

認知症の症状とケアの流れ

※代表的な認知症の進行の例(右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態) ○認知症の原因となる病気の種類や個人の状況などにより、経過のたどり方には違いがありますので、あくまで大まかな目安としてみてください。病名や時期については自己判断せず、受診し、相談することをお勧めします。

変応進認
化じて行
たに症の

本人にみられる
様子、具体的な症状

準備や家族の心構えなど

主なサービス

お問い合わせ下さい。
※詳細についてはP.8の
地域包括支援センターまで

健常者

もの忘れは
気にならない



あれ? もの忘れかな?

- 人の名前や物の名前が思い出せないことがある。
- 会話の中で「あれ」「それ」などの代名詞がよくでてくる。
- 積極性がなくなり、人との付き合いや趣味、習い事などから足が遠のく。
- もの忘れの自覚がある。
- ヒントがあれば思い出すことができる。



もの忘れは多いけど、
身の回りのことは自分でできる。

- 待ち合わせの時間を間違えたり、約束したことを忘れたりする。
- 同じことを何度も聞く。
- 今までできていた料理や掃除などの家の段取りが悪くなる。
- 火の消し忘れが出始め、鍋を焦がすことがある。
- 薬の飲み忘れがある。
- 物を置いた場所が分からなくなる。
- 買い物の支払いや事務処理でのミスが増える。
- 意欲や自信をもてなくなる。一人でいるのが不安になる。



認知症(軽度)

誰かの見守りがあれば、身の回りの
ことはできる。

- 手順の多い料理などができなくなる。
- 使い慣れた道具の使い方が分からなくなる。
- 自宅から離れたところで道に迷うことがある。
- 薬やお金の管理が一人では難しくなる。
- 季節に合った服が選べなくなる。
- 毎日の入浴を忘れることがある。
- 電話や訪問者の対応が一人では難しい。
- 日にち、曜日、季節感がわかりにくくなる。
- 考えるスピードが遅くなる。
- 同時に複数のことが処理できなくなる。

認知症(中等度)

日常生活に手助けや介護が必要

- 着替えや食事、トイレなどがうまくできないことがある。
- 直近のことだけでなく、古い記憶も曖昧になってくる。
- 近所でも道に迷うことがある。
- いつ、どこで何をしていたかの出来事を忘れるようになる。
- 家事全般に支援が必要になる。
- 気持ちを言葉で上手く伝えられなくなる。



認知症(重度)

常に介護が必要

- トイレの失敗が多くなる。
- 運動機能が低下し、歩いたり、食べたりするのが困難になる。
- 言葉が減ってくる。意思疎通が難しくなる。



●「具体的に説明しづらいけど、何だか様子が変わっている」「いつもと違う」ということがあれば、医療機関や地域包括支援センターへ相談しましょう。(※MCIはわかりづらいため、受診する場合は、認知症専門の医療機関が望ましい。)
●本人はもの忘れが始める不安を感じています。話を聞き流すことなく、しっかり耳を傾け、できる限り本人に寄り添い、医療機関受診の際は、一緒に付き添いましょう。
●ご家族も不安を感じることがあるかと思います。認知症カフェや家族会などを利用し、リフレッシュしながら、認知症や介護保険のことを学ぶ機会を持ちましょう。
●本人が安心して過ごせる居場所を見つけ、積極的に交流する機会(趣味や地域のサークル活動などに参加するなど)をもつように協力しましょう。
●糖尿病や高血圧等の生活習慣病を予防するために健診をうけましょう。生活習慣病をもっている人は定期受診医師の指示の下、健康的な食生活や運動を取り入れ、きちんとコントロールできるよう協力ていきましょう!!

●介護保険のサービスなどを検討しましょう!!
●本人ができるることは継続できるよう見守りましょう。
●家族会、認知症カフェや研修会などに参加し、接し方の基本やコツなどを理解する。本人の失敗を注意するのではなく、さりげなくフォローをしましょう!!
●今後の生活設計(金銭、財産管理や書類整理、医療や介護への希望など)について本人の希望を聞き、家族間でどう支えていくかを話し合っておきましょう。
●介護で困ったことがあったら抱え込まず、早めに担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談しましょう。

●一人で抱え込み、休息も大事にしましょう。自分の気持ちを話せる相談場所を持ちましょう。また介護者自身の健康管理を定期的に行っていきましょう!!
●本人ができることは継続できるよう見守りましょう。
●介護サービスを上手に利用しましょう。困ったことがあれば担当ケアマネジャーや介護サービス事業者に相談しましょう。
●必要な時に様々な選択ができるよう、施設などの情報を集めたり見学に行ったりしておくのもいいでしょう。

●道迷いがみられる時は、相談機関に相談し、地域での見守り体制を整えましょう。
●判断力の衰えなどにつきこまれて、詐欺や悪徳商法などの被害にあう危険があります。成年後見制度などを利用して、被害を防ぎましょう。(成年後見制度は、認知症など判断能力が不十分な人に対し、成年後見人などの支援者が金銭管理や代理署名などをする制度です。)
●自宅での生活が困難となり施設へ入所をしたとしても、定期的に機会をつくり、本人とのふれあいを大事にしましょう。

●どのような最後の迎え方をしたいか、急変時の対応など主治医や介護スタッフなども含め家族間でよく話し合っておく。
●会話が困難になったとしても、表情や行動、以前の本人の希望等をくみ取り、スキンシップなどでコミュニケーションをとりましょう。
●自宅での生活が困難となり施設へ入所をしたとしても、定期的に機会をつくり、本人とのふれあいを大事にしましょう。

相談したい

うるま市地域包括支援センター／うるま市役所 介護長寿課／ケアマネジャー／うるま市認知症初期集中支援チーム／かかりつけ医／認知症サポート医／認知症疾患医療センターなど

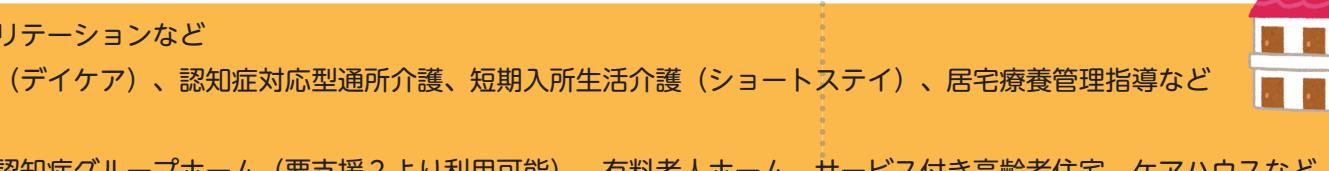
予防したい
悪化を防ぎたい
(介護サービスなど)

特定健診・長寿健診の受診、健康相談・電話相談、各介護予防事業(脳トレ教室等)



【自宅で利用するサービス】訪問介護(ヘルパー)、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーションなど

【自宅から通って利用するサービス】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)、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護(ショートステイ)、居宅療養管理指導など



【生活環境を整えるためのサービス】福祉用具貸与、住宅改修など

【生活の場を自宅から移して利用するサービス】特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、認知症グループホーム(要支援2より利用可能)、有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅、ケアハウスなど

困ったときのお手伝い
(見守りなど)

民生委員等や見守り隊による訪問／認知症サポート／食の自立支援サービス(配食サービス)／軽度生活支援事業／在宅高齢者等日常生活用具給付事業／福祉電話設置事業／緊急通報システム事業／ふれあいコール事業／救急医療情報キット配布事業／外出支援サービス事業／寝具洗濯・乾燥・消毒サービス事業
認知症高齢者等見守りSOSネットワーク事業(※道迷いが心配になってきたら登録しよう!!)、警察署(交番)

医療サービスを受けたい

かかりつけ医／認知症疾患医療センター／認知症の専門的な治療ができる医療機関／認知症初期集中支援チーム

※受診が困難な場合はケアマネジャーや地域包括支援センターまでご相談ください。

家族を支える
サービスが知りたい

家族介護リフレッシュ事業／認知症講演会／認知症カフェ(市内5ヶ所)／認知症の人と家族の会 沖縄中部地区会



権利を守りたい

うるま市民無料法律相談／うるま市民消費生活センター

日常生活自立支援事業／成年後見制度

経済面を支える
サービスが知りたい



在宅介護者手当支給事業／高齢者紙おむつ支給事業／家族介護慰労金支給事業

高額介護サービス費制度／高額医療・高額介護合算療養費制度／特定入所者介護サービス費／社会福祉法人等利用者負担額軽減制度／介護保険高額介護サービス資金貸付事業