

西原町認知症 安心ガイド

このガイドは、認知症になっても、ご本人やご家族が安心して生活できる西原町を目指して作成しました。初期に対応することで認知症の進行を遅らせたり、今後の見通しをたてやすくなります。

身近な方に以下の症状はありませんか？

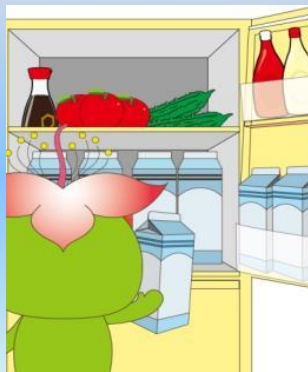
好きなことに興味を
示さなくなった



ささいなことで
怒りっぽくなった



冷蔵庫に
同じ食材がたくさん







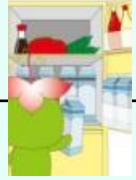
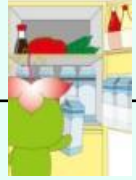


「あれがない、これがない」
と探している



認知症の方の様子の変化と利用サービス一覧

気づき時期 (MCI)
変化がおき始めたとき

軽度
日常生活で見守りが必要

本人の様子	会話など	<ul style="list-style-type: none"> ① 約束を忘れることがある ② 物忘れは多いが自立して生活できる 	<ul style="list-style-type: none"> ① 同じことを何回も話す、聞く ② 日時や曜日がわからない ③ 「あれ」「それ」の言葉は増えるが、人から言われた単語は理解できる
	食事調理	<ul style="list-style-type: none"> ① 食事の内容を忘れることがある ② 火の消し忘れがある 	<ul style="list-style-type: none"> ① 食事をしたこと自体を忘れる ② 調味料を間違える ③ 同じ料理が多くなる 
	着替え	<ul style="list-style-type: none"> ① 着替えはできる 	<ul style="list-style-type: none"> ① 同じものばかり着ている ② ボタンをかけ違える 
	お金の管理 買い物	<ul style="list-style-type: none"> ① お金や書類の管理はできる 	<ul style="list-style-type: none"> ① 買い物で小銭が使えない ② 同じものばかり買う ③ 通帳などの保管場所がわからない 
	服薬 排泄 外出等	<ul style="list-style-type: none"> ① たまに薬の飲み忘れがある ② 趣味やテレビ番組に興味を示さなくなる ③ 外出したがらない 	<ul style="list-style-type: none"> ① 薬の飲み忘れが増える ② ゴミだしができなくなる 
サービス	相談	<ul style="list-style-type: none"> かかりつけ医、 認知症疾患医療センター、 西原町地域包括支援センター p5 西原町役場(認知症地域支援推進員 認知症初期集中支援チーム) p6 認知症カフェ p7 	
	悪化予防	<ul style="list-style-type: none"> いいあんべー家、 中央公民館、 各自治会 ロコフィット教室、 じんぶん教室 	
	生活支援		<ul style="list-style-type: none"> 配食サービス 介護保険(通所系 訪問系) p10
	見守り		<ul style="list-style-type: none"> 見守り隊事業、SOSネットワーク事業 p8
	財産管理		<ul style="list-style-type: none"> 成年後見制度 p8
住まい・施設	サービス付き高齢者向け住宅 ケアハウス	介護付有料老人ホーム	

記憶力が障害されるため、本人は常に初めての体験をしているんだ。



認知症になっても感情は残り、不安な気持ちでいっぱいのため本人は人の表情をよく見ているよ。

中等度

日常生活で一部介護が必要

重度

常に介護が必要

- ① 単語がわからなくなってくる
- ② 時間や場所がわからない
- ③ 古い記憶は残っている



- ① 小物をたべる
- ② 食べ物を飲み込みにくくなる
- ③ 味が濃いものを好むようになる

- ① 入浴を嫌がる
- ② 季節や場所に合わない服装をする

- ① お金の管理等ができない



- ① 尿失禁がしばしば起こる
- ② 失禁で汚れた下着を隠す
- ③ 道に迷い、自宅に帰れなくなる



- ① 親しい人がわからない
- ② 「おお」「うう」等意味のない声を発し 会話が困難になってくる
- ① 人から言われた言葉の理解ができなくなる
- ② 無表情になってくる

- ① 食事への関心が薄れる



- ① 着替えができなくなる



- ① お金の管理等ができない

- ① 尿や便の失禁が増える
- ② ふらつきや転倒がみられる

かかりつけ医 認知症疾患医療センター 西原町地域包括支援センター p5

西原町役場(認知症地域支援推進員 認知症初期集中支援チーム) p6

認知症カフェ p7

じんぶん教室

配食サービス

介護保険(通所系 訪問系 短期入所系) p10

見守り隊事業、SOSネットワーク事業 p8

成年後見制度 p8

グループホーム※要支援2から利用可 介護老人保健施設 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

知っておきたいこと

気づき時期 (MCI)～変化がおき始めたとき～

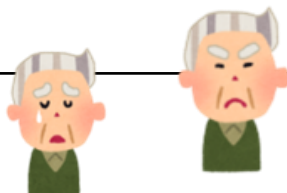
軽度～日常生活で見守りが必要～

ご本人の気持ちと対応方法

本人は「なんだかおかしい」と自覚し、不安感が大きいと同時に「おかしい自分」を認めたくないという思いがあります。



良からぬ方法	例	望ましい方法
<ul style="list-style-type: none"> ・できないことを責める (叱る) ・間違っていることを指摘する (修正する) ・訓練させる 	周囲の対応	<ul style="list-style-type: none"> ・できることは本人にしてもらう ・できないことは補う (工夫する) ・自然な笑顔で接する ・本人の話に耳を傾ける
<p>↓</p> <p>混乱する できないことを強いられストレスを感じる 失敗体験が多くなり、自信をなくしつらい</p>	本人の思い	<p>↓</p> <p>居場所を見つけることができる 不安感が軽減される 安心できる</p>



ワンポイントアドバイス

認知症の場合、説明を理解すること、話を記憶しておくことが難しくなります。本人を訓練するよりも、一つ手をかす(工夫する)ことでよりよく対応できる場合もあります。まずは何ができて何ができないのか知ることが大切です。

知っておきたいこと

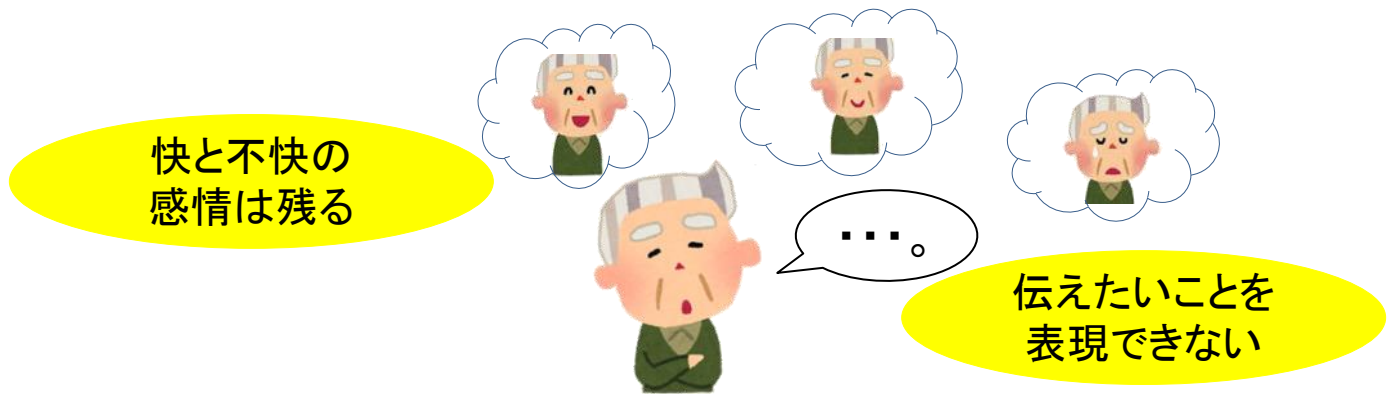
中等度～日常生活で一部介護が必要～

重度～常に介護が必要～

ご本人の気持ちと対応方法

中等度・重度になると、日常生活にいろいろな介護が必要になってきます。周囲から何もわからなくなってきていると思われがちですが、認知症者は自分の状態を言葉で表現することが難しくなっているだけであって、わからなくなっているわけではありません。食事などの物事への関心も薄くなり、何度も同じことを聞くことなど訴えが少なくなってきます。

中等度・重度は認知障害が進行しても**快と不快の感情は残る**ため、できるだけ本人の介護の必要を察し、ご家族は、無理のない介護ができるよう相談・調整するとともに、今後起こりうる問題において準備することが大切です。



接し方のポイント

まずは見守る さりげなく様子を見守り、支援できる機会をさぐりましょう。	余裕をもつ 不安や焦りは本人にも伝わり、動揺させてしまいます。
声をかけるときは1人で 声をかけるときは、まずは1人で。複数で取り囲むと、本人の恐怖心をあおってしまいます。	目線を合わせる 本人の視界に入り、目線を同じ高さに合わせて話しましょう。
ゆっくり・はっきりと話す 大声や甲高い声ではなく、なるべく穏やかな声で、ゆっくり、はっきりと話しましょう。	話に耳を傾ける たとえ本人の話が要領を得ないものでも、まずは耳を傾けましょう。本人が何を言いたいのかを推測、確認しましょう。



利用できるサービス

プライバシーは
必ず配慮されます！！



①まずはご相談しましょう

●かかりつけ医／もの忘れ外来

通院されている方は何か自分に変化があることを相談してみましょう。早期に発見することで今後の見通しや症状の悪化を抑えることができます。

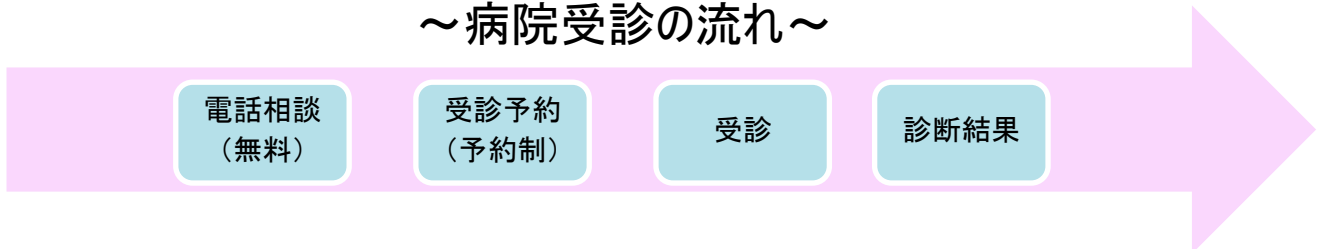
●認知症疾患医療センター

沖縄県指定

無料相談や認知症の確定診断を行い、関係機関と協力しながら、安定した生活ができるようお手伝いします。

サマリヤ人病院 (南風原町字新川460) 098-888-3784	北中城若松病院 (北中城村字大城311) 098-975-6122	天久台病院 (那覇市字天久1123) 098-868-2104	琉球大学病院 (西原町字上原207) 098-895-1765
--	--	--	--

～病院受診の流れ～



●西原町地域包括支援センター(西原町社会福祉協議会内)

西原町地域包括支援センターは、65歳以上の高齢者の総合相談窓口です。認知症についてもいろいろな相談ができます。

※来所前に連絡をお願いします



西原町字与那城135
TEL 098-882-0117



●認知症初期集中支援チーム（西原町役場）

まず西原町役場へご相談ください。必要に応じて認知症地域支援推進員や保健師、社会福祉士、医師、看護師等の専門職がご自宅に訪問し、状況の確認・医療と介護に関する支援を行います。



認知症初期集中支援チームの対象者

- ・ 認知症の診断を受けていない
- ・ 医療サービスを中断している
- ・ 適切な介護保険サービスにおすびついていない
- ・ 医療・介護サービスをうけているが、心理・行動症状が著しく、対応に苦慮している



西原町役場 福祉課 介護支援係 (TEL:098-945-4791)

●若年性認知症相談窓口 新オレンジサポート室

18歳～64歳で発症した認知症を「若年認知症」といいます。働き盛り世代の発症のため、家族は経済的な問題を抱えながら、家庭内の役割と介護を背負うため、高齢者の認知症と比較すると介護負担が大きいといえます。

そこで、コーディネーターが医療・介護、福祉サービス、職場への調整等を支援します。

オレンジサポート室（宜野湾市普天間1-9-3）

TEL:098-943-4085

メールアドレス:eodjyak@gmail.com

予約制
相談無料

●認知症カフェ



認知症カフェとは？

認知症の人やその家族等が、地域の人や専門家と互いに情報を共有し、お互いを理解し合える交流の場。

☆話をしたい ☆息抜きに ☆体験談から学びたい

☆他の人の意見を聞いてみたい ☆何となく など♪



※開催日時や場所、内容に関しては、西原町ホームページや広報、チラシなどでお知らせします。



よくあるご相談

Q 「本人が病院へ行きたがらない」どうしたらいいの？



多くの認知症の疑いのある方は、家族が病院へ行こうと言っても本人なりの理由で断ることが多く、家で引きこもりがちになっています。

そのような時は、まずご家族だけでも相談機関へご相談ください。

過去には、相談員がご本人と病院の間で相談内容や受診に向けたお手伝いをさせていただき、治療が開始した事例もあります。

認知症サポーター養成講座



「認知症サポーター」とは、何か「特別なこと」をする人ではなく、認知症の人やその家族を「見守る応援者」です。

認知症についてもっと知りたい！認知症のサポーター養成講座を受けたい！という方は、西原町役場へご連絡ください。認知症サポーターになった方（受講者）には、「見守る応援者」の証としてサポーターカードを贈呈します。

西原町役場 福祉課 介護支援係
TEL:098-945-4791



②介護保険の利用

日常生活に介護が必要になったら、介護保険サービスなどを利用し、本人・家族が無理のない体制を整えることが大切です。

介護保険の申請からサービス利用までの流れ

① 西原町役場 福祉課 窓口

西原町役場で申請の手続き等を行います。

② 訪問調査

調査員がご自宅や入院中の医療機関等に出向き、**ご本人とご家族**に聞き取り調査を行います。

訪問調査は原則家族の立会いが必要です。
立会いできる日程を窓口で調整します。

③ 認定結果の通知

介護保険広域連合から「認定結果通知書」と新しい「介護保険被保険者証」が届きます。

④ ケアプランの作成依頼

ご本人やご家族は、新しい「介護保険被保険者証」に記載されている要介護区分に応じて、**ケアマネージャーへケアプラン作成を依頼**します。

❀必要なもの❀

- 本人の介護被保険者証／健康保険証
❀40～64歳の方は、健康保険証
- 申請者（窓口来庁者）の身分証明書
（代理で申請する場合に持参して下さい）

※詳細については確認をお願いします。

問合せ

西原町役場 福祉課 介護支援係
電話：098-945-4791



ケアマネージャーへの ケアプラン作成依頼

（認定結果によって連絡先が変わります）

- 要支援1～2の方
→西原町地域包括支援センター
- 要介護1～5の方
→町内外の介護支援事業所
- 非該当の方
→介護保険サービスは利用できませんが、予防教室等ご希望の方は、西原町役場へご相談ください。



③グループホーム

グループホーム（認知症対応型共同生活介護）とは、9人までの少人数の認知症の方が、家庭的環境・雰囲気の中で入浴や食事、排泄などの介助を受け、地域とのつながりを大切に地域の一員として共同で暮らす家です。

●全室個室

●共同設備（食堂、リビング、トイレ、浴室）

(1) 入居条件

□西原町住民（西原町に住民登録し、1年経過された方）

□要支援2、要介護1～5を受けられている方

□医師から認知症と診断された方



(2) サービス内容

ご本人・ご家族の意向をもとにケアマネージャーが立てたプランに沿って提供。

健康チェック	朝一回とその都度必要に応じて、常駐看護師（クローバー）・訪問看護師（さわふじ）が健康チェックを行います。
入浴	健康チェック確認後、本人のペースで行います。
食事サービス	朝・昼・夕の3食、おやつはホーム職員が調理します。
日常生活動作訓練	調理の下ごしらえや洗濯物の整理等、ご本人と共に行い、日常生活の中でのリハビリを行います。
活動	日常的に合唱や健康体操、外出支援、屋外活動等をご本人のペースに合わせて行います。

(3) 費用について ※令和3年10月-（町内にあるグループホームクローバーの場合） 単位：円

介護度	介護保険 1割負担の場合 (30日)	ホーム利用料 ※事業所によって内容、料金は異なります。 ※2割負担の方は、×2の金額となります。				合計 1割負担の場合 (30日)
		食費	共益費	家賃	シーツ代	
要支援2	22,800	36,000	15,000	42,000	1,500	117,300
要介護1	22,920					117,420
要介護2	24,000					118,500
要介護3	24,690					119,190
要介護4	25,200					119,700
要介護5	25,740					120,240

▼上記以外にかかる費用もあります。 ※事業所によって費用や内容は異なります

▼オムツ代・理美容代・その他特別な日常品費については、自己負担となります。

④重症認知症デイケア

周辺症状が著しい方に対して、医師の診断にもとづき心身機能の回復又は維持を図るために通うデイケアです。対象者ごとにプログラムを作成し、治療を行います。介護保険ではなく、医療保険でご利用するデイケアです。

(1) 対象者

認知症による、精神・心理症状などへの治療が必要であると医師が診断した方

(2) 費用について

利用料の自己負担分を免除できる制度があります。

- ・各種医療保険の適応を受けられます。
 - ・自立支援医療制度の利用を申請することが可能です。
- 詳しくは、各医療機関へご相談ください。



医療法人 社団 輔仁会
嬉野が丘 サマリヤ人病院
南風原町新川460

098-889-1328



介護をする方も休息を



介護者にリフレッシュが必要なとき、家族が病気になったとき・冠婚葬祭や旅行で一時的に介護ができないとき、本人が家族以外の人との交流を希望するときなどの場合は、介護保険サービスの**ショートステイ(短期入所生活介護)**を利用しましょう。

介護者は、認知症になった方がそれまで担っていた役割を引き受け、ご自身の役割をこれまで通りこなしていかなければなりません。

介護は、認知症のご本人とご家族だけが倒れるまでつきすすむ一本道ではありません。困ったときは、ためらわず、担当のケアマネージャーや地域包括支援センターにSOSを出しましょう。



⑤道迷い・外歩きに対して利用できるサービス

道迷いの現状



●道迷い・外歩き

認知症により、今自分がいる場所がわからなくなることや目的がわからなくなることなどで起こります。比較的、軽度のうちからみられる症状です。

本人は目的があって外出しています。まずは本人の気持ちを聞いてみましょう。

●考えられる背景は？

①場所が分からなくなる

今いる場所が分からず道に迷い、元へ戻れなくなる

②目的がよくわからずソワソワ歩く

歩いているうちに、何をしようとしていたのか、そもそもそのきっかけを忘れてしまう

③目的地が見つけられない

トイレに行きたいのに、トイレの場所がわからなくなって落ち着かないなど

④差し迫った必要を感じてある目的に向かって歩く

「子供が学校から帰ってくるから家に戻って夕飯の支度をしなくては」など、ご本人なりの強い理由があって歩く

⑤今いる場所が退屈

面白いことがなかったり、気まずかったりする

⑥せん妄によるもの

主に夕方～夜間にかけて、幻覚や強い不安に襲われて家をとび出してしまう

参考：武田雅俊「認知症知って安心！症状別対応ガイド」



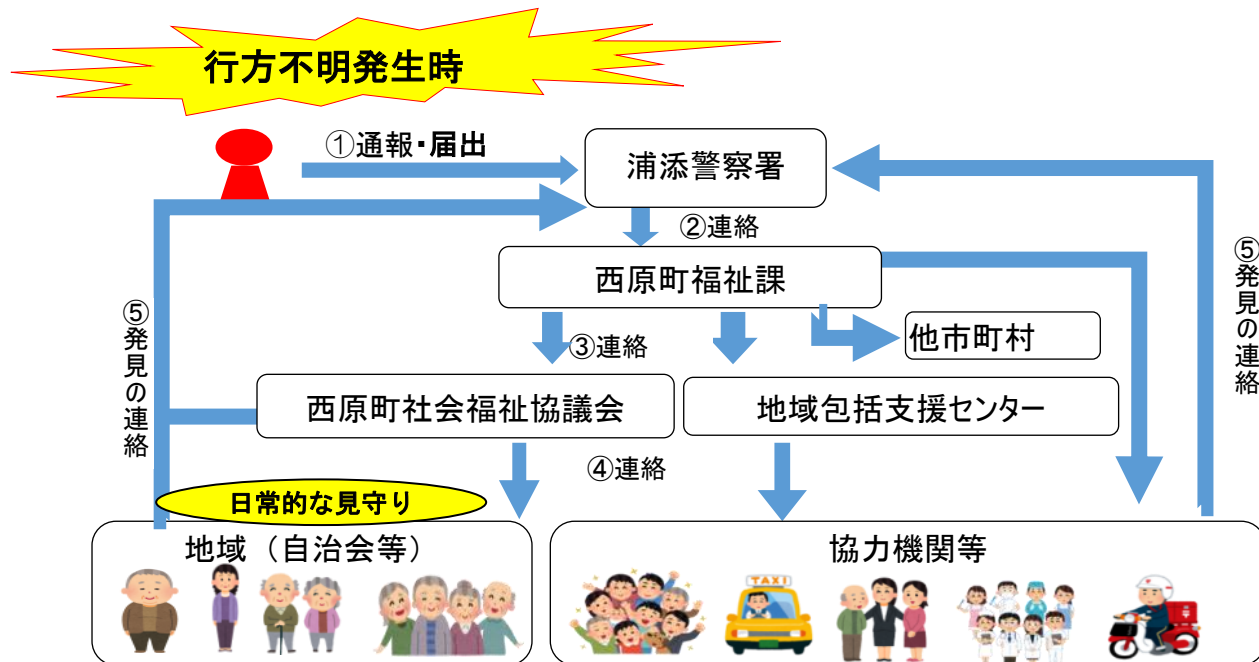
そのときの本人なりの
思いや理由があるんだね

●西原町認知症高齢者等見守りSOSネットワーク

認知症により行方不明となるおそれのある方を事前に登録することで、行方不明になった場合に地域の協力を得て早期発見できるよう支援体制を構築しています。

西原町、西原町地域包括支援センター、西原町社会福祉協議会、浦添警察署などで構成されるネットワークです。

特に現在道迷いの症状がない場合でも、事前に登録することができます。詳しくは、西原町役場及び西原町地域包括支援センターへご相談ください。



QRコードラベル・シール

●どこシル伝言板 (QRコードラベル・シール)

「西原町認知症高齢者等見守りSOSネットワーク事業」に登録し希望する方に対し、QRコード付きの見守りシールをお渡しします。

実際に、行方不明になった際に、衣服等に貼ったQRコードが読み取られると、家族へ瞬時に発見通知が届き、その後は発見者と伝言板でやりとりができます。



利用までの
ながれ

1. 福祉課介護支援窓口で申請
 2. 登録シートの作成→QRコードラベル・シールの配布
 3. ご本人の持ち物や衣服へのシールを貼り付ける
- ※申請・登録にお時間を要するため、事前連絡をお願いします。

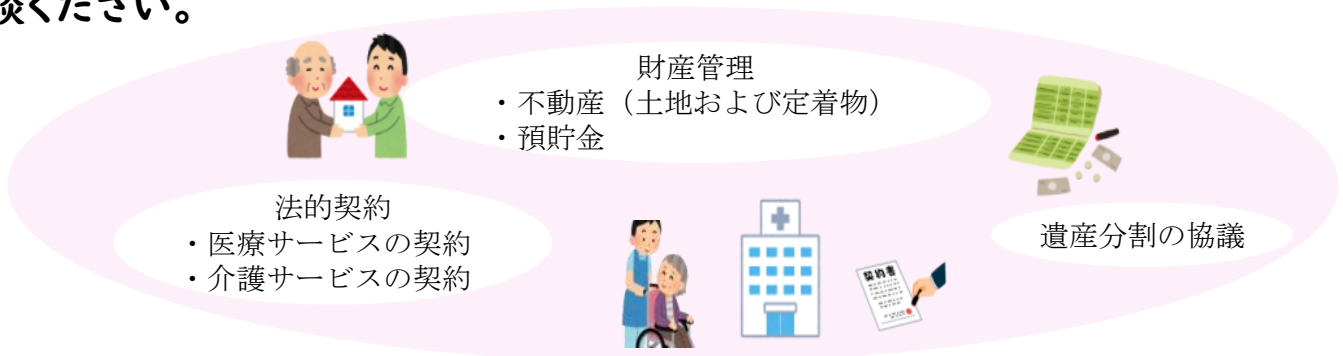
動画で確認



⑥成年後見制度

成年後見制度とは、判断能力が低下した際に、代理人（後見人）をたて、本人の代わりに財産管理、法的契約、遺産分割の協議等をおこなってもらう制度です。

詳しくは西原町役場、西原町地域包括支援センター、司法書士、弁護士へご相談ください。



後見人にはできないこと

- ・本人の日用品の購入の同意・取り消し
- ・事実行為（介護、送迎、通院の付き添い）
- ・医療行為への同意（予防接種、歯科治療、手術・延命治療の同意）
- ・身元保証人・身元引受人・入院保証人等になること
- ・居住する場所の指定 ※判断能力がない場合は可能

認知機能が低下する前に、事前にご本人の希望を聞いておきましょう。

⑦運転免許について

高齢者による事故
増えています！

高齢者の運転による事故が増加しており、事故が起こる前に運転免許証の返納をすることがすすめられています。車の運転をせざるを得ない現状がある中で、どのような目的で運転が必要で、周囲からどのようなサポートが受けられるかを検討・調整することが必要です。「あれ？なんかおかしいな」「私は50年も運転してきたんだから大丈夫!」と思っているときこそ、一度立ち止まって、自身の運転能力を振り返ってみましょう。

☎ 安全運転相談ダイヤル ☎ 「#8080」(シャープ ハレバレ)

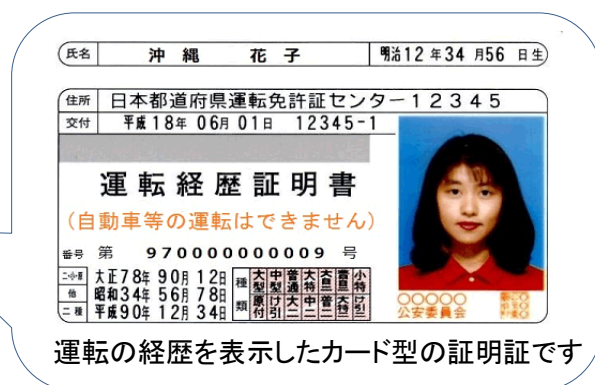
「#8080」にかけると、相談者がいる地域を管轄する都道府県警の窓口に通話が自動で繋がります。

☺ ～高齢ドライバーや家族のみなさん！ 運転に不安を感じたら、まずは相談を～



●「運転免許証」返納・「運転経歴証」申請方法

<p>手続きの場所</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 運転免許センター（豊見城市字豊崎 3-22） ☎ 098-851-1000 ● 浦添警察署（浦添市仲間 2-51-1） ☎ 098-875-0110 <p>本人が入院している、介護施設等に入所して本人が申請できない場合、委任を受けた家族が申請できます。詳しくは、電話でご相談ください。</p>
<p>必要な書類</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 運転免許証 ● 写真（縦3cm×横2.4cm 申請前6ヶ月以内に撮影したもの） ● 交付手数料 1,100円



※申請取り消しに自動車等を運転してくると、帰りの運転ができなくなるのでご注意ください。

●運転免許証の自主返納者を対象とした優遇措置

★運転経歴証をお持ちの方は、提示することで特典サービスが受けられます！

賛同協会・企業
2協会・38事業所

主な協賛協会・事業所

- ・バス、モノレール、タクシー等公共割引
- ・メガネ、シニアカー等商品購入割引

(加盟タクシーは後部左側ドアに貼付)

65才以上
運転経歴証明書を提示下さい。
1割引

協力企業等	特典内容	連絡先
沖縄バス協会 〔 沖縄バス 琉球バス 東陽バス 那覇バス 〕	運賃50%割引	098-867-2316
沖縄都市モノレール (ゆいレール)	運賃50%割引 ※65歳以上に限る	098-859-2630
「沖縄県ハイヤー・タクシー協会」 に加盟するタクシー88社 ※本島内に限る	乗車料金10%割引 ※65歳以上に限る	098-885-1344

※上記以外にも、自主返納優遇措置(支援制度)があります。詳しくは、沖縄県警察運転免許センターまでお問い合わせ又はホームページをご覧ください。

相談機関の連絡先

●西原町地域包括支援センター

(社会福祉協議会内) ※事前連絡をお願いします

☎ 098-882-0117 (西原町字与那城135番地)

認知症がご心配な方の相談をはじめ、介護のアドバイスや医療機関の受診、介護保険サービスを利用する方法などの相談に応じています。

●西原町役場 福祉課 介護支援係

☎ 098-945-4791 (西原町字与那城140番地の1)

認知症に関するご相談、介護保険等の相談に応じます。場合に応じてご自宅へ訪問し、生活状況を確認のうえ、支援していきます。また、認知症予防に関する事業紹介等を行っています。

●沖縄県認知症疾患医療センター

「認知症疾患医療センター」では、無料相談や認知症の確定診断を行い、関係機関と協力しながら、安定した生活ができるようお手伝いします。

サマリヤ人病院 (南風原町字新川460)	☎ 098-888-3784
天久台病院 (那覇市天久1123)	☎ 098-868-2104
沖縄リハビリテーションセンター病院(沖縄市比屋根2-15-1)	☎ 098-982-1112
琉球大学病院 (西原町字上原207)	☎ 098-895-1765

●「ものわすれ外来」等がある医療機関

※近隣の機関について

与那原中央病院 (与那原町字与那原2905)	☎ 098-945-8101
城間クリニック (浦添市前田564-1)	☎ 098-878-8213
オリブ山病院 (那覇市首里石嶺町4-356)	☎ 098-886-5567

●若年性認知症相談窓口 新オレンジサポート室

☎ 098-943-4085 (宜野湾市普天間1-9-3)

18歳～64歳で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。「もの忘れがひどくなった」「仕事がかたどらなくなった」「なんか最近おかしいな」と思った際にはご相談ください。

