人に自覚がないなら

- 「私の健康診断に付き合ってください。」
- 「一緒に健康チェックに行きましょう。」

認知症初期集中支援チームにご相談を

本人が受診を拒むこともあります。もの忘れが多くなったなど、認知症に対する不安は大きいものです。強引に受診を勧めても拒まれてしまうことはよくあります。そんな時は認知症初期集中支援チームにご相談ください。認知症専門のチームが対応いたします。（33ページ参照）

認知症チェックリスト

チェックリストを参考に「認知症かもしれない」というサインに早めに気づき、かかりつけ医やあんしん長寿相談所（地域包括支援センター）などの窓口にご相談しましょう。認知症による変化は、本人よりも周囲の人が気づきやすいことも多いです。身近な家族などが一緒に チェックしましょう。

家族・ 周りの 方用

「これって認知症？」チェックリスト 家族や、周りの方がチェックします。

監修：東海大学医学部 医学博士：市村 篤
協力：公益社団法人認知症の人と家族の会

もの忘れがひどい	<input type="checkbox"/> 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
	<input type="checkbox"/> 同じことを何度も言う・聞く・する
	<input type="checkbox"/> しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている
	<input type="checkbox"/> 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
判断・理解力が衰える	<input type="checkbox"/> 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
	<input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない
	<input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない
	<input type="checkbox"/> テレビ番組の内容が理解できなくなった
時間・場所がわからない	<input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違えるようになった
	<input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある
人柄が変わる	<input type="checkbox"/> 些細なことで怒りっぽくなった
	<input type="checkbox"/> 周りへの気づかいはなくなり頑固になった
	<input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする
	<input type="checkbox"/> 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
不安感が強い	<input type="checkbox"/> ひとりになると怖がったり寂しかったりする
	<input type="checkbox"/> 外出時、持ち物を何度も確かめる
	<input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える
意欲がなくなる	<input type="checkbox"/> 下着を変えず、身だしなみを構わなくなった
	<input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
	<input type="checkbox"/> ふさぎ込んで何をするのもおっくうがり、いやがる

- チェックが0～1個：そんなに心配することはないと思われます。
- チェックが2～3個：やや認知症の疑いがあります。ご心配な方は、ご相談ください。
- チェックが4個以上：認知症の疑いがあります。すぐにご相談ください。

本人用

「わたしも認知症？」チェックリスト
本人がチェックします。

質 問	ほとんどない	時々ある	頻繁にある
同じことをいつも聞く（または言う）といわれますか？	0点	1点	2点
知っている人の名前が思い出せない	0点	1点	2点
探しものが多い	0点	1点	2点
漢字を忘れる	0点	1点	2点
今しようとしていることを忘れる	0点	1点	2点
使用説明書を読むのが面倒	0点	1点	2点
理由もないのに気がふさぐ	0点	1点	2点
以前にくらべ、身だしなみに興味がなくなった	0点	1点	2点
外出がおっくうだ	0点	1点	2点
物（財布など）が見つからず、誰かがどこかへやったと思うことがある	0点	1点	2点
出典：大友式認知症予測テスト 医学博士：大友英一氏（社会福祉法人浴風会病院名誉院長） （認知症予防財団 HP より）			合計 点

「ほとんどない」0点、「時々ある」1点、「頻繁にある」2点で計算します。

合計が0～8点：そんなに心配することはないと思われます。

合計が9～13点：やや認知症の疑いがあります。ご心配な方は、ご相談ください。

合計が14～20点：認知症の疑いがあります。すぐご相談ください。

パソコンをお持ちの方は、下記URLよりご利用ください。

HP <http://fishbowlindex.net/otsu/>

スマートフォンで二次元コード
対応の機種をお持ちの方は、
右記をご利用ください。



3. 認知症の受診

受診先ってどこ？

「認知症かな？」と感じたときは早めの受診が大切です。適切な治療やケアなど、早めに対処することで、進行や症状を抑えることができます。かかりつけ医がいる場合は、まず相談してみましょう。かかりつけ医がいない場合や、どこの病院へ行けばよいかわからない場合は、あんしん長寿相談所（34ページ参照）へご相談ください。

●かかりつけ医

身近にあり、患者の病歴や生活環境を踏まえた上で診療や健康相談を行い、病状の説明や治療をします。必要に応じて認知症の専門医療機関を紹介します。



●滋賀県認知症相談医

滋賀県と滋賀県医師会が協働で開催する認知症研修終了後、認知症相談医となることに承諾した医師が認知症相談医となります。

●認知症サポート医

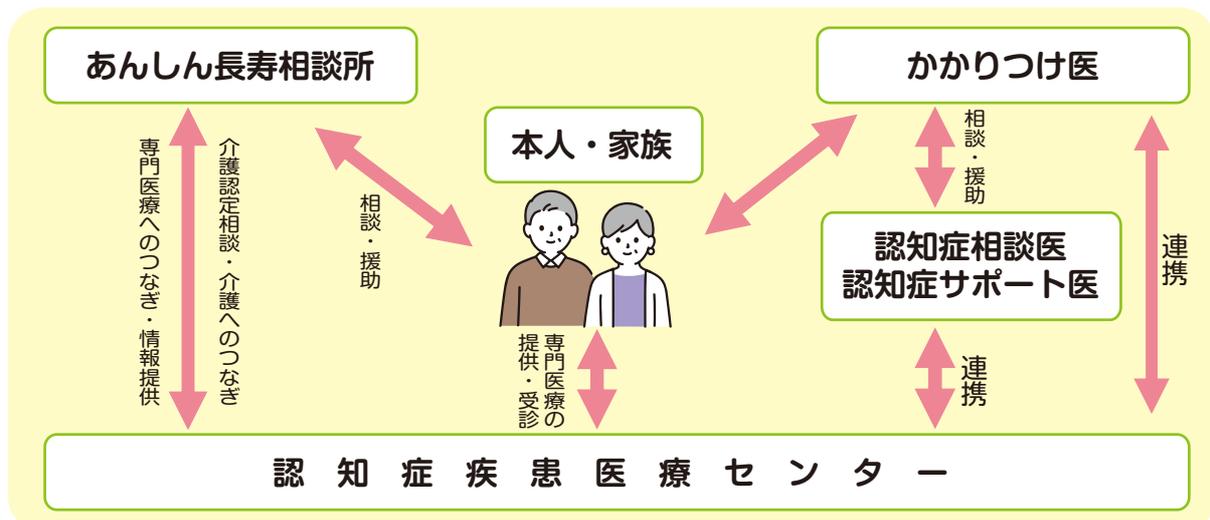
国が行う認知症サポート医養成研修を終了し、認知症専門医療機関やあんしん長寿相談所等との連携を進めていく医師です。

●認知症疾患医療センター

認知症における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、認知症の行動・心理症状の急変期対応を行う認知症専門医療機関です。

病院名	連絡先	診察日・受付時間帯
琵琶湖病院 認知症疾患医療センター ビスタリ(大津市坂本一丁目8-5)	077-578-2024	月曜日～土曜日 午前9時30分～午後5時 (日曜、祝日、年末年始は休診) (予約制)
瀬田川病院 認知症疾患医療センター (大津市玉野浦4-21)	077-543-1441	月曜日～金曜日 午前9時～午後0時 (土日・祝日、年末年始は休診) (予約制)

※受診の際は事前に予約が必要です。かかりつけ医がいる場合は紹介状も必要です。



●認知症疾患医療センターの他「脳神経外科」「神経内科」等において、CTやMRI脳血管検査等により、診断・治療を行っている医療機関があります。

市内の認知症の診療を行う医療機関(病院)

3. 認知症の受診

病院名	住 所	電話番号
大津赤十字志賀病院	大津市和邇中298	077-594-8777
医療法人弘英会琵琶湖大橋病院	大津市真野五丁目1-29	077-573-4321
医療法人堅田病院	大津市本堅田三丁目33-24	077-572-1281
山田整形外科病院	大津市本堅田五丁目22-27	077-573-0058
医療法人藤樹会滋賀里病院	大津市滋賀里一丁目18-41	077-522-5426
医療法人良善会ひかり病院	大津市際川三丁目35-1	077-522-5411
大津赤十字病院	大津市長等一丁目1-35	077-522-4131
独立行政法人市立大津市民病院	大津市本宮二丁目9-9	077-522-4607
打出病院	大津市打出浜10-41	077-521-0005
独立行政法人 地域医療機能推進機構 滋賀病院	大津市富士見台16-1	077-537-3101
医療法人幸生会 琵琶湖中央リハビリテーション病院	大津市御殿浜22-33	077-526-2131
滋賀医科大学 医学部附属病院	大津市瀬田月輪町	077-548-2111
医療法人社団瀬田川病院	大津市玉野浦4-21	077-543-1441
特定医療法人明和会琵琶湖病院	大津市坂本一丁目8-5	077-578-2023
琵琶湖養育院病院	大津市大萱七丁目7-2	077-545-9191

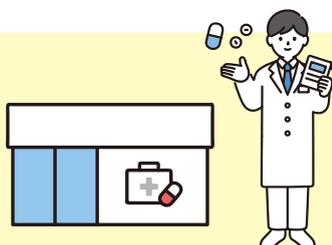
(滋賀県ホームページより R7年5月現在)

■ かかりつけ薬局

認知症の中核症状を根本的に治療する薬は今のところありません。

しかし、薬を服用することで認知症の進行を遅らせたり、症状を和らげることができます。また、不安や心配からくる行動・心理症状（BPSD）についても、適切な薬を服用することによって軽くなることがあります。

かかりつけ薬局では、重複処方や飲み合わせのチェックをしてもらえたり、分からないことは気軽に相談したりできます。



一般社団法人 大津市薬剤師会

大津市浜大津四丁目1-1 明日都浜大津 1階
事務局 TEL 077-523-1641

4. 認知症の本人の声や言葉

これまで、認知症の本人の声や言葉を知る機会や資料が多くありませんでした。しかし、近年では認知症の本人と専門家や研究者等と一緒に作成したものや、認知症の本人たちが作成したものがああります。

認知症の症状と向き合う人たちの声や言葉を、聴いたり、読んだりしてみませんか。

認知症の本人の声や言葉

認知症の診断を受けて感じたこと



医師から認知症と診断されて・・・。

『医師に言われて「えー、嘘！」と信じられなかった。でもどこかでほっとしました。病気のせいだったんだと。今から思うとスタートラインに早く立てて良かった。病院に行くのは、怖いけど、迷ってないで、勇気を出して早く行った方がいい。』

「認知症です。」と言われて頭が真っ白に・・・。

『自分はこれからどうなってしまうのか、心配で心配で眠れない日が続きました。誰にも相談できず、一人でうつうつ悩んでいました。こんなんじゃダメになるって、思い切って役所に相談したら、担当の人が親身に話を聞いてくれた。もっと早く相談すれば良かった。』



認知症をオープンにすることについて



認知症をオープンにすることは・・・

『私は親にも言えない、友達にも言えない、最初は、会社の上司と妻だけ。子ども達にも言えなかった。でも、みんなに伝えた。私の場合は人の顔を忘れてしまうんだけど、まわりの方が教えてくれる。失敗することを不安に思うより教えてもらった方がいいやと思えた。』

認知症を人に話すか話さないかは、認知症の人自身が決めることです。

オープンにする権利も、しない権利もあります。

いずれにしても自分から話すのは勇気があることです。

オープンにしたことで、とまどう人がいるかもしれませんが、でも話すことで、助けてくれる人、相談に乗ってくれる人が現れることも事実です。

参考にしたもの

日本認知症本人ワーキンググループのホームページより

○ 認知症とともに生きる希望宣言

認知症の本人たちが体験と想いを言葉にし、寄せ合い重ね合わせる中で作られました。

<内容>

1. 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。
2. 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。
3. 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ元気に暮らしていきます
4. 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、一緒に歩いていきます。
5. 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つくっていきます。



厚生労働省のホームページより

○ 認知症本人大使「希望大使」

<希望大使とは>

認知症の本人からの発信の機会が増えるよう、認知症本人の方々を認知症に関する普及啓発を行う「希望大使」として厚生労働省が任命しました。国が行う認知症の普及啓発活動への参加・協力、国際的な会合への参加・認知症とともに生きる希望宣言の紹介等に取り組まれています。

※ホームページでは、認知症の人からのメッセージが動画で紹介されています。



○ もしも

<内容>

認知症についての向き合い方や考え方を本人や家族向けにやさしく伝えています。
(作成 認知症介護研究・研修仙台センター)



○ 本人座談会【映像資料】

<内容>

4人の認知症当事者が、今伝えたいことを、自分達で考え話し合ったものです。この映像は、平成29年度老人保健事業「認知症の理解を深める普及・啓発キャンペーンの効果的な実施方法等に関する調査研究」の映像資料として作成されました。

○ 本人にとってのよりよい暮らしガイド

一足先に認知症になった私たちからあなたへ認知症の本人から、あなたが元気になって、これからをよりよく暮らしていくヒントにしてほしい、と願って作成されました。

(発行 地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター)



5. ご家族へ～症状の理解と接し方～

症状を理解することで、本人への接し方が変わります

家族の誰かが認知症になったとき、誰もがショックを受け、とまどい、混乱に陥ります。長年ともに暮らしてきた人を認知症と認めることは、その人自身を否定するのように感じられます。しかし、認知症を理解し、症状に応じた接し方を知る事は、認知症の人だけでなく、介護する家族の辛い気持ちや負担感を、軽減してくれます。

ここに書いてある症状は全てが認知症の人に起こる症状や行動ではありません。

でも、もしかしたらこんな症状や行動が起こるかもしれません。

中核症状から起こる行動

記憶力が低下する

- 食べたはずなのに「ごはん、まだ」と何度も聞く
- 「同じ事を何度も」話しかけてくる

- ・同じ話しや訴えが続く時は、別の話題に変えて会話してみましょう。
- ・何度も聞いてくることは、気になっている内容かもしれません。

日時の理解が苦手

- 今日が何日かわからない
- その日の予定がわからない

- ・答えられなくても問題視しない。
- ・日付も分かる時計や日めくりカレンダーを利用しましょう。

場所の理解が苦手

- 家までの帰り道がわからない
- 今いる場所がわからない

- ・同じ景色でも暗くなるとわからなくなることがあります。携帯電話やGPS端末機を利用しましょう。
- ・一人で外に出る人には、名前と住所と電話番号を書いた名刺や名札を持参してもらいましょう。

人の顔の判別が苦手

- 人の顔がわからない
- 別の人と間違えてしまう

- ・別の人と認識されたときは、否定をせずにいつも通り会話して、また別の時に「娘の○○よ」と伝えましょう。

理解力や判断力が低下

- 財布の中に小銭が増える
- いつもと違うことに戸惑う

- ・「時間がかかる」と周りが先回りしてしまうと、どんどんできなくなります。
- ・本人が理解し、判断できるまで少し待ちましょう。

服薬管理が苦手

- 薬の飲み忘れがある
- 薬を用量より多く飲んでしまう

- ・本人が薬を飲むまで見守りましょう。
- ・薬の袋に日付を入れたり、服薬カレンダーなどを利用しましょう。

行動・心理症状（BPSD）から起こる行動

興奮し落ち着けない

- 「家に帰りたい」と外に出る
- 落ち着かずに歩き回る

- ・何か不安がないか、本人の話に耳を傾けましょう。
- ・馴染みのものを用意して安心できる居場所を作りましょう。

元気がなく引っ込み思案に

- 身だしなみがだらしない
- 一日中同じところに座っている

- ・無理に明るくするより、今している生活を大切にしましょう。
- ・食事や入浴、睡眠など、元々していた生活を規則正しく過ごせるようにしましょう。

急に感情的になる

- 声を荒げて怒り出す
- 物を投げたり、叩こうとする

- ・日頃から本人を尊重した言葉がけをしましょう。でも、関わりの難しいときは、距離を置きましょう。
- ・体調不良のサインだったりするので、医療の専門職にご相談ください。

夜中に家の中でゴソゴソ

- 昼間は寝ていることが多い
- 夜になると起きだして落ち着かない

- ・明るい時間に不活発に過ごす、夜になって目が覚めてしまいます。日中は散歩や買物をしたり、デイサービスを利用しましょう。薬の副作用が原因のときもあります。

貴重品を紛失し不安感が強くなる

- 財布（金品）をなくして「盗まれた！」と騒ぐ
- 身近な人が盗ったと訴える

- ・大切なものがなくなっても、本人を責めずに「困りましたね、一緒に探しましょう」と共感しましょう。
- ・見つけたときも「こんなところに置いて」と責めないで「見つかって良かった」と一緒に安堵しましょう。
- ・見つからないときは、お茶に誘うなどして気分を変えましょう。
- ・あらかじめ、貴重品を置いておく場所を決めておきましょう。

介護者の心身の健康を守る5つのポイント

1 介護を一人で抱え込まない

介護サービスなどできるだけ多くの地域の支援を利用しましょう。

2 介護を休む日をつくる

ショートステイを利用したり、親族を頼るなど、介護を休む日を作りましょう。

3 自分らしさを大切にする

自分の暮らしや仕事、役割や生きがいなど自分の人生も大事にしましょう。

4 ストレスの解消法を持つ

自分なりのストレス解消法を持っておきましょう。

5 介護者同士のつながりを持つ

認知症介護の経験を持つもの同士のつながりを持ちましょう。

認知症の人への声のかけかた

家の近所で、職場で、町中で「あの人は困っているのかな」「もしかしたら認知症の人かもしれない」と思ったときには、どのような点に気をつけて声をかけ、接するとよいでしょうか

基本の考え方

人から不意に声をかけられると、誰でもびっくりします。

背後から声をかけるなど相手を驚かせたり、急かしたりして混乱させることがないように気をつけましょう。

本人の意思、自尊心を尊重する接し方を心がけることも重要です。

具体的なポイント

①まずは見守る

さりげなく様子を見守り、必要に応じて声をかけます。

②余裕をもって対応する

落ち着いて自然の笑顔で接します。困っている人をすぐに助けようと思って、こちらの気が急ぐと、その焦りや動揺が相手にも伝わってしまいます。

③声をかけるときは1人で

なるべく、一人で声をかけます。複数で取り囲んで声をかけると、恐怖心をおおひ、ストレスを与えます。

④背後から声をかけない

ゆっくり近づいて、本人の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけ、とくに背後からの声かけは相手を混乱させます。

⑤やさしい口調で

目の高さを合わせ、やさしい口調を心がけます。一生懸命なあまり強い口調になると「怖い」「嫌い」という印象を与え、そのあとのコミュニケーションがとりづらくなります。

⑥おだやかにはっきりした口調で

耳が聞こえにくい人もいます。ゆっくり、はっきり話すようにします。その土地の方言でコミュニケーションをとることも、安心感につながります。

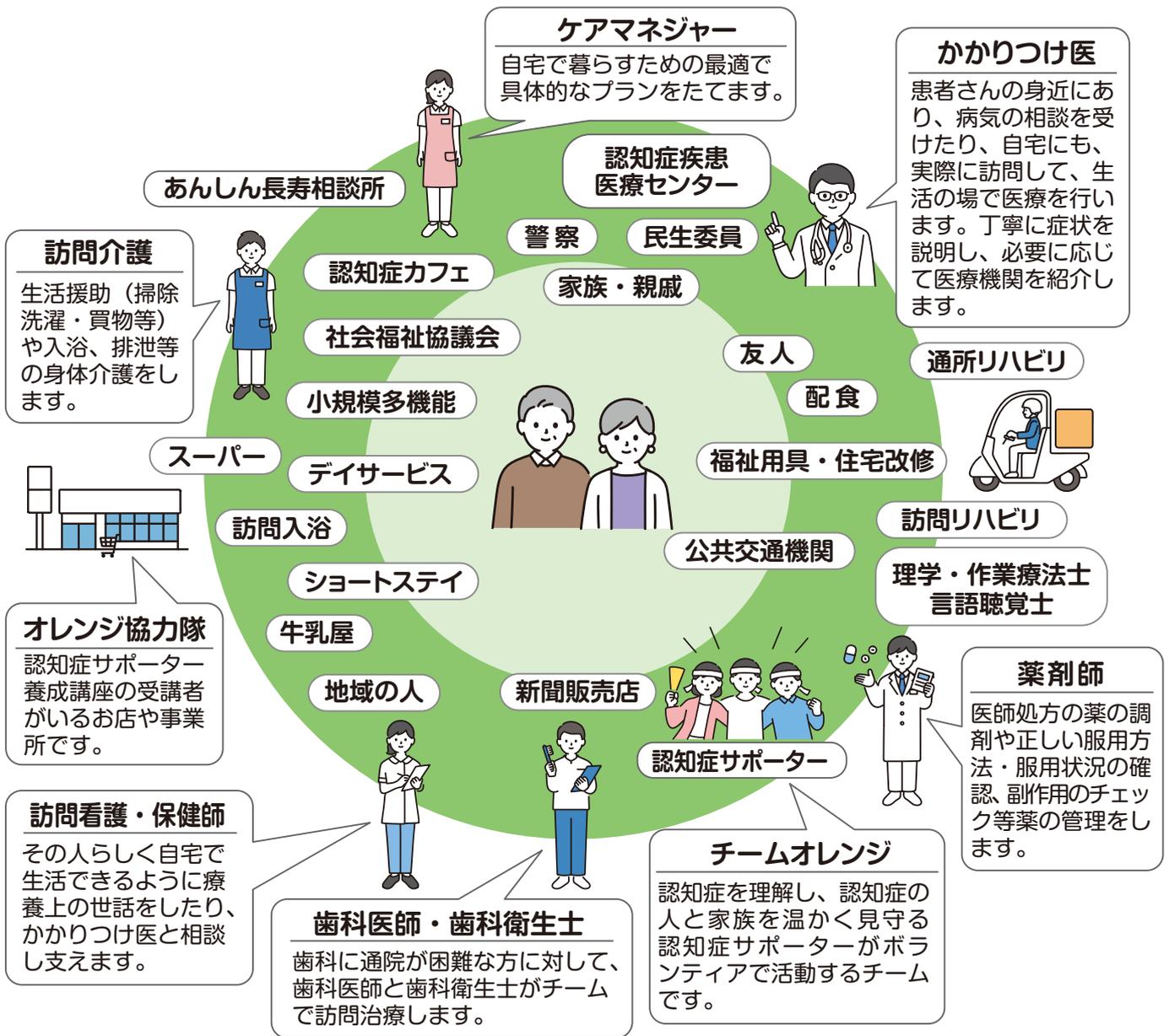
⑦会話は本人のペースに合わせて

いっぺんに複数の問いかけをしないように気をつけます。ひとことずつ短く簡潔に伝え、答えを待ってから次の言葉を発しましょう。先回りして、「つまり、〇〇ということですね」などと結論を急がず、ゆっくり聞き、相手の言葉を使って確認していくようにします。

「認知症サポーター養成講座標準教材 認知症を学びみんなで考える」より引用

認知症になっても地域の中で安心して暮らせるまち

医療により確定診断（認知症かどうかの診断）をする事も大切ですが、地域の中で認知症を理解してもらい、応援してくれる皆さんの力を借りながら、住み慣れたまちで暮らし続けることが、認知症の進行を遅らせ、症状を安定させる事もあります。在宅生活を応援してくれる以下のような方々があります。上手く活用していきましょう。

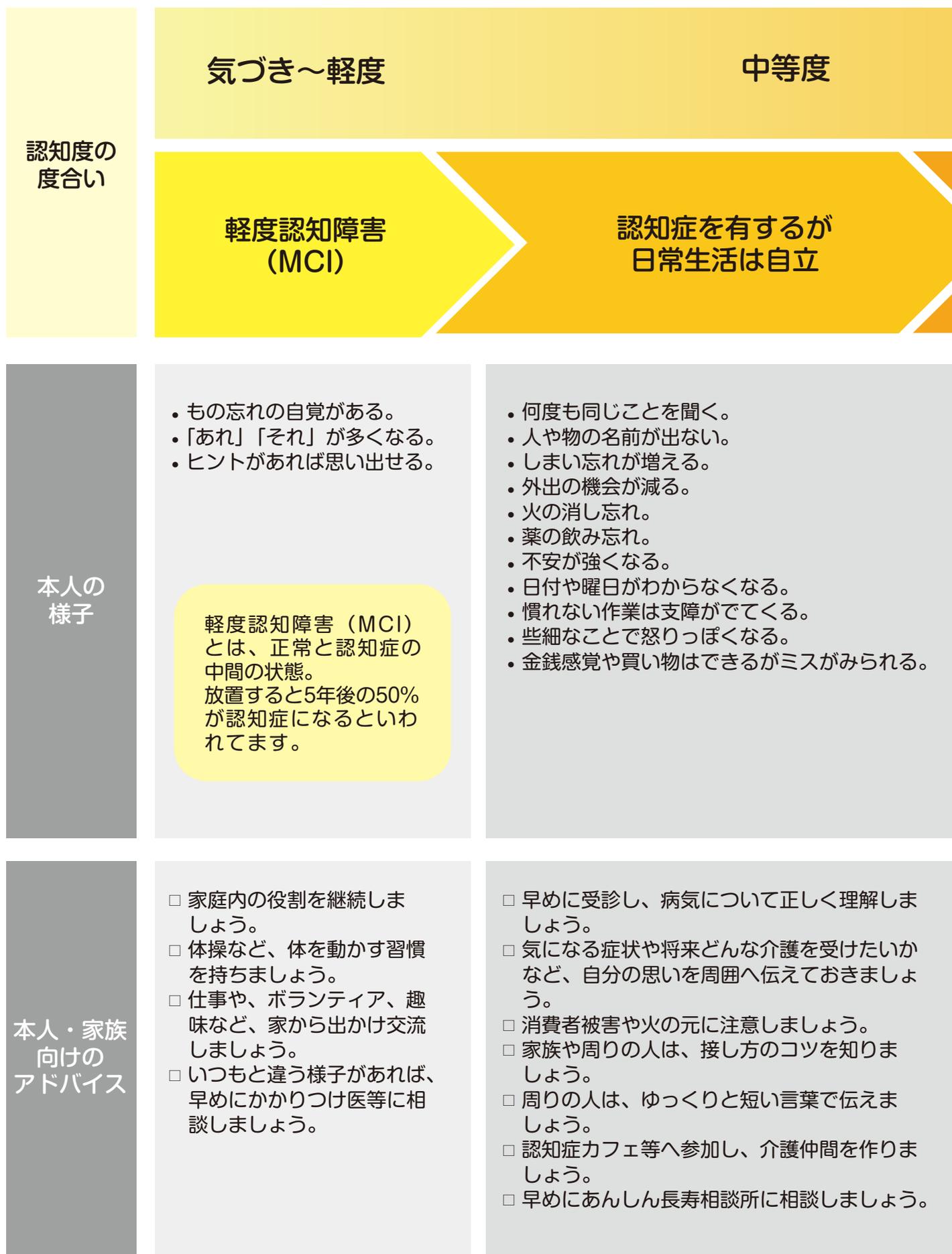


認知症SMILE大津を目指して・・・



認知症のケアは医療、介護、地域とともにという考え方が大切です。認知症の軽度から重度まで、必要なサポートを利用して住み慣れたまちで生活できるよう、「認知症SMILE大津」に取り組んでいます。あなたのまちにも必ず力になってくれる人達があります。

6. 認知症の経過と利用できる支援について



▶ 認知症の症状は時間の経過とともに変わっていきます。

重度

終末期

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

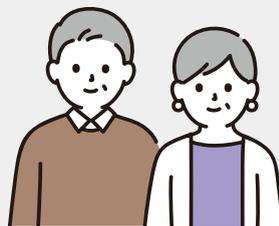
常に介護
が必要

- 薬の管理ができない。
- 電化製品が扱えない。
- 字が上手に書けない。
- 道に迷うことがある。
- 盗られた等の発言。
- 買い物や金銭管理などでミスが目立つ。
- 季節にあった服を選べない。
- 電話や訪問者の対応が一人では難しい。
- もどかしさ、憤り、焦り、孤独を感じる。

- 慣れない場所に行くことができない。
- 着替えや入浴、食事、排泄、洗面などに手助け、介護が必要になる。
- 遠くに住む子どもや孫、親しい人がわからなくなる。
- 時間・場所・季節がわからなくなる。
- もの忘れの自覚がなくなる。

- 表情が乏しくなって、話さなくなる。
- 食事、トイレ、入浴、移動など、生活の全てに介護が必要になる。
- 歩行困難となり、車椅子やベッド上での生活が長くなる。
- 飲み込みが悪くなり、誤嚥や肺炎を起こしやすくなる。

- かかりつけ医を持ち、受診を継続しましょう。
- できないことを無理強いしないようにしましょう。
- 通所サービスだけでなく、訪問や泊まりの介護サービスの利用も検討しましょう。
- 食事や買い物など、生活支援サービスを利用しましょう。
- 介護者自身の健康管理をしましょう。
- 介護は1人で抱え込まず、理解者や協力者を作りましょう。
- 介護負担が増えるため、早めに担当のケアマネジャーやあんしん長寿相談所に相談しましょう。



- 介護サービスを上手に利用しましょう。
- 必要に応じて施設等の情報収集をしておきましょう。
- できないことが増え、体調を崩しやすくなることを理解しましょう。
- 本人が安心できる環境づくりを心がけましょう。
- 終末期をどう迎えるか、家族でよく話し合い、かかりつけ医に伝えましょう。
- 介護者の健康や生活を大切にしましょう。

6. 認知症の経過と利用できる支援について

認知度の度合い	気づき～軽度	中等度	
		軽度認知障害 (MCI)	認知症を有するが日常生活は自立
相談する	認知症や福祉・介護など、高齢者の総合相談窓口（あんしん長寿相談所 P34・認知症初期情報提供やケアプランの作成、介護保険相談サービス利用の支援、居宅介護支援事業所		
医療	認知症の相談や診断・治療（かかりつけ医・認知症疾患医療センター・認知症サポート医） P22. 医療職が自宅へ訪問（かかりつけ医・歯科医・歯科衛生士・薬剤師） P22, P23（訪問リハビリ		
介護	通う場所	介護予防事業	通って生活に関する機能訓練やレクリエーション、入浴、食事提供
	家事や介護の手助け	自宅で受けるサービス（訪問介護、訪問入浴、訪問リハビリ、訪問看護、居宅療養管理指導、小規模短期間宿泊して受けるサービス（ショートステイ、小規模多機能型居宅介護等、看護小規模多機	
	住まいを整える		福祉用具の貸与や購入、住宅改修 P25
	入所		認知症対応型共同生活介護（グループホーム）、特別養護老人ホーム、介護療養型医療施設、介護軽費老人ホーム（ケアハウス）、サービス付き高齢者向け住宅 P25
権利擁護	お金の管理や財産のこと・契約に関すること（成年後見制度：法定後見制度・任意後見制度）、		
家族支援	介護経験者による認知症の人と家族等の集い（認知症の人と家族の会） P27 男性介護者 認知症カフェ、若年性認知症の相談 P28		
暮らしの支援	配食サービス、寝具丸洗いサービス、紙おむつサービス P28、小規模住宅改造費 詐欺や悪徳商法等の相談（消費者ホットライン、消費生活センター） P29 運転免許自主返		
見守り		地域の見守り（民生委員児童委員、学区社協、高齢者等	
		行方不明情報配信（行方不明	

※まずは相談から始めましょう。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利用していきましょう。



7. 利用できる制度やサービス、相談機関等の一覧



下の一覧は「認知症ケアパス」の表（20ページ）と同じ色になっています。

お問合せ先

● あんしん長寿相談所（地域包括支援センター）（34ページ参照）

あんしん長寿相談所は、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、福祉・介護・保健等が一体となって、高齢者の生活を支える相談機関です。社会福祉士・主任介護支援専門員・保健師等の専門職が連携して、介護サービスをはじめ福祉サービス・権利擁護・高齢者虐待等、さまざまな相談を来所や電話でお受けします。



また、必要に応じてご自宅を訪問させていただき相談をお受けします。

※「あんしん長寿相談所」は「地域包括支援センター」の天津市での愛称です。

● 認知症初期集中支援チーム（33ページ参照）

認知症は初期の対応が大切です。もの忘れや、気がかりな行動などの相談にのり、必要に応じて複数の専門職員がサポートします。

● 居宅介護支援事業所

介護が必要な人が適切な介護サービスを利用できるよう、本人や家族の要望を伺いながら、サービスの計画（ケアプラン）を作成し、支援する事業所です。所属する介護支援専門員（ケアマネジャー）が、介護に関する様々な相談に応じます。

● 認知症相談窓口協力事業所

認知症の人やその家族に対しては、認知症の知識や介護技術に加え、精神面も含めた様々な支援が重要であることから、認知症介護の専門職や介護経験者等が対応する、誰もが気軽に相談できる窓口として、認知症相談窓口を設置しています。

認知症相談窓口

お気軽に
ご相談ください



認知症の診断・治療や相談

● かかりつけ医

身近にあり、患者の病歴や生活環境を踏まえた上で診療や健康相談を行い、病状の説明や治療をします。必要に応じて認知症の専門医療機関の紹介もします。



● 認知症疾患医療センター

認知症における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、認知症の行動・心理症状の急性期対応等を行う専門医療機関です。

- 琵琶湖病院 認知症疾患医療センター ビスタリ
大津市坂本一丁目8-5 TEL 077-578-2024
- 瀬田川病院 認知症疾患医療センター
大津市玉野浦4-21 TEL 077-543-1441

※受診の際は事前に予約が必要です。かかりつけ医がいる場合は紹介状も必要です。

● かかりつけ歯科医

身近にあり、歯科診療や口腔ケア、健康相談を患者のライフスタイルに応じて提供する歯科医です。場合により、歯科診療を自宅等への訪問で提供することもあります。

● 滋賀県認知症相談医

滋賀県と滋賀県医師会が協働で開催する認知症研修終了後、認知症相談医となることに承諾した医師が認知症相談医となります。

● 認知症サポート医

認知症診療に習熟し、かかりつけ医への助言や支援を行い、専門医療機関や地域包括支援センター等との連携の推進役になる医師です。

- 認知症相談医、認知症サポート医、医療機関一覧表
滋賀県のホームページで閲覧できます。
<http://www.pref.shiga.lg.jp> ※トップページのURLです。



● 薬剤師

薬についてわからないことや、心配ごとなどの相談は、かかりつけ薬局の薬剤師に相談しましょう。



● 認知症メール相談（公益社団法人 大津市医師会）

大津市医師会では認知症かなと悩んでいる本人やその家族に、医学的な立場からの助言をするメール相談を開設しています。

下記URLよりご利用ください。

ホームページアドレス：<http://www.otsu.shiga.med.or.jp/>



● もの忘れ相談（医師による個別相談）

「認知症かな？」と悩んでいる本人・家族等を対象に、公益社団法人 大津市医師会の会員（認知症サポート医）が認知症の医療について、個別に相談を受けています。相談は無料、予約制です。

お問合せ：長寿福祉課（TEL 077-528-2741）

最寄りのあんしん長寿相談所（34ページ参照）

日常生活を支援して欲しい 介護サービス、住まいを整えたいなど

介護保険サービスの利用にあたっては、まずは、居宅介護支援事業所に所属する介護支援専門員（ケアマネジャー）に依頼するなどして、サービス計画（ケアプラン）を作成する必要があります。

●訪問介護

訪問介護職員（ホームヘルパー）が入浴、排泄、食事などの身体介護や、掃除、洗濯、調理などの生活援助、通院などのための乗降介助を行います。

●訪問入浴介護／介護予防訪問入浴介護

介護職員と看護職員が浴槽付車両で訪問し、入浴の介護を行います。

●訪問リハビリテーション／介護予防訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問し、リハビリテーションを行います。

●訪問看護／介護予防訪問看護

看護師などが訪問し、療養上の世話や診療の補助を行います。

●居宅療養管理指導／介護予防居宅療養管理指導

通院できない方に、医師、歯科医師、薬剤師などが訪問し、療養上の管理や指導を行います。

●通所介護

デイサービスセンターなどに日帰りで通い、入浴、食事、機能訓練などを行います。

●通所リハビリテーション／介護予防通所リハビリテーション

介護老人保健施設や病院などに日帰りで通い、入浴、食事、リハビリテーションなどを行います。

●短期入所生活介護／介護予防短期入所生活介護

特別養護老人ホームやショートステイ事業所に短期間入所し、日常生活上の介護や予防のための支援、機能訓練を行います。

●小規模多機能型居宅介護／介護予防小規模多機能型居宅介護 **地域密着型**

通所を中心として、利用者の状態や希望によって訪問や宿泊のサービスを組み合わせ、多機能なサービスを提供し、自宅での生活の継続を支援します。

●看護小規模多機能型居宅介護 **地域密着型**

小規模多機能型居宅介護と訪問看護の組み合わせを基本とし、看護と介護サービスの一体的な提供により医療ニーズの高い要介護者の自宅での生活の継続を支援します。

●定期巡回・随時対応型訪問介護看護 **地域密着型**

定期的な巡回や随時通報への対応など、利用者の心身の状況に応じて24時間365日必要なサービスを提供します。

●認知症対応型通所介護／介護予防認知症対応型通所介護 **地域密着型**

認知症の方を対象に、デイサービスセンターなどで入浴、食事、機能訓練などを行います。

●地域密着型通所介護 **地域密着型**

定員18人以下のデイサービスセンターなどに日帰りで通い入浴、食事、機能訓練などを行います。

● **福祉用具貸与／介護予防福祉用具貸与**

日常生活の自立を助けるための福祉用具を要介護度に応じてレンタルできます。
要支援1～2、要介護1の方でも歩行補助杖や歩行器などを利用できます。

● **特定福祉用具購入／特定介護予防福祉用具購入**

入浴や排泄などに使用する福祉用具を、1割、2割または3割の自己負担で購入できます。

● **住宅改修／介護予防住宅改修**

自立を支援するための住宅改修工事を、1割、2割または3割の自己負担で行うことができます。原則として、工事を行う前に申請が必要です。

● **認知症対応型共同生活介護（グループホーム）** **地域密着型**

認知症の方が、少人数（5～9人程度）でそれぞれ個室を持ち、介護職員とともに共同生活をしながら介護を受けます。要支援1の方は利用できません。

● **地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護（地域密着型特別養護老人ホーム）** **地域密着型**

常に介護が必要で、自宅での生活が困難な方が入所し、日常生活上の介護を受けます。定員29人以下の特別養護老人ホームです。

● **介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）**

常に介護が必要で、自宅での生活が困難な方が入所し、日常生活上の介護を受けます。原則として要介護3～5の人が対象です。

● **介護老人保健施設**

病状が安定していて入院治療の必要のない方が入所し、在宅復帰できるよう、看護・医学的管理下でのリハビリテーションを中心に、日常生活の介護を受けます。

● **介護療養型医療施設**

急性期の治療を終えて病状が安定し、医学的管理下での長期間の介護や療養を必要とする方のための医療施設です。

● **軽費老人ホーム（ケアハウス）**

家庭環境、住宅事情などの理由により居宅において生活することが困難な方が入所でき、低額な料金で、生活上必要なサービスを提供する施設です。

● **有料老人ホーム**

①入浴、排泄または食事の介護、②食事の提供、③洗濯、掃除等の家事、④健康管理のいずれかの事業を行う施設です。

● **サービス付き高齢者向け住宅**

状況把握サービス、生活相談サービス等の福祉サービスを提供する住宅です。

地域密着型・・・要支援、要介護状態になっても、住み慣れた地域で、安心して生活を続けていくためのサービスです。原則として、大津市民の方が他市町村でこのサービスを利用することはできません。

権利を守る

● 成年後見制度

認知症などで判断能力が低下すると、不動産や預貯金などの財産を管理したり、身のまわりの世話のために介護などのサービスや施設への入所に関する契約を結んだり、遺産分割協議をしたりするのが難しくなります。また、自分に不利益な契約でも適切な判断ができないまま契約を結び、詐欺や悪質商法などの被害に遭う恐れもあります。

成年後見制度は、このような判断能力が低下した人を法律面や生活面で保護・支援する制度です。

法定後見制度・・・本人の判断能力の程度等により、「後見」「保佐」「補助」のいずれかの3段階に分けられています。本人、配偶者、子などの四親等以内の親族等の申し立てにより、家庭裁判所が選任した後見人が「財産管理」及び「身上監護（介護サービスの手配や施設入所の契約などの手続きをする）」を行います。

任意後見制度・・・元気なうちに、将来、判断能力が低下したとき、誰（後見人）に何（代理権を与える契約内容）を頼むかを自分で決め、公証人役場で任意後見契約公正証書を作成し、契約を結びます。実際に能力が低下した時点で、親族や任意後見人が家庭裁判所に申し立て、後見事務が開始されます。

▼ 成年後見制度の利用についてのお問合せ先

- 大津家庭裁判所 TEL 077-503-8156
- 認定特定非営利活動法人 あさがお TEL 077-522-0799
- 大津市権利擁護サポートセンター TEL 077-523-7558
- 滋賀県司法書士会（リーガルサポート） TEL 077-525-1093
- 滋賀県社会福祉士会 TEL 077-561-3811
- 最寄りのあんしん長寿相談所（34ページ参照）

● 地域福祉権利擁護事業（日常生活自立支援事業）

認知症・知的障害・精神障害等により、財産管理や福祉サービスの利用手続きに不安を感じておられる方に対して、利用契約に基づき、生活費等の管理を行う、「日常の金銭管理サービス」や保険証類や契約書類等の管理を行う「書類預かりサービス」、その他、「福祉サービス利用手続きの援助」などを行うことにより、ご本人の暮らし方のお手伝いをする事業です。

※事業の利用を希望される方に対して、職員が事業及び支援内容を説明します。その後、ご本人の困りごとや支援に関する希望をお聞きし、利用契約後に支援を開始します。

お問合せ・ご相談は
社会福祉法人大津市社会福祉協議会
TEL 077-525-9316



おおつ ひまりん

家族への支援

- **認知症の人を介護する「大津市男性介護者のつどい」**
男性介護者が本音で介護の悩みを話せる場です。
場 所：明日都浜大津ふれあいプラザ
参加は無料です。
※日程等は、下記へお問合せください。
お問合せ：長寿福祉課 TEL 077-528-2741
最寄りのあんしん長寿相談所（34ページ参照）

- **公益社団法人 認知症の人と家族の会（略称：家族の会）滋賀県支部**
認知症介護経験者が、親身になって相談に応じています。
連絡先：認知症の人と家族の会滋賀県支部
お問合せ：TEL 077-567-4565（FAXも同じ）
電話相談フリーダイヤル：TEL 0120-294-473（滋賀県委託事業）
（月曜日～金曜日 10：00～15：00）
（土日・祝日、お盆、年末年始は除く）
※面談（秘密厳守）を希望される方は、上記時間に「家族の会」滋賀県支部へお越しください。

- **介護者のつどいの場**
認知症の人やその家族が介護の悩みなどを話せる場です。
 - ▼あやめの会
日 時：毎月第4火曜日 10：00～12：00
場 所：南はびすこ
 - ▼さつき会
日 時：毎月第3火曜日 13：30～15：30
場 所：滋賀コミュニティセンター
 - ▼バラの会
日 時：毎月第3木曜日 10：00～12：00
場 所：小野コミュニティセンター2階第2会議室
 - ▼つどいふたば
日 時：毎月第1木曜日 10：30～12：30
場 所：平和堂坂本店3階コミュニティルーム
 - ▼談笑の会すみれ
日 時：毎月第3水曜日 10：00～12：00
場 所：北はびすこ
 - ▼カフェでんでんむし
日 時：毎月第2月曜日 10：00～12：00
場 所：南小松自治会館
 - ▼ケアメン南郷（男性介護者のつどい）
日 程：毎月第4金曜日 13：00～15：00
場 所：南はびすこ上記のお問合せ：認知症の人と家族の会滋賀県支部
TEL 077-567-4565（FAXも同じ）
電話相談フリーダイヤル：0120-294-473

● 「認知症カフェ」

認知症の人やその家族、認知症に関心のある人を対象にした集いの場です。
認知症の人やその家族が同じ立場で経験を共有したり、参加者同士やスタッフで認知症の相談に応じることもあります。

※開催場所や日程等は、下記へお問合せください。

お問合せ：長寿福祉課 TEL 077-528-2741

最寄りのあんしん長寿相談所（34ページ参照）

● 若年性認知症の相談について

▼社会福祉法人 仁至会 認知症介護研究・研修大府センターでは、
「若年性認知症コールセンター」を開設し相談を受け付けています。
フリーコール 0800-100-2707（電話通話相談は無料です。）
（月曜日～土曜日 10：00～15：00（祝日、年末年始は除く））

ただし水曜日 10：00～19：00

▼滋賀県若年認知症コールセンター（医療法人 藤本クリニック内）
若年認知症に関する相談や、当事者・家族を支える会などを紹介します。
相談専用電話 TEL 077-582-6032

▼滋賀県若年性認知症相談窓口
認知症疾患医療センターにおいて相談に応じてくれます。

○琵琶湖病院 認知症疾患医療センター ビスタリ

大津市坂本一丁目8-5 TEL 077-578-2024

○瀬田川病院 認知症疾患医療センター

大津市玉野浦4-21 TEL 077-543-1441

暮らしの支援

● 配食サービス

（お問合せ：最寄りのあんしん長寿相談所またはケアマネジャー）

65歳以上の一人暮らし高齢者等へ原則最大週5日まで昼食を配達し、食生活リズムと栄養バランスを整えるとともに、安否確認も行います。

● 寝具丸洗いサービス

（お問合せ：お近くの担当民生委員または最寄りのあんしん長寿相談所）

寝たきりや認知症により常時臥床している65歳以上の在宅高齢者の寝具を年に1回一人につき2枚まで丸洗いし乾燥します。（例年7月頃申込受付）

（所得制限等の要件があります。）

● 紙おむつサービス

（お問合せ：お近くの担当民生委員、最寄りのあんしん長寿相談所またはケアマネジャー）

寝たきりや認知症のため、24時間、紙おむつを必要としている65歳以上の在宅高齢者に対し、紙おむつ、尿取りパッド、おしり拭き、介護用手袋と交換できる紙おむつ受給券を支給します。（所得制限等の要件があります。）

●小規模住宅改造費助成

(お問合せ：最寄りのあんしん長寿相談所またはケアマネジャー)

要支援・要介護認定を受けている日常生活動作能力の低下した65歳以上の高齢者の排泄や入浴、移動などを容易にするために行う住宅の改造経費の一部を助成します。(介護保険の住宅改修が優先、事前に申請が必要です。)

●消費生活相談について

消費生活における契約や商品などに関する相談に応じます。

月～金曜日 9：00～17：00 (土日・祝日、年末年始は除く)

▼消費者ホットライン

TEL (局番なし) 188 (いやや!)

消費生活センター、滋賀県消費生活センターまたは国民生活センターにつながります

▼消費生活センター

大津市浜大津四丁目1-1 明日都浜大津4階 TEL 077-528-2662

消費生活相談に応じています。

●運転免許証自主返納について

高齢者免許自主返納制度は、運転に不安を感じている高齢者ドライバーの方に対して、自主的に運転免許を返納しやすい環境づくりを行い、また、その家族や地域で高齢者の運転について考える機会をつくることで高齢者ドライバーの交通事故を防止することを目的としています。

- 一定の病気等を理由に運転に不安のある人の相談を受けています。

▼滋賀県警察本部 交通部運転免許課 (運転免許センター)

TEL #8080もしくは、TEL 077-585-1255

(相談受付は、土・日・祝日を除く8：30～17：00)

- 自主返納 (申請による運転免許の全部取消) し、交付を受けた「運転経歴証明書」を掲示することで、支援協賛店において各種割引サービス等を受けることができる「運転免許証自主返納高齢者支援制度」の拡充を進めています。

【お問合せ】

▼滋賀県大津警察署 交通課 TEL 077-522-1234 [代表]

▼滋賀県大津北警察署 交通課 TEL 077-573-1234 [代表]

●高齢者運転免許証自主返納等促進助成事業

運転免許証を自主的に返納した高齢者に対し、公共交通機関等の利用に要する費用の一部を予算の範囲内において助成することにより、高齢者の運転免許証の自主的な返納を促進し、もって高齢者による自動車の運転に伴う事故の防止を図ることを目的として、「高齢者運転免許証自主返納等促進助成事業」を実施しています。

お問合せ：自治協働課 TEL 077-528-2730

見守りや安否確認

● 民生委員児童委員

民生委員児童委員は、厚生労働大臣から委嘱されており、それぞれの担当地域において、関係機関・団体やボランティアと協力しながら、福祉に関する相談・援助活動を行っています。

● 学区社会福祉協議会

社会福祉協議会（社協）は、社会福祉法に基づき、地域福祉の推進を図ることを目的とする住民組織と社会福祉関係者から構成された民間団体です。学区社協ではそれぞれの地域で連携や福祉のコミュニティづくりを進めています。

● 高齢者等地域見守りネットワーク事業

高齢者等と接することの多い民間事業者等と連携することにより、異変のある高齢者等を早期に発見し、必要な支援を行うなど、地域社会全体で高齢者等を見守る体制を確保し、もって高齢者等が住み慣れた地域で安心して生活できるよう支援することを目的とする事業です。

● 行方不明高齢者早期発見ダイヤル

（お問合せ：最寄りのあんしん長寿相談所または長寿福祉課）

行方不明が発生した場合、行方不明者情報が協力機関にメール配信されます。情報を受け取った協力機関は、業務に支障がない範囲で行方不明者を気に掛けたり、本人を見かけた場合には警察に連絡します。

事前に登録することで協力機関へ必要な情報を迅速にメール配信でき、早期発見に繋がります。

● 認知症高齢者個人賠償責任保険事業

（お問合せ：最寄りのあんしん長寿相談所または長寿福祉課）

認知症の高齢者等が日常生活における偶発の事故により第三者に対して法律上の損害賠償責任を負った場合において、これを補償するための保険です。

認知症の人や介護するご家族等の不安と負担を軽減し、地域で安心して生活できる環境を整えることを目的としています。

対象は、認知症の診断を受けている在宅生活者で、行方不明高齢者早期発見ダイヤルの登録者です。

● 行方不明高齢者GPS位置情報探知システム利用支援事業

（お問合せ：最寄りのあんしん長寿相談所または長寿福祉課）

認知症の人が行方不明になった場合に早期発見に役立つGPS機器（居場所を探知できる装置）を貸し出します。

【GPS機能付き位置情報探知器とは？】

対象となる方が機器本体を持っていることで、家族や捜索者がインターネットを通じて居場所を知ることができる機器です。

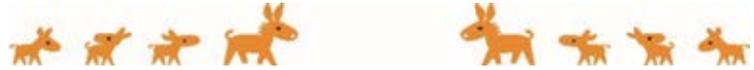
※（月々の利用料や警備員かけつけ費用等は自己負担となります。）

● 緊急通報装置

(お問合せ：お近くの担当民生委員または最寄りのあんしん長寿相談所)

おおむね65歳以上の一人暮らし等で、緊急の対応を要するような病気を持っておられる高齢者に対して、ボタンを押すことで、健康相談に応じたり、緊急時にはすみやかに消防局が駆けつけられる緊急通報装置を貸与します。

● 認知症サポーター養成講座



(お問合せ：長寿福祉課または最寄りのあんしん長寿相談所)

「認知症サポーター養成講座」を開催しています。



認知症キャラバン・メイト(講師)が認知症についてお話しします。

おおむね5名以上の団体。時間は90分程度。

受講者に認知症サポーターの証をお配りします。

「認知症サポーター」とは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る人のことです。

「認知症サポーター」は決して、何か特別なことをする人ではありません。

自分のできる範囲で活動したり、学んだ知識を友人や家族に伝えたり、認知症の人やその家族の気持ちを理解しようと努めることも、サポーターの活動のひとつです。

● 認知症の人にやさしいお店・事業所「オレンジ協力隊」

認知症サポーター養成講座を受講された店舗・事業所の中から賛同・協力がいただける店舗等に「オレンジ協力隊」となっています。「認知症の人にやさしいお店・事業所」として、地域の中で見守りや、来客対応等の中で認知症の人やその疑いのある人で気になることがあった時に、あんしん長寿相談所等の相談窓口へつないでもらうことなどを目的としています。



『認知症啓発ウィーク』 9月15日～30日

敬老の日、世界アルツハイマーデー(9月21日)を含む約2週間を、大津市では『認知症啓発ウィーク』として様々な取組を行っています。

市民公開講座や街頭啓発活動など、毎年イベントを行ったり、啓発ティッシュを配るなどの活動をしています。



●高齢者虐待の防止について

認知症が進行し、介護負担が増すことにより養護者が心身ともに疲労して、追いつめられたり、適切な介護の仕方が分からないため不適切な対応になるなど、結果として虐待へと発展してしまふことがあります。

高齢者の尊厳を守り、住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らせるためには、高齢者虐待が誰にでも起こりうるものと捉え、地域社会全体で高齢者と家族を支えあっていくことが必要です。

高齢者虐待の類型とその例（○は具体例）

①身体的虐待

暴力的行為などで、身体にあざ、痛みを与える行為や、外部との接触を意図的、継続的に遮断する行為

○平手打ちをする、つねる、殴る、蹴る、無理矢理食事を口に入れる、やけど・打撲させる。

○ベッドに縛り付けたり、意図的に薬を過剰に服用させたりして、身体拘束、抑制をする等

②介護・世話の放棄・放任（ネグレクト）

意図的であるか、結果的であるかを問わず、介護や生活の世話をを行っている者が、その提供を放棄または放任し、高齢者の生活環境や、高齢者自身の身体・精神的状態を悪化させていること。

○入浴しておらず異臭がする、髪が伸び放題だったり、皮膚が汚れている。

○水分や食事を十分に与えられていないことで、空腹状態が長時間にわたって続いたり、脱水症状や栄養失調の状態にある。

○室内にゴミを放置するなど、劣悪な住環境の中で生活させる。

○高齢者本人が必要とする介護・医療サービスを、相応の理由なく制限したり使わせない等

③心理的虐待

脅しや屈辱などの言語や威圧的な態度、無視、嫌がらせ等によって精神的、情緒的苦痛を与えること。

○怒鳴る、ののしる、悪口を言う。

○侮辱を込めて、子どものように扱う。

○排泄の失敗を嘲笑したり、それを人前で話すなどにより高齢者に恥をかかせる。

○高齢者が話しかけているのに意図的に無視をする等

④性的虐待

本人との間で合意が形成されていない、あらゆる形態の性的な行為またはその強要。

○排泄の失敗に対して懲罰的に下半身を裸にして放置する。

○キス、性器への接触、セックスを強要する等

⑤経済的虐待

本人の合意なしに本人の財産や金銭を使用し、本人の希望する金銭の使用を理由無く制限すること。

○日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせない。

○本人の自宅等を本人に無断で売却する。

○年金や預貯金を本人の意思・利益に反して使用する等

▼「虐待かも」と思ったらご連絡ください。

【平日（月～金） 9：00～17：00】

最寄りのあんしん長寿相談所（34ページ参照）

長寿福祉課 TEL 077-528-2741

【平日夜間及び休日】

大津市役所代表 TEL 077-523-1234

※担当部署に連絡が入り、対応します。

「虐待である」という証拠は必要ありません。通報者の秘密は守られます。

8. 市の機関について

認知症の困りごと・心配ごとの相談

認知症初期集中支援チーム（チームスマイルおおつ）

認知症の人や認知症の疑いのある人、そのご家族の自宅に訪問して、認知症の困りごとや心配ごとなどの相談に対応する、複数の専門職によるチームです。

認知症は誰もがなる可能性のある病気であり、早めの対応が大切です。ひとりで抱え込まず、気軽にご相談ください。

お問合せ：長寿福祉課 TEL 077-528-2741

認知症初期集中支援チームって どんなことをするの？

認知症の人や、そのご家族に対して、適切な医療サービスや介護サービスを紹介したりするために、認知症の専門職チームが自宅に訪問して、一定期間（おおむね6か月以内）集中的に関わります。

対象となる人は？

自宅で生活している40歳以上の認知症の人や認知症が疑われる人で、

- ◎認知症の診断を受けていない人や治療を中断している人
- ◎適切な医療や介護サービスを受けていない人
- ◎医療や介護サービスを利用しているも、症状が悪化して対応に悩んでいる人

が対象となります。

チーム員はどんな人たちなの？

医療、福祉、介護の専門職によって構成されています。

- 看護師
- 主任介護支援専門員
- 社会福祉士
- 介護福祉士
- 認知症専門医
（後方支援・アドバイザー）
など

どうして

「早めの対応が」大切なの？

早期発見・早期対応による3つのメリット。

- ◆治療により改善する場合があります。
- ◆進行を遅らせることが可能な場合があります。
- ◆今後の生活の準備をすることができます。

例えば、こんな時に相談を・・・



父が昨年の夏から認知症の様な症状が出てきて心配です・・・昔から病院嫌いで、かかりつけ医もいません。私から受診しようと誘っても嫌がります。どうしたらいいですか？

認知症のある妻が、1日中自宅にこもっています。このままだと認知症も進むのではないかと思い、デイサービスを利用しようと思ったのですが、乗り気ではありません。



8. 市の機関について

■ あんしん長寿相談所（地域包括支援センター）

「あんしん長寿相談所」は「地域包括支援センター」の愛称です。福祉・介護・保健が一体となって、高齢者の生活を支える相談機関です。認知症の相談にも応じます。

休日相談も実施しています

毎月第2土曜日と第4日曜日にあんしん長寿相談所のうち1か所を開所して休日相談（窓口または電話）を実施しています。予約制となりますので、詳しくはあんしん長寿相談所にお問合せいただくか、大津市のホームページをご覧ください。



<https://www.city.otsu.lg.jp/soshiki/020/1437/g/c/c/48696.html>

●開所時間

9：00～17：00（土日・祝日、年末年始は除く）
（※）比叡あんしん長寿相談所のみ10：00～

●平日夜間・休日の緊急時の連絡先

大津市役所代表 TEL 077-523-1234

名称 所在地	連絡先	担当地区
小松あんしん長寿相談所 大津市南小松90 (近江舞子しょうぶ苑内)	TEL 077-596-2260／077-596-2261 FAX 077-596-2262	小松・木戸
和邇あんしん長寿相談所 大津市和邇高城12 (和邇文化センター内)	TEL 077-594-2660／077-594-2727 FAX 077-594-4189	和邇・小野
真野あんしん長寿相談所 大津市真野四丁目24-38	TEL 077-573-1521／077-573-1522 FAX 077-573-1525	葛川・伊香立 真野・真野北
堅田あんしん長寿相談所 大津市本堅田三丁目17-14	TEL 077-574-1010／077-574-1080 FAX 077-574-1728	堅田・仰木 仰木の里 仰木の里東
比叡あんしん長寿相談所 大津市坂本七丁目24-1 (平和堂坂本店3階)	TEL 077-578-6637／077-578-6692 FAX 077-578-8120	雄琴・日吉台 坂本
比叡第二あんしん長寿相談所 大津市下阪本六丁目39-23 (セジュール日吉1階内)	TEL 077-579-5290／077-579-5291 FAX 077-579-5292	下阪本・唐崎
中第二あんしん長寿相談所 大津市南志賀一丁目7-27	TEL 077-521-1471／077-521-1472 FAX 077-521-1473	滋賀・山中比叡平

名 称 所在地	連絡先	担当地区
中あんしん長寿相談所 大津市浜大津四丁目1-1 (明日都浜大津5階)	TEL 077-528-2003／077-528-2006 FAX 077-527-3022	藤尾・長等 逢坂・中央
膳所あんしん長寿相談所 大津市膳所二丁目5-5 (さがみ川老人憩の家 内)	TEL 077-522-8867／077-522-8882 FAX 077-522-1198	平野・膳所
晴嵐あんしん長寿相談所 大津市粟津町1-18	TEL 077-534-2661／077-534-2662 FAX 077-534-2664	富士見・晴嵐
南あんしん長寿相談所 大津市南郷一丁目14-30 (南はびすこ 内)	TEL 077-533-1332／077-533-1352 FAX 077-534-9256	石山・南郷
南第二あんしん長寿相談所 大津市稲津一丁目17-12	TEL 077-546-6880／077-546-6881 FAX 077-546-6882	大石・田上
青山あんしん長寿相談所 大津市松が丘七丁目15-1 (松が丘デイサービスセンター内)	TEL 077-549-3195／077-549-3196 FAX 077-549-3197	上田上・青山
瀬田あんしん長寿相談所 大津市大江三丁目2-1 (瀬田市民センター 内)	TEL 077-545-3918／077-545-3931 FAX 077-543-4436	瀬田・瀬田南
瀬田第二あんしん長寿相談所 大津市大萱六丁目4-16	TEL 077-545-5760／077-545-5762 FAX 077-545-5820	瀬田東・瀬田北



MEMO

A series of horizontal dashed lines, spaced evenly down the page, providing a guide for writing. The lines are light blue and extend across the width of the page.

MEMO

A series of horizontal dashed lines, spaced evenly down the page, providing a guide for writing. The lines are light orange and extend across the width of the page.



大津市認知症 ガイドブック

認知症ケアパス

監修

松田 桜子（琵琶湖病院副院長）
青木 浄亮（瀬田川病院院長）

平成 22 年 4 月発行 第 1 版 1 刷
平成 24 年 1 月発行 第 2 版 1 刷
平成 28 年 3 月発行 第 3 版 1 刷
平成 30 年 4 月発行 第 4 版 1 刷
令和 2 年 4 月発行 第 5 版 1 刷
令和 4 年 4 月発行 第 6 版 1 刷
令和 5 年 7 月発行 第 7 版 1 刷
令和 7 年 7 月発行 第 8 版 1 刷

発行

大津市健康福祉部長寿福祉課
〒520-8575 大津市御陵町3番1号
TEL 077-528-2741 FAX 077-526-8382

