

認知症の人・介護者を支える

ガイドブック

～いつまでも、あなたらしく安心して暮らせるように～



平成31年3月

直島町

《もくじ》

ページ

1. 認知症とは.....	1
2. こんなことはありませんか？（早期発見の目安）.....	1
3. 早期受診の利点は.....	2
4. 相談場所は.....	2
5. 相談・受診のポイント.....	2
6. 認知症の進行例.....	3
7. 認知症の症状.....	3
8. 認知症の人との接し方.....	4
9. その他の相談窓口.....	4
サービス一覧表 各種サービス内容.....	5～13
サービスガイド一覧表.....	14

1. 認知症とは



認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞がしんだり、働きが悪くなったために、様々な障害が起こり、生活するうえで支障がでている状態（およそ6ヶ月以上継続）をいいます。

認知症は、誰にでも起こりうる可能性があり、また、その症状は重いものばかりではありません。日常で、本人や家族に困ることが増えてきたら、認知症の可能性あります。（他人からみると、目に見える困った行動がなく普通に見えることもあります。）



健康な脳



脳の細胞がびまん性に死んで脳が萎縮する（アルツハイマー病などの変性疾患）



血管が詰まって一部の細胞が死ぬ（脳血管性認知症）

出典：認知症サポーター養成講座標準教材（特定非営利活動法人地域ケア政策ネットワーク 全国キャラバンメイト連絡協議会作成）

2. こんなことはありませんか？（早期発見の目安）



もの忘れ

- 置き忘れやしまい忘れが増えた。
- 財布・通帳などを盗まれたと人を疑う。
- 同じ物を何度も買ってくる。

判断・理解力のおとろえ

- 新しいことが覚えられない。
 - 話のつじつまが合わない。
- 等

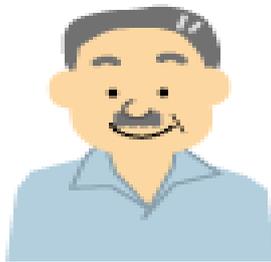
時間・場所が分からない

- 約束の日時や場所を間違える。
 - 慣れた所で道に迷う。
- 等



人柄の変化

- 怒りっぽくなった。
 - もの忘れを認めない。
 - 自分の失敗を人のせいにする。
 - 無表情になった。
- 等



意欲の低下

- 身なりを気にしなくなった。
 - 物事を面倒に感じたり、元気がなくなった。
 - 趣味など好きな事に興味がなくなった。
- 等

気付いた時が、相談の時です！！

3. 早期受診の利点は

例えば、甲状腺ホルモンの異常、正常圧水頭症、脳腫瘍などは、「認知症と似た症状」が現れることがあります。

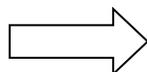
治療により、症状が改善または消失することがあります。



アルツハイマー型認知症では、

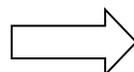
治療により、病気の進行を遅らせることが可能な場合もあります。

適切な治療やケアを受けることができると



認知症による
困った症状が
軽くなることもある。

認知症かどうか分かり、
介護の仕方が分かると



介助している人の
不安が軽くなる。

4. 相談場所は

- かかりつけ医…相談すると適切な病院を紹介してもらえます。
- もの忘れ外来…精神科、神経内科、心療内科など専門の医師が担当しています。
- 地域包括支援センター…本人や家族だけでなく、近所の方等からの相談も受け付けています
電話087-892-3400（住民福祉課内）（無料）。
- 認知症疾患医療センター…直島町民の方は、下記の病院です。無料の相談窓口があり、必要に応じて診察したり、地域の認知症専門医療機関の紹介等を行っています。

大西病院 …高松市上天神町336

電話087-865-3360

いわき病院 …高松市香南町由佐113-1

電話087-879-0275

5. 相談・受診のポイント

- 普段の様子を知っている人が付き添いましょう。
- 本人の様子や変化をメモに残し持参すると診断の参考となります。
- 本人へ病状を伝える方法について希望があれば、事前に伝えておきましょう。



メモに残す内容

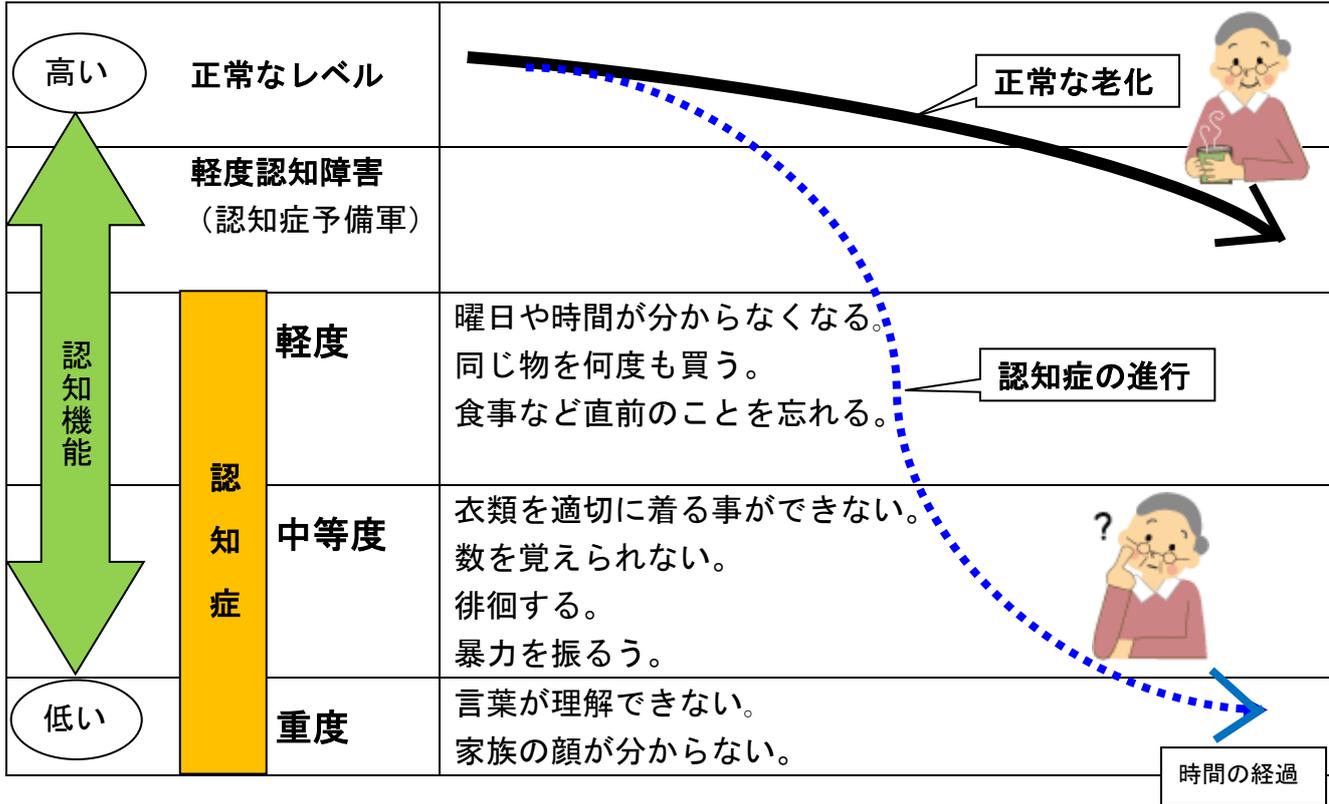
○いつ頃から、どの様な症状が出たのか（年月日と状態）

○本人の様子や言葉をありのままに書く

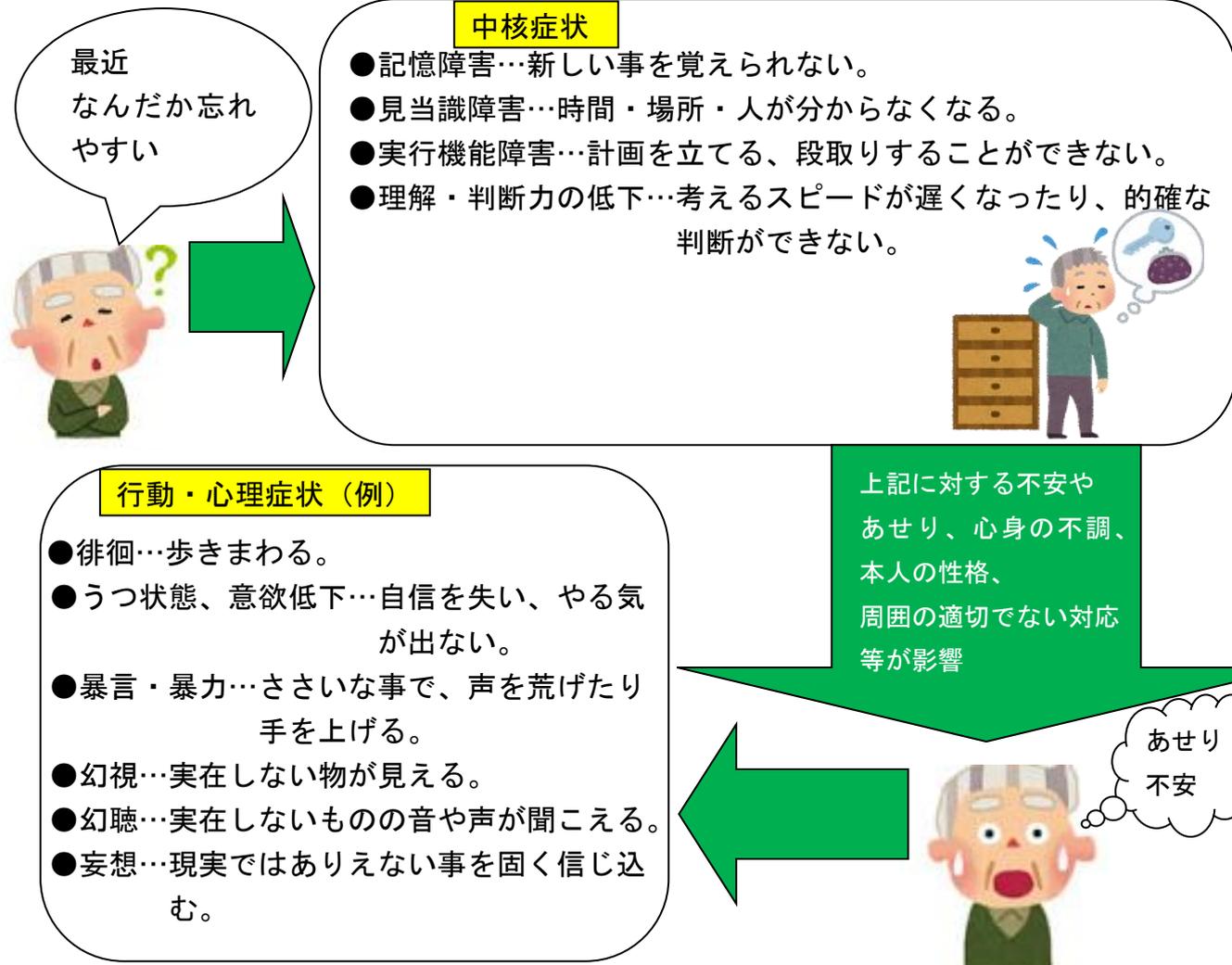
例：夕方になると、外へ出ようとして部屋の中を歩き回る。

6. 認知症の進行例

※認知症の種類により進行は異なりますが、時間の経過と共に重症化する事は共通しています。



7. 認知症の症状



8. 認知症の人との接し方

認知症になると（例）



3つの「ない」が大切です



1. 驚かせない …後ろから声をかけない。大声で呼ばない。怒らない
2. 急がせない …まずは見守り。
余裕をもって接する。
3. 自尊心を傷つけない …相手の言葉に耳をかたむけて。
分かり易い言葉、短い文章で説明する。
間違っていることも受け入れる。

★まわりの人の助けや接し方で、よくなる症状（行動・心理症状）があります。

（例）乱暴な言葉を言う「暴言」や、落ち込んだり意欲が湧かなくなる「うつ状態」など。

9. その他の相談窓口

地域包括支援センターのほか、次の窓口もご利用下さい。

○認知症の電話相談（社団法人認知症の人と家族の会）

電話受付：0120-294-456（月曜日から金曜日 午前10時から午後3時）

〔社団法人認知症の人と家族の会ホームページ〕

<http://www.alzheimer.or.jp>

サービス一覧表 各種サービスの内容

ここでは、「サービス一覧表」に掲載している各種サービスの内容について説明しています。サービス毎に番号を付けていますので、確認しながらご覧になってください。

なお、介護保険サービスについては、介護認定を受ける必要があります。
介護認定の申請についてのご相談は直島町役場住民福祉課にお尋ねください。

お問い合わせ

直島町役場 住民福祉課（介護保険係） TEL：087-892-2223

①生きがい型デイサービス

高齢者の生きがいと社会参加を促進し、孤独感の解消、身体機能の維持・向上を目的として、通所によるレクリエーション、趣味活動、入浴（見守り程度）、食事の提供を行います。

対象者：65歳以上の方

利用回数：・一般デイサービス 月2回程度

- ・ほのぼの班（一般の内容と合わせ、手芸を行います） 毎週土曜日
- ・プール班（一般の内容と合わせ、プールで体操を行います） 毎週金曜日

お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458



②栄養相談

健康の維持・増進、生活習慣病、特に糖尿病や慢性腎臓病等の生活習慣病を予防するために、管理栄養士と保健師が食生活の改善に関することの相談に応じます。

（例：バランスのとれた食事・減塩料理の作り方）

生活習慣病予防は認知症予防にもつながりますので、ご相談ください。

お問い合わせ

住民福祉課 保健予防係 TEL：087-892-3400



③健康相談

2ヶ月に1回（偶数月）、管理栄養士と保健師が、乳児から高齢者までの方の健康維持・増進に関する相談を受けます。また、介護食等に関する情報もお伝えします。

タブレット放送、広報紙等で開催場所をご確認ください。

訪問指導を希望される方は、3日前までに住民福祉課までご連絡ください。

お問い合わせ

住民福祉課 保健予防係 TEL：087-892-3400

④楽しく ひざ痛こし痛 予防・改善教室

対象者：おおむね60歳以上

内容：主に椅子に座り、ひざや腰の痛みを予防・改善するための体操を行います。
ゆっくりと無理のない範囲で行い、分かりやすい教室です。月1回行います。

お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



⑤機能訓練教室

対象者：おおむね要支援1・2、要介護1～3の方

内容：理学療法士等が参加者の基本的動作能力の回復を図るため、身体の障害の程度に合わせた運動やリハビリを行う教室です。月1回行います。
ご希望の方は送迎します。

お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



⑥シルバーカルチャー教室

60歳以上の方を対象に、生涯をより楽しく豊かにするための講座を行っています。
年間13回、「アタマ元気脳トレ教室」「園児とのふれあい交流会」「レクリエーション」
「暮らしのセミナー」等の講座があります。

お問い合わせ（入会申込み）

直島町教育委員会 TEL：087-892-2882

⑦体育協会（同好会）

卓球、ソフトバレー、バドミントン、グラウンドゴルフ、ゴルフ等の運動を各々の同好会が行っています。

お問い合わせ（入会申込み）

直島町教育委員会 TEL：087-892-2882



⑧文化協会（同好会）

ちぎり絵、書道、女文楽、日舞、生け花、俳句、編物、パッチワーク、詩吟、コーラス、大正琴、カラオケ、ヨーガ、フラダンス等の同好会があります。

お問い合わせ（入会申込み）

直島町教育委員会 TEL：087-892-2882



⑨婦人会

女性の修養・趣味・社会活動などを目的として下記の活動を行っています。

主な活動と対象者

婦人学級…リフォーム教室、料理、赤十字奉仕団活動、スポーツによるふれあい活動等の教室など。対象は一般の方、会員。

上記以外の活動も行っています。

お問い合わせ

直島町教育委員会 TEL：087-892-2882



⑩老人クラブ

対象者：おおむね60歳以上の方

積浦、本村、宮ノ浦、文教区、屏風島の各地区に老人クラブがあり、地区によって、対象年齢に違いがあります。

活動内容：仲間づくりをとおして、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行います。

- (例) { 誕生会、旅行、友愛訪問
研修会（自主防災、交通安全、介護保険等に関すること）
奉仕活動（各地区の空き缶拾い等） 等

お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458

⑪小規模多機能型居宅介護（介護保険サービス）

通所を中心に利用者の選択に応じて訪問やお泊りなど、組み合わせたサービスを受けられます。

介護保険サービスになりますので、詳しい内容は担当のケアマネージャーか、町役場にお尋ねください。

お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400

⑫通所介護（介護保険・総合事業サービス）

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。（事業所名：レファシード直島デイサービスセンター、デイサービス絆）

介護保険・総合事業サービスになりますので、詳しい内容は担当ケアマネージャーか、町役場にお尋ねください。

お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



⑬シルバー人材センター

高齢者（おおむね60歳以上の方）が、経験と能力を活かしながら、働くことを通じて地域社会に貢献し、生きがいと追加的収入を得ることを目的として活動しています。

お問い合わせ（入会申込み）

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458

⑭給食サービス

対象者と内容：

- 75歳以上の独り暮らしの方……毎月第2、第4火曜日にお弁当を配達します。
 - 80歳以上の夫婦のみの世帯……毎月第3火曜日にお弁当を配達します。
- ※上記は共に午後3時からの配達です。一食250円。（8月はお休み）

お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458



⑮惣菜宅配サービス

ご自宅まで管理栄養士が手作りした惣菜を配達します。1ヶ月の献立表があります。前日までにご注文ください。

お問い合わせ

森下和子 TEL：087-892-2852

⑯商品宅配サービス

80歳以上の方と介護保険認定者・障害者手帳をお持ちの方は、宅配料無料でご自宅まで配達します。（それ以外の方も、宅配料が必要ですが家まで配達することができます。）

お問い合わせ

三菱マテリアル直島生活協同組合 TEL：087-892-2121



⑰独居高齢者の見守りサービス

対象者：おおむね70歳以上の希望者（介護保険サービスを受けていない方）

内容：週1回程度、ご自宅に看護師やホームヘルパー等が訪問や電話等により、安否確認を行います。

お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458



⑱緊急通報装置

対象者：ひとり暮らしの高齢者

内容：ご自宅の電話に機械を接続し、あらかじめ通報先の電話番号（3件まで）を登録することで、いざという時にボタンひとつで緊急を通報する事ができます。



お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458

⑲福祉用具貸与（認知症高齢者徘徊感知器含む）（介護保険サービス）

日常生活の自立を助けるための福祉用具をレンタルするサービスです。

また、認知症高齢者が徘徊された場合にお知らせする機器等もあります。

介護保険サービスになりますので、詳しい内容は担当のケアマネージャーか、町役場にお尋ねください。



お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400

⑳福祉用具購入（介護保険サービス）

入浴や排泄に使用するもの等で、衛生的にレンタルに不向きな特定の福祉用具（利用者の自立した生活や家族の介護負担軽減のためのもの。）を購入した場合に、購入費用の9～7割（割合は負担割合証に記載しています。）が支給される制度です。



お問い合わせ

住民福祉課 介護保険係 TEL：087-892-2223

㉑訪問介護（介護保険・総合事業サービス）

ホームヘルパーが居宅を訪問し、食事や掃除、洗濯、買い物などの身体介護や生活援助を行います。

介護保険・総合事業サービスになりますので、詳しい内容は担当のケアマネージャーか、町役場にお尋ねください。

お問い合わせ先

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



⑳成年後見制度

対象者：判断能力が十分でない方（認知症、知的障がい、精神障がい等）

内 容：その人らしい生活がおくれるようにするため、家庭裁判所が決定した人（後見人等）や、本人があらかじめ選任して契約した人（任意後見）が財産管理、介護サービスに関する契約などの法律行為を支援してくれる制度です。（※家庭裁判所に申立てを行う必要があります。）この制度を上手に利用することによって悪徳商法などの被害を防ぐことができる場合があります。



お問い合わせ

- ・高松家庭裁判所 TEL：087-851-1942
- ・直島町地域包括支援センター TEL：087-892-3400
- ・リーガルサポート香川県支部（司法書士） TEL：087-821-5701
- ・ぱあとなあ香川（社会福祉士） TEL：0877-98-0854

㉑日常生活自立支援事業（福祉サービス利用援助事業）

対象者：判断能力が十分でない方（認知症、知的障がい、精神障がい等）で日常生活自立支援事業の契約の内容について判断でき、契約能力のある人

内 容：地域において自立した生活がおくれるように利用者との契約に基づき福祉サービスの利用援助や行政手続きに関する援助、日常的な金銭管理、定期訪問による生活変化の察知をおこないます。



お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458

㉒特殊入浴サービス事業

高齢者や身体に障害のある方など自宅での入浴が困難な方を車で送迎し、週1回、総合福祉センター内にある特殊浴槽（横になったままで入浴できます。）で入浴介助を行います。

料金…1回1500円



お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458

㉓福祉有償運送事業

対象者：介護保険認定者・障害者手帳保持者など直島町社会福祉協議会が利用登録を認めた方及びその付添い人

内 容：福祉車両等を使用して通院や外出支援（町内に限る）を行います。

お問い合わせ

直島町社会福祉協議会 TEL：087-892-2458



②⑥訪問看護（医療保険、介護保険）

疾患などを抱えている方について、主治医の指示により看護師がご自宅を訪問し、看護サービスを提供します。医療保険と介護保険の2種類があります。

お問い合わせ（医療保険）

直島町立診療所（ふれあい診療所） TEL：087-892-2266

お問い合わせ（介護保険）

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



②⑦歯科訪問診療（医療保険）

通院できない要介護状態の方を対象に、歯科医師・歯科衛生士がご自宅を訪問し、口腔ケアを行います。

お問い合わせ

安田歯科医院 TEL：087-892-2828



②⑧居宅療養管理指導（薬剤）

在宅で療養していて通院が困難な利用者へ、薬剤師が家庭を訪問し、療養上の管理や指導、助言等を行うサービスです。

介護保険サービスになりますので、詳しい内容は担当のケアマネージャーか、町役場にお尋ねください。

お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



②⑨自立支援医療（精神通院医療）

精神疾患（てんかんを含む）の治療のため、継続的に通院している方に対して、医療費の自己負担を軽減する制度です。

お問い合わせ

住民福祉課 福祉医療係 TEL：087-892-2223

③⑩訪問理容・美容

外出が困難な高齢者のご自宅を訪問し、理容師が美容のサービスを行います。

お問い合わせ

- ・ヘアーサロンなかむら TEL：087-892-4335
- ・タニワキ理容所 TEL：087-892-3572



③①直島町地域包括支援センター

高齢者に関する総合相談窓口です。介護、生活、金銭管理のことなど様々な相談に対応します。相談は電話、訪問等も可能です。

お問い合わせ

直島町地域包括支援センター TEL：087-892-3400



③②短期入所療養介護（介護保険サービス）

介護老人保健施設や医療施設に短期間入所して、機能訓練、日常生活上の支援などを行うサービスです。

介護者の介護負担を軽減したい時や、一時的に在宅介護が困難な時にご利用できます。介護保険サービスになりますので、詳しい内容は担当のケアマネージャーか、町役場にお尋ねください。

お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



③③短期入所生活介護（ショートステイ）（介護保険サービス）

特別養護老人ホームなどに短期間入所して、日常生活上の支援（食事、入浴、排泄など）などが受けられます。（事業所名：レファシード直島短期入所生活介護）

介護保険サービスになりますので、詳しい内容は担当のケアマネージャーか、町役場にお尋ねください。

お問い合わせ

住民福祉課 地域包括支援センター TEL：087-892-3400



③④高齢者専用賃貸住宅

高齢者の身体機能の低下に対応した設計・設備を備えた安全で快適な住居です。マイホームとしてご利用ください。

お問い合わせ

高齢者専用賃貸住宅げんき TEL：087-840-8220

サービスガイド 一覧表 (認知症の進行の程度ごとに、直島町内の主なサービス情報を載せています)

詳しい情報は、7ページ以降に載せています。



認知症の 生活機能障害の程度	認知症の疑い	認知症を有するが 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
サービスの内容	物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め日常生活は自立している	買い物や事務、金銭管理等にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している。	薬の内服が管理できない、電話の対応や訪問者の対応がひとりでは難しい。	着替えや食事、トイレ等がうまくできない。	ほぼ寝たきりで意思の疎通が困難である。
介護予防・進行予防 (他者とのつながり含む)	①生きがい型デイサービス ②栄養相談 ③健康相談 ④～⑥地域の教室：行政 ⑦体育協会（同好会） ⑧文化協会（同好会） ⑨婦人会 ⑩老人クラブ		④⑤地域の教室：行政	⑪小規模多機能居宅介護 ⑫デイサービス	
仕事・役割支援	⑬シルバー人材センター				
安否確認・見守り	⑭給食サービス				
生活支援	⑰独居高齢者見守りサービス ⑱緊急通報装置		⑪小規模多機能居宅介護 ⑲福祉用具貸与		
	⑭給食サービス		⑪小規模多機能居宅介護 ⑭給食サービス		
	⑳日常生活自立支援事業				
	⑮惣菜宅配サービス ⑯商品宅配サービス ⑲福祉用具貸与 ⑳福祉用具購入 ㉑ホームヘルプ				
身体介護			㉒成年後見制度 ㉕福祉有償運送 ⑳訪問理容・美容		
			⑪小規模多機能居宅介護 ⑫デイサービス ㉑ホームヘルプ ㉔特殊入浴介助		
医療	かかりつけ医		かかりつけ医・往診 ㉖訪問看護（医療保険、介護保険） ㉗歯科訪問診療 ㉘居宅療養管理指導（薬剤） ㉙自立支援医療（精神通院医療）		
家族支援（相談）	⑳直島町地域包括支援センター				
緊急時支援	㉚ショートステイ（療養）				
住まい	⑪小規模多機能居宅介護 ⑳ショートステイ				
居住系サービス	㉛高齢者専用賃貸住宅 ㉜住宅改修 ㉞介護老人福祉施設				

介護保険で要介護・要支援の判定を受けた方は、ケアマネージャーや地域包括支援センターへご相談ください。

Naoshima Map

