

わが家の連絡相談先メモ

わが家	〈住 所〉		_____	

	〈家族や親族の電話（携帯）番号〉		_____	
	●名前	_____	●名前	_____
	●名前	_____	●名前	_____

かかりつけ医	〈医療機関名〉		〈住 所〉	
	_____		_____	
	〈担当医師名〉		_____	

かかりつけ医	〈医療機関名〉		〈住 所〉	
	_____		_____	
	〈担当医師名〉		_____	

かかりつけ薬局	〈薬局名〉		〈住 所〉	
	_____		_____	
	〈薬剤師名〉		_____	

地域包括支援センター	〈名称〉		〈住 所〉	
	_____		_____	
	〈担当者名〉		_____	

ケアマネジャー	〈事業者名〉		〈住 所〉	
	_____		_____	
	〈担当者名〉		_____	

地域の支え手	〈名 前〉		〈住 所〉	
	_____		_____	
	〈名 前〉		_____	
	_____		_____	

問い合わせ先

四條畷市役所高齢福祉課
〒575-8501 四條畷市中野本町1番1号
☎072-877-2121(代表) / 0743-71-0330

発行：四條畷市
協力：大東・四條畷 医療・介護連携推進協議会 四條畷認知症ケアWG



令和6年3月作成

なわて オレンジドア (認知症ケアパス)

★認知症ケアパスとは、認知症の人の状態に応じた適切なサービス提供の流れです。

認知症になるリスクを少しでも低くするために規則正しく、ストレスをためないようにし、社会とのつながりを持ち、脳の活性化を図っていきましょう

気づくつながる支援の輪



認知症は誰でもなる
可能性がある病気です。
日頃から認知症に対する知識や
理解を深めておきましょう。



物忘れが増えてきて、
少し心配な状態

軽い症状があっても日常生活は、
ほぼ自立している状態 (MCI)

見守りがあれば、
日常生活が自立できている状態

手助けや介護が必要な状態

常に介護が必要な状態・
接し方のポイント

気づいたときに、まず相談

地域包括支援センター

高齢者が住みなれた地域でいきいきと生活ができるように、保健医療の向上及び福祉の増進を包括的に支援する施設です。地域包括支援センターでは、保健師、社会福祉士や主任ケアマネジャーが中心となって高齢者やその家族などから相談を受けたり（総合相談）、介護予防対象者の選定や介護予防プランの作成を行ったり、高齢者の権利擁護や虐待の早期発見・防止や地域のケアマネジャーの後方支援などの活動を行っています。市の委託を受けて、市内には日常生活圏域ごとに3か所の地域包括支援センターがあります。

名称	圏域名	受託法人	所在地	電話
にし 地域包括支援センター	第1圏域	社会福祉法人 大阪府社会福祉事業団	北出町 28 番 1 号	072-863-0170
なわて 地域包括支援センター	第2圏域	社会福祉法人 るうてるホーム	岡山五丁目 19 番 20 号	072-862-3366
たわら 地域包括支援センター	第3圏域	医療法人 和幸会	大字上田原 613 号	0743-70-1249

認知症初期集中支援チーム（なわてオレンジチーム）

認知症の人や認知症の疑いがある人、その家族のもとに訪問して、認知症についての困りごとや心配事などの相談に対応する、認知症の専門家たちによって構成されたチームです。認知症は誰もがなる可能性のある病気であり、早めの対応が必要です。ひとりで抱え込まず、まずは相談しましょう。

阪奈サナトリウム内

住所：上田原 613

電話：0743-78-1198 FAX：0743-78-1290

認知症地域支援推進員

認知症の人にやさしい地域づくりを推進していくため、認知症に関する相談に応じたり、地域のネットワークづくりなどで活動する、地域支援のコーディネーターです。

四條畷市高齢福祉課

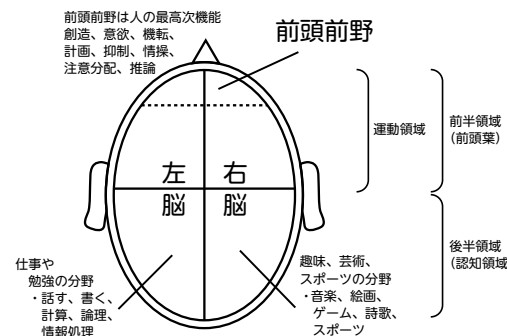
住所：中野本町 1-1

電話：072-877-2121(代表)／0743-71-0330

FAX：072-863-6601

認知症の診断

認知機能とは、外界にあるものを見て、聞いて、触って認識し、記憶に照らし合わせて、その意義を認識する機能です。人間の行動の元になる機能です。記憶の機能は、側頭葉と前頭葉に局在し、前頭葉に行動を決めていく機能があります。



認知症には、一部の神経細胞が死んでいくアルツハイマー病や脳梗塞に伴い起こる血管性認知症、ビタミンB1、B12の不足で起こる等色々な原因があります。

神経学的診察、心理テスト、血液検査、頭部MRI、脳血流測定やPET等から診断します。

いずれの原因にせよ、認知症は、そのままにしておくと軽症から中等度、そして重症へと進みます。



認知症とうつ病

退職や近親者との死別など喪失体験が多くなりやすい高齢者は、うつ病にかかりやすい傾向があります。「ふさぎ込むようになった」「話しかけたときの反応が鈍い」などの症状は認知症もうつ病にも共通の症状なので、早めに専門医の診断を受けましょう。

認知症の治療方法

認知症の進行を完全に止める方法や、根本的な治療方法はみつかりません。

そのため、認知症の治療は、認知症の進行を緩やかにし、生活の質を高めることを目的としています。

認知症は脳の神経細胞が徐々に脱落することによって、脳の処理機能が低下する病気です。

まず、認知症患者さんの脳全体の活動が低下する場合は元気がなくなったり、意欲・やる気がなくなってしまう。このような場合には、脳活性する薬によって少し気力が回復する場合があります。

また、脳の神経細胞の働きのバランスが崩れると、すぐ怒ったりイライラしたりするような症状がありますが、このようなケースでは脳の活動を穏やかにしたり、神経活動のバランスを調整する薬が使われます。意欲の低下とイライラが混在したりしますので、認知症の薬を調整しながら飲むことがあります。

薬はあくまで補助だと考え、生活環境やコミュニケーションを調整することが大切です。

ご本人の困っていることを具体的にリストアップして、かかりつけ医や介護スタッフまたは地域包括支援センターや市の高齢福祉課へ相談し一緒に考えましょう。

●早期発見による3つのメリット

メリット 1 早期治療で改善も期待できる

認知症の原因になる病気は様々ですが、早期に発見し、早期に治療を始めることで、改善が期待できるものもあります。

メリット 2 進行を遅らせる可能性がある

認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、その進行のスピードを遅らせることができる場合もあります。

メリット 3 事前に様々な準備ができる

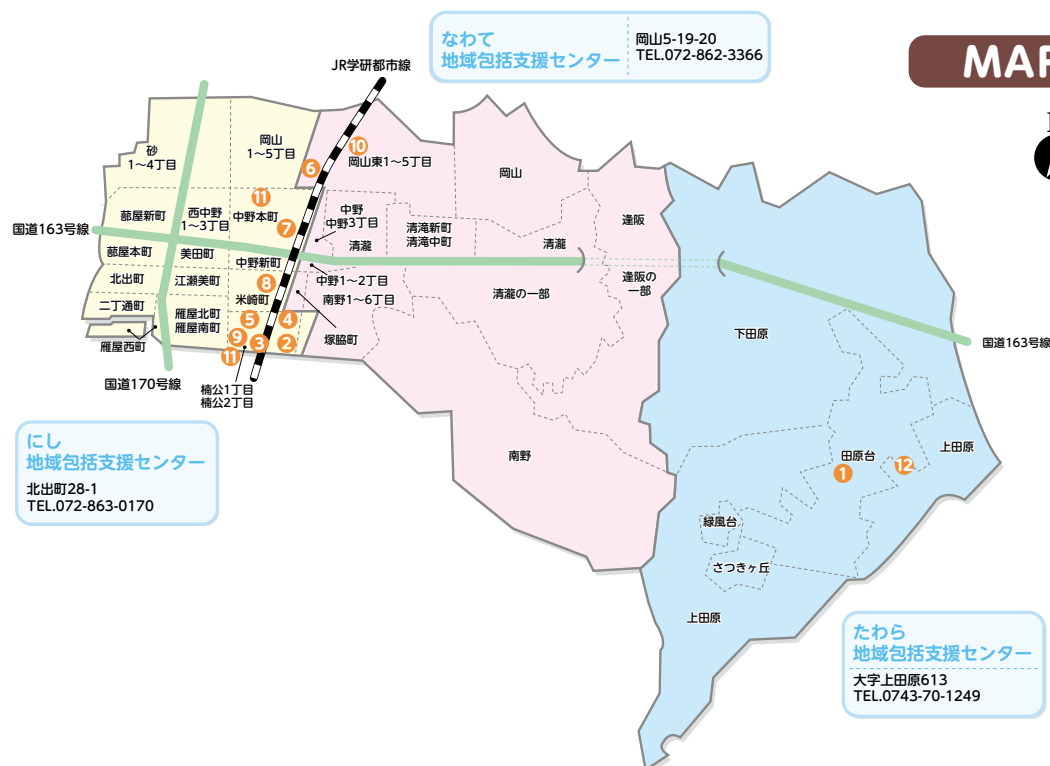
早期発見によって、症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり、利用できる制度やサービスを調べたり、「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。

認知症診療の窓口医療機関

医療機関名	住 所	電話番号
① 安部クリニック	田原台5丁目17-21	0743-78-8875
② きたいクリニック	楠公2丁目8-10	072-879-2540
③ 河野医院	楠公2丁目10-12	072-876-0241
④ 田中医院	塚協町5-3	072-877-1078
⑤ 西村クリニック	楠公1丁目14-6	072-862-3001
⑥ 福田医院	岡山2丁目1-58	072-876-1666
⑦ ふくだクリニック	中野本町8-39	072-862-1156
⑧ 松吉医院	米崎町17-30	072-876-7221
⑨ みやざきクリニック	楠公1丁目15-8 2階	072-863-2266

認知症診療の専門医療機関(機能評価テスト、CT、MRI等)

医療機関名	住 所	電話番号
⑩ 北河内藤井病院	岡山東3丁目1-6	072-879-5311
⑪ 嚙生会脳神経外科病院	中野本町28-1	072-877-6639
⑫ 阪奈サナトリウム	上田原613	0743-78-1188



「軽度認知症（MCI）」とは

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。この段階で気づくことで発症を遅らせることが可能になるといわれています。

本人の様子や症状

- ・同じことを何回も聞いてくるようになる。
- ・「あれ」「それ」「あの人」などの代名詞が増える。
- ・探し物が増える。
- ・意欲や気力が減退する。



家族など介護者の対応のポイント

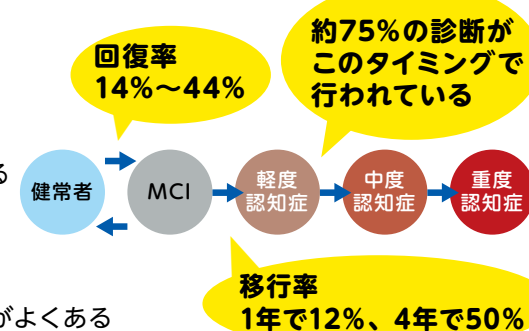
- ・認知症を身近な病気として関心を持つようにしましょう。
- ・かかりつけのお医者さんに相談しましょう。
- ・本人の興味がある活動を進めてみましょう。
- ・ミスを責めないようにして、本人の不安を和らげてあげましょう。
- ・高血圧や糖尿病などの生活習慣病を管理しましょう。



チェック項目15問

あてはまる項目に☒

- ☐ 1: 日付や曜日がわからないことがある
- ☐ 2: 電話番号や住所を忘れてしまうことがある
- ☐ 3: 何度も同じことを言ったり、たずねたりと言われる
- ☐ 4: 家電やリモコンなどを使いこなせなくなった
- ☐ 5: 物の名前、人の名前が出てこないことがある
- ☐ 6: 会話の途中で言いたいことを忘れることがある
- ☐ 7: 財布や時計など「盗まれたのでは？」と思うことがよくある
- ☐ 8: 置き忘れやしまい忘れが増え、よく探し物をするようになった
- ☐ 9: 水道の蛇口やガス栓の締め忘れがある
- ☐ 10: 買い物で会計に戸惑うことがある
- ☐ 11: テレビの内容がわからなくなった
- ☐ 12: 慣れた道で迷ったことがある
- ☐ 13: ささいなことで怒りっぽくなった
- ☐ 14: 身だしなみに気を使わなくなった
- ☐ 15: 体の具合が悪いわけではないのに、何もやる気がおきない



やってみよう!
気づきのチェック
15問



大東・四條畷 医療・介護連携推進協議会 四條畷認知症ケアWG

☒ チェック項目を参考にして気になることがあれば、相談窓口にお気軽にご相談ください。

本人が心がけること

ひとりで抱え込まず、早めにかかりつけのお医者さんに相談しましょう！

- ・規則正しい生活を送るようにしましょう。
- ・認知症への知識を深めましょう。
- ・今後の生活について、考えるようにしましょう。
- ・ひとりで抱え込まないよう、だれかに相談するようにしましょう。
- ・閉じこもらず、出かけるようにしましょう。(買い物、散歩、サロン等)
- ・人との交流を行うようにしましょう。
- ・生活習慣病を予防しましょう。(食事の管理、運動の推進、日常生活の活性化など)

社会福祉協議会では

- ボランティア活動の紹介、活動につながる学びの場の提供などの支援を通じて高齢者の生きがいづくりを支援しています。
- ふれあい元気クラブえんじょい、街かどデイハウス「さんら」、老人クラブ連合会事務局として、高齢者のつながりづくりを推進しています。
- 認知症があっても住みなれた地域で安心して生活できるようお手伝いをしています。

通いの場 なわてDEカフェ



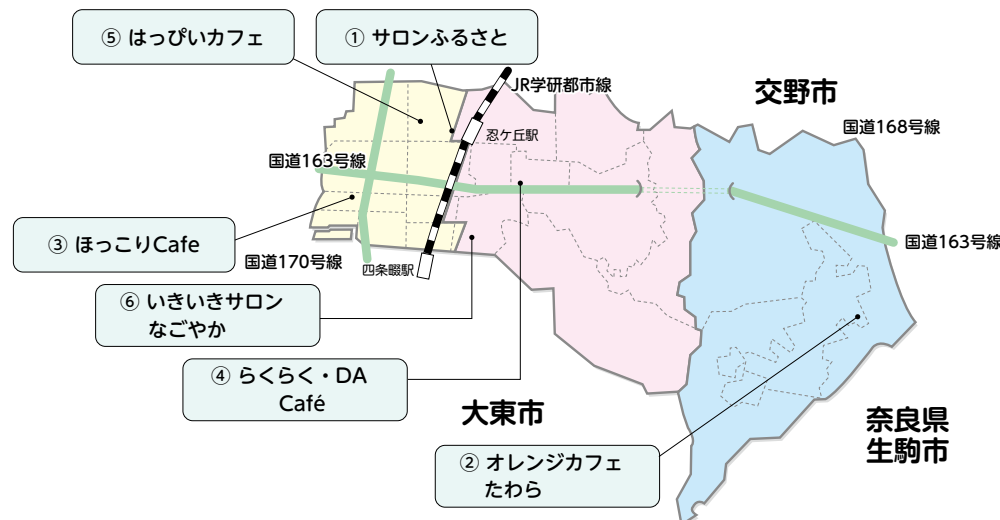
認知症の人やご家族、地域の人がコーヒーやお茶を飲みながら、「話をしたり」「話を聞いたり」「相談したり」するカフェスタイルの交流の場です。

家族同士が情報交換できたり、医療や介護の専門職に相談したり、また歌や手芸・体操等で地域の方との交流ができます。

利用した人からは「明るくなった」「聞いてもらえてほっとした」等と喜ばれています。ぜひ、あなたもお気軽にご参加ください。

名称・地図番号	開催場所・問合せ	内容	開催日時	参加費	定員
①サロンふるさと	岡山 2丁目 7-43 072-878-2308 ふるさとデイサービスセンター	介護者の交流や 介護相談の場 手工芸など	第2・4水曜 13:00～15:00	100円	15名程度
②オレンジカフェたわら	田原台 4-8-6 0743-70-1249 グループホームたわら	介護者の交流や 介護相談の場 ミニ講座など	毎月第4木曜 13:30～15:00	無料	10名程度
③ほっこり Cafe	北出町 28-1 072-878-2651 四條畷荘	喋ること・笑うこと・脳トレにて、楽しく脳の活性化	毎月第1金曜 14:00～15:00	100円	15名程度
④らくらく・DACafé	清滝 511-1 072-876-3773 特別養護老人ホーム 雨塚らくらく苑 1階	『シナプソロジー』 脳の活性化 笑顔で運動・認知機能の低下予防(計算じゃんけん・スカーフキャッチ等)	毎月第2・4金曜 13:30～15:30	100円	20名程度
⑤はっぴいカフェ	岡山 5-19-20 072-878-9371 るうてるホーム	わいわいと交流し、頭と体の体操やゲーム、カラオケ、手作りおやつなどのイベントも	毎月第4日曜 10:30～12:00	200円	30名程度
⑥いきいきサロンなごやか	南野 2-1-24 072-863-2660 グループホーム 第3 なごやか	介護者の交流や 介護相談の場 ミニ講座など	奇数月、第4月曜 14:00～15:30	無料	10名程度

※月により曜日や時間が変更になる場合があります。詳細は直接、実施主体にお問い合わせください。令和6年4月現在



見守りがあれば生活できる

本人の様子や症状

- 薬を時々飲み忘れるようになる
- 手順の多い料理などができなくなる
- 時間や日時だけでなく季節や年次もあやふやになる
- 感情の起伏が激しくなる



家族や周りの対応のポイント

- 介護保険などの支援についても知るようにしましょう
- 本人の役割を取り上げるのではなく、できない部分をサポートするようにしましょう

小地域ネットワーク活動

高齢者、障がい者（児）、及び子育て中の親子など地域で生活を送るうえで、何らかの援助を必要とする人に対し、近隣住民やボランティアなどの参加と協力のもとに地域で展開される、“支え合い”“助け合い”の活動です。



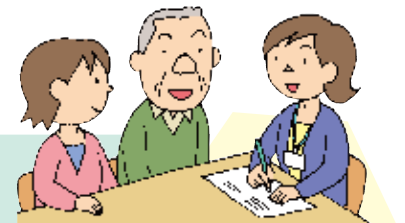
介護保険制度

高齢者がいつまでも自立した生活を送ることができるために利用するサービスです

- ▶ 65歳以上の人が申請可能
- ▶ 40～65歳以上の第2号被保険者は特定疾病により日常生活を送る際の困りごとがある場合、申請可能

利用までの流れ

- ① 申請する
- ② 認定調査・主治医の意見
- ③ 審査・判定
- ④ 介護認定（要支援1・2 要介護1～5）
- ⑤ ケアマネジャーによるケアプラン作成
- ⑥ 担当者が集まり話し合い（担当者会議）
- ⑦ サービス利用（収入によって1割～3割負担）



申請窓口

四條畷市高齢福祉課
または、地域包括支援センターへ（2ページ参照）

日常的に介護が必要な状態

本人の様子や症状

- ・ひとりで着替えが難しくなる。
- ・もの忘れや妄想、一人で出かけて道に迷ってしまうことがある。
- ・家族を他人と間違える。



家族の対応

- ・家族だけで支えようとしないで、積極的にサービスを利用するようにしましょう。
- ・介護者の負担が過度にならないようにしましょう。
- ・介護者も息抜きができるようにしましょう。
- ・介護者も話を聞いてもらうようにしましょう。
- ・ひとりで抱え込まないようにしましょう。



在宅の介護サービス

ケアマネジャー

本人、家族の話を伺い、多職種との連携を取りながら、ケアプランを作ります。

訪問介護（ヘルパー）

自宅を訪問し、入浴や排泄等の身体介護や買い物、調理等の家事のお手伝いをを行います。

訪問リハビリ

主治医の判断のもと、セラピストが自宅に訪問し、リハビリを実施します。

訪問看護

看護師が自宅を訪問し、療養上の看護や健康管理を行います。

訪問入浴

自宅に浴槽を持ち込み、介護士と看護師が入浴の介助を行います。

デイサービス

迎えに来てくれて、通所施設で食事、入浴や交流等の日常生活援助の支援、生活機能訓練などを日帰りでを行います。

デイケア

迎えに来てくれて、介護老人保健施設や医療機関等で、日帰りで入浴などの日常生活支援や生活行為向上のためのリハビリを行います。

ショートステイ

特別養護老人ホームや短期入所施設で短期間入所し、食事や入浴、排泄、機能訓練などのサービスを行います。

福祉用具貸与

ベッドや車いすの貸与を行います。

*他にもさまざまなサービスがあります。日常生活の自立を助けるために福祉用具の貸与ができます。入浴や排泄などで使用する福祉用具に関しては、購入となります。



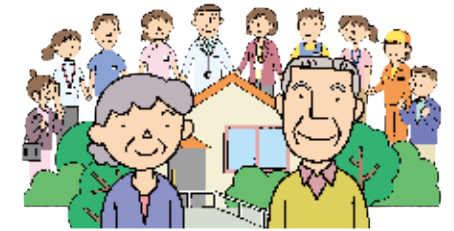
四條畷の3つの見守り・お守り ひとり歩きに不安のある方、ご家族の方へ

1 高齢者等SOSネットワーク事業

道に迷われたときに協力登録事業所にメール配信し、早期発見につなげます

申請時に必要なもの

- ・緊急連絡先
- ・本人の写真



2 位置情報提供サービス

GPS付機器を携帯し、登録エリア外に出た時や行路不明時に迅速に居場所を特定します。(市が初期費用を負担)

申請時に必要なもの

- ・対象者の写真
- ・介護認定情報、身長・体重等

問い合わせ・申し込み

市高齢福祉課

動画で確認



3 四條畷市高齢者見守り伝言板システム

(四條畷市認知症高齢者等見守りシール交付事業)

どこシル伝言板® とは？



認知症等で行方不明になった際、衣服等に貼ったQRコードが読み取られると、保護者へ瞬時に発見通知メールが届きます。発見者はQRコードを読み取ると、ニックネームや注意すべきことなど対処方法がわかるので安心です。チャット形式の伝言板だからやりとりは簡単。お迎えまで迅速に行えます。

どこシル伝言板® の特徴

読み取ると発見者の手順を確認できます

準備はこれだけ

1. スマホのメールアドレスを用意する
2. 登録シートの記入
3. ラベルシールの貼付け

耐洗ラベル (アイロン可のもの)

衣服等にアイロンで貼付けます

蓄光シール (アイロン不可のもの)

持ち物等に貼る暗闇で光るシール

24時間365日OK

夜間も伝言板を通じてやりとりが可能。登録した方へ瞬時に発見通知メールが届きます。

声かけをしやすい

ラベル・シールを貼っておくことで、発見者が声をかけるきっかけになります。

個人情報の記載不要

氏名・住所・連絡先の記載は不要なので安心です。



在宅での生活が、難しくなってきたら、施設への住み替えもひとつの方法です。

グループホーム（認知症対応型共同生活介護）

認知症高齢者がスタッフの介護を受けながら、共同生活を送る施設

施設名	住所	電話
たのしい家 四條畷	雁屋北町 15-16	072-876-1021
グループホーム 第3なごやか	南野 2 丁目 1-24	072-863-2660
ふるさとグループホーム	岡山東 4 丁目 7-8	072-877-3701
グループホーム たわら	田原台 4 丁目 8-6	0743-78-9488

特別養護老人ホーム（要介護3以上）

常に介護の必要な高齢者の入浴や排せつ等の日常生活上の介護を受けて生活をする施設

施設名	住所	電話
四條畷荘	北出町 28-1	072-878-2651
るうてるホーム	岡山 5 丁目 19-20	072-878-9373
清滝らくらく苑	清滝中町 1-3	072-876-3611
(地域密着型) 南野らくらく苑	清瀧 771-1	072-862-2007
(地域密着型) 雨塚らくらく苑	清瀧 511-1	072-877-0833
田原荘	上田原 597	0743-79-2525

介護老人保健施設

状態は安定している高齢者が、在宅で生活できるようリハビリを行う施設

施設名	住所	電話
畷生会遊々館	江瀬美町 26-7	072-863-7770
パークヒルズ田原苑	上田原 613	0743-78-9499

上記以外でもいろいろな有料老人ホームやサービス付き高齢者向け住宅があります。

もしものとき

成年後見制度

成年後見制度とは、認知症などの理由により判断能力が不十分となった人が、財産管理や契約で不利益をこうむったり、権利や尊厳が侵害されたりすることのないように、家庭裁判所に選ばれた後見人によって支援する制度です。後見人には、家族など身近な人や、弁護士、司法書士、社会福祉士といった適任者が選ばれます。

消費生活センター

消費生活センターは、消費者のための相談や情報提供を行う行政機関です。悪質商法による被害や商品事故の苦情など消費生活に関する相談に応じています。悪質商法の被害にあいやすい認知症の高齢者には頼りになる機関です。

- 消費者ホットライン ☎188（イヤヤ！）
- 四條畷市消費生活センター ☎072-877-2121（木曜日を除く、月～金 10時～16時）

警察

認知症の高齢者が道に迷われている、又は出かけたまま帰ってこない時は、警察に届けましょう。認知症の高齢者は、振り込め詐欺をはじめとした犯罪に巻き込まれやすい傾向があります。犯罪の被害にあったり、被害にあいそうになったりしたら迷わず相談しましょう。

- 警察総合相談 ☎#9110（悪質商法や詐欺などの相談に応じています）
- 四條畷警察署 ☎072-875-1234

認知症サポーター養成講座について

あなたも認知症サポーターになりませんか！

認知症サポーターとは

認知症サポーター養成講座の受講をされている人たちで、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人を温かく見守り、困っていたら声をかけてくれる人たちです。認知症の人や家族の応援者です。

サポーターになるためには、「養成講座」を受講してください。90分の講義を受ければ、どなたでもなることができます。年に10回程度開催しています。日程等の詳細は市ホームページにも掲載しております。

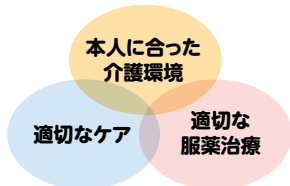


認知症サポーターキャラバンマスコット ロバ隊長

問い合わせ 市高齢福祉課 又は 地域包括支援センター（P2 参照）

認知症特有の症状の理解と接し方のポイントを知りましょう

認知症はゆっくり進行する病気です。早い段階から、認知症を理解し、家族や周囲の方が状況にあった接し方をしていけば、進行を遅らせることができることがわかっていきます。ケアのポイントは「認知症の人中心」の接し方です。



認知症の人を中心とした接し方について

認知症支援の要素

3つの心構え

驚かせない

急がせない

自尊心を傷つけない

接し方の5つのポイント

①プライドは失っていません

これまで人生で培ってきた経験、自尊心や羞恥心は失われていません。尊重する姿勢が大切です。

②過去と現在が混同しています

過去に起こった出来事を順序だてて思い出せないことがあります。混乱していることを理解しましょう。

③自信を無くし心理的に不安定な状態です

これまで当たり前でできていたことができなくなったり失敗したりすることで、自信を無くして心理的に不安定な状態です。

④介護者の気持ちが伝わります

介護者が認知症を理解して接していると、認知症の人でも安心して落ち着きます。介護者がいらつくと本人も敏感に感じます。

⑤身近な人に感情がストレートに出ます

感情を抑えられずに、何でもないことに、怒り出すことがあります。これも認知症の症状であることを理解しましょう。

認知症の方の見守り お願いします

認知症と思われる人の中には、道に迷う人もおられ、年々保護される人が増えています。

「高齢者見守りシール」をつけている人が、道に迷って困っているご様子のときは、声をかけたり、スマートフォンでシールを読み取って（P9参照）家族に知らせ、無事に帰れるようにご協力お願いします。

誰もが認知症の知識をもち、ちょっとした工夫や気づかいができれば、認知症の人や家族を応援できます。

みんなで支える囀の輪



常に介護が必要な状態・接し方のポイント