

大鰐町

認知症あんしんガイド

共に助けあい 安心して暮らせるまち



平成30年3月

大鰐町保健福祉課

1. 認知症とは？

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまい、働きが悪くなることにより、障害が起こり生活に支障が出る病気のことです。

脳は人間の活動をほとんどコントロールしているため、うまく働かなければ、精神活動も身体活動もスムーズに運ばなくなります。

● 具体的な症状

行動・心理症状

《症状が重複する方もいれば、出現しない方もいる症状》

幻覚

現実にはないものを
見た、聞いたという

異食

食べ物ではないものを
食べてしまう

うつ症状

気持ちが落ち込んで
やる気が出ない

妄想

物盗られ妄想や
捨てられ妄想、
嫉妬妄想など



不安・焦燥

落ち着かない
イライラしやすい

中核症状

《認知症の方であれば誰しものが抱える症状のこと》

記憶障害

- さっき聞いたことが
思い出せない
- 覚えていたはずの
記憶が失われる

見当識障害

- 時間・季節・場所等の
感覚が分からなくなる
- 道順などが分からなくな
る

理解・判断力の低下

- 考えるスピードが
遅くなる
- いつもと違うことで
混乱しやすくなる

実行機能障害

- 前もって計画を
たてることができない
- 家電や自販機などが
使いこなせない

興奮・暴力

大声を上げる
暴力を振るう

徘徊

外出し、帰り道が
分からなくなる



生活動作の失敗

入浴や排泄など、基本的な
生活動作に援助が必要

介護抵抗

食事や入浴などの介護に
対し抵抗を示す

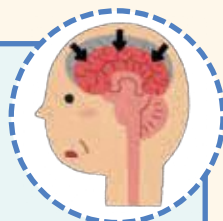
睡眠障害

昼と夜が逆転する
不眠

● 主な種類と特徴

認知症には様々な種類があり、その種類は、認知症の疾病原因からいくつかに分けられています。その中でも代表的なものが、「アルツハイマー型認知症」、「レビー小体型認知症」、「脳血管性認知症」、「前頭側頭型認知症」の4つです。

◆アルツハイマー型 認知症



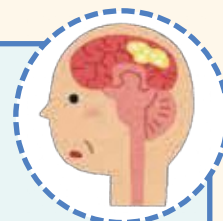
【原因】

脳にアミロイドβやタウと呼ばれる特殊なたんぱく質が溜まり、神経細胞が壊れて死んでしまい減っていく為に、認知機能に障害が起こると考えられています。また徐々に脳全体も萎縮していき身体の機能も失われていきます。

【症状】

記憶障害（もの忘れ）から始まり、段々と近い時期の記憶から失われていきます。進行すると場所や時間の認識が出来なくなり、動きが不自由になったりします。

◆レビー小体型 認知症



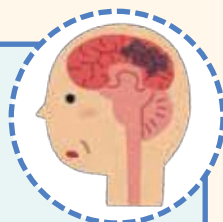
【原因】

レビー小体という特殊なたんぱく質が、脳に溜まることで起こる脳の萎縮が原因だといわれています。レビー小体が溜まっている場所では、神経細胞が壊れて、神経を上手く伝えられなくなり、認知症の症状が起こります。

【症状】

初期から幻視がみられることがあります。筋肉のこわばりや歩行の障害など、パーキンソン病に似た症状などを伴います。

◆脳血管性 認知症



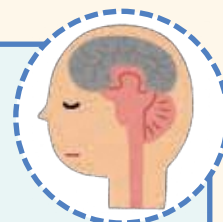
【原因】

脳梗塞や脳出血など、脳の血管障害によって起こる認知症のことです。脳の血管が詰まっている梗塞巣が増えたり、大きくなったりするごとに徐々に脳の機能が低下することで認知症や運動障害が引き起こされます。

【症状】

はじめは意欲低下や夜間の不眠や不穏が目立ちます。脳血管疾患の発作が起こる度に、症状が重くなり、ダメージを受けた脳の部位によって出る症状が異なります。

◆前頭側頭型 認知症



【原因】

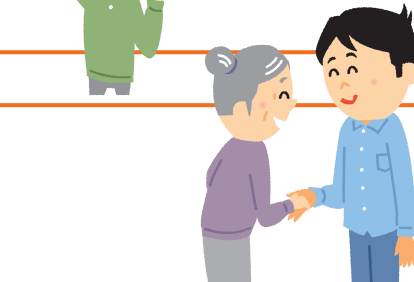
多くは初老期に発症します。原因はわかっていませんが、ピック球という異常構造物が神経細胞にたまる場合と、TDP-43という蛋白がたまる場合が今のところ発見されています。

【症状】

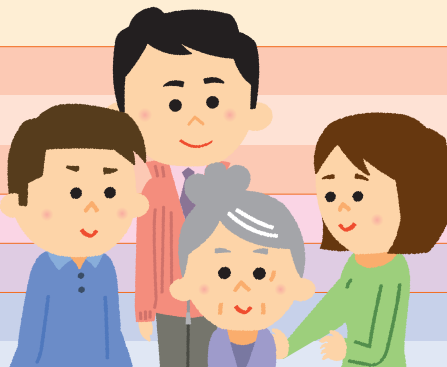
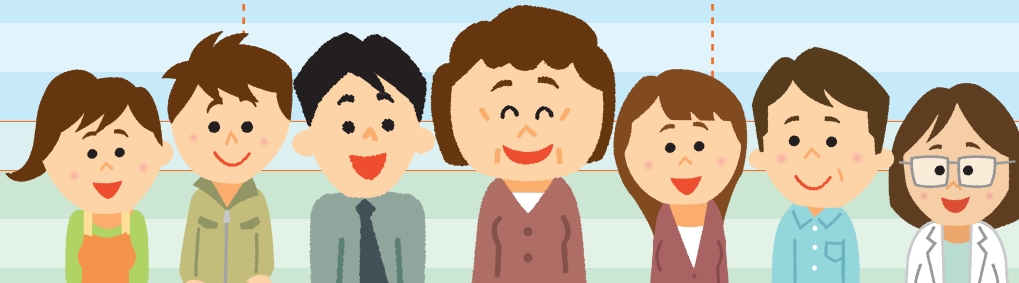
人格や性格が極端に変わる、清潔保持・衛生面が管理できない、反社会的な行動が増えるなどが代表的な症状です。また、決まった時間に同じ行動を繰り返さないと不機嫌になることもあります。

2. 認知症の症状とその対処法・支援体制

認知症は症状の進行度に応じた対応をしています。認知症の方やそのごります。今後予想される症状や状

		発症前	発症期
本人の様子		・ 物の忘れの自覚がある ・ 「あれ」「それ」「あの」等という代名詞が多く出てくる ・ 何かヒントがあれば思い出せる 	・ 同じ事を何回も聞く ・ 置き場所がわからず探しまわる ・ 約束したことを忘れる ・ 疲れる、音や光に敏感になる ・ 不安、イライラ、焦り、抑うつ、自信喪失 ・ 買い物で小銭が払えない ・ 料理がうまくできない
記憶面			・ 最近のことを覚えられない、体験したことを忘れる
見当識			・ 時間や日時がわからなくなる
介護をする方へ			・ 変化に気づいたらまずは相談 ・ 認知症の疾患や介護について学びましょう ・ 近い親戚や家族や本人の親しい人には病気のことを伝えておきましょう
支援体制	相談	●大鰐町地域包括支援センター（認知症地域支援推進員・認知症初期集中支援	
	医療	●かかりつけ医 認知症サポート医など	
		●訪問看護	
	介護予防	●地域介護予防活動支援事業（通いの場） 老人クラブ	
		●各種介護予防教室	
		●もの忘れ検診	
	介護	●介護予防・日常生活支援総合事業 介護保険サービス	
	生活支援	●各種配食サービス	
	家族支援	●認知症カフェ 認知症介護家族の集い	
		●認知症の人と家族の会	
		●若年性認知症総合支援センター	
	見守り（安否確認）	●大鰐町健やか・見守りネットワーク緊急システム 認知症高齢者徘徊見守り	
		●民生委員や地域による見守り支援	
		●配食サービスによる安否確認	
権利擁護	●日常生活自立支援事業		
地域理解	●認知症サポーター養成講座		
	●健やか・見守りネットワーク徘徊模擬訓練		
	●認知症講演会		
住まい	●認知症対応型共同生活介護（グループ		
	●自宅 有料老人ホーム 軽費老人ホーム サービス付き高齢者住宅		

処法や支援が大切です。下の表では進行別に、本人の症状や介護をする方の対応、町の支援体制を紹介。家族の方が安心して暮らせるよう、様々な支援を行っています。なお、認知症の状況は個人により異なる状態の変化の目安にしてください。

症状が多発していく時期	身体面の障害が複合する時期	常に介護が必要な時期
・ 季節に応じた服が選べない ・ 年齢を実際より若く言う ・ 外出先から家に戻れない ・ 夕方～夜間にかけて症状の悪化の傾向がある ・ 食べ物をあるだけ食べてしまう ・ トイレの場所を間違えて排泄する ・ 徘徊、暴力行為	・ 歩行が不安定になる ・ 着替えの動作ができない ・ 声かけや介護を拒む、不快な音を立てる ・ 尿意や便意を感じにくくなる ・ 飲み込みが悪くなる、食事に介助が必要	・ 言葉が減る ・ 日中うつらうつらする ・ 口から飲食物が入らない
・ いつどこで何をしたかなどの出来事を忘れる	・ 過去に獲得した記憶を失い若いころの記憶の世界で生きる	
・ 季節、年次がわからなくなる	・ 親しい人や家族が認識できなくなる	
・ 介護サービスを利用したり、家族の集いの場を利用しましょう ・ 今後の生活設計についての備えをしていきましょう（介護、金銭管理、財産）	・ 認知症が進行したあとの考えを、終末期の栄養補給や延命治療や医療をどのように行うか、どこで迎えるかも含めて、できるだけ本人の視点にたって相談していきましょう	
チーム） ケアマネジャー かかりつけ医	認知症疾患医療センター	
		
カード交付事業		
● 成年後見制度		
ホーム)		
● 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）	

● 認知症の気づきチェックリスト

「もしかしたら認知症かも…？」

気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。



質 問 事 項		1 点	2 点	3 点	4 点
1	財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか？	全くない	時々ある	頻繁にある	いつもそうだ
2	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか？	全くない	時々ある	頻繁にある	いつもそうだ
3	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか？	全くない	時々ある	頻繁にある	いつもそうだ
4	今日が何月何日かわからないときがありますか？	全くない	時々ある	頻繁にある	いつもそうだ
5	言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか？	全くない	時々ある	頻繁にある	いつもそうだ
6	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか？	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
7	一人で買い物に行けますか？	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
8	バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか？	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
9	自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか？	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
10	電話番号を調べて、電話をかけることができますか？	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない

チェックしたら、1から10の合計を計算 ➡ 合計 点



20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。
ページ6・ページ7で紹介している医療機関や相談機関に相談しましょう。

※このチェックリストの結果は、あくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。
※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

<上記チェックリスト引用元>

東京都福祉保健局、東京都健康長寿医療センター研究所 自立促進と介護予防研究チーム
「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」

3. 認知症の人と家族を支える相談機関

● 大鰐町地域包括支援センター

大鰐町地域包括支援センターは、65歳以上の高齢者が安心して生活が続けられるように、介護、福祉、健康、医療などの様々な面から相談、支援を行っています。

大鰐町地域包括支援センター 役場保健福祉課内	大鰐町大字大鰐字 羽黒館5-3	(0172) 48-2111 内線 331・332・333・334
---------------------------	--------------------	--------------------------------------

◆ 認知症地域支援推進員

平成28年1月役場保健福祉課地域包括支援係に配置

地域の医療、介護および支援機関をつなぐコーディネーター

役割

- ・認知症についての相談支援を行います。
- ・認知症の方が自宅で少しでも長く暮らせるお手伝いをします。
- ・地域の方に身近な病気として認知症を理解していただく活動を行います。

◆ 認知症初期集中支援チーム

平成28年4月役場保健福祉課地域包括支援係に設置

経験豊富な専門医と医療・福祉・介護の専門職で構成される認知症の支援チーム

役割

- ・認知症についての相談支援を行います。
 - ・チーム員がご自宅を訪問し、安心して暮らすためのサポートを行います。
- チーム員：専門医、保健師、主任介護支援専門員、社会福祉士

ご相談ください

- ・40歳以上で自宅で生活されており、認知症が疑われる方
- ・認知症の診断を受けていない方、治療を中断している方
- ・医療サービスや介護保険サービスを利用していない方
- ・サービスを利用しているが、認知症の行動・心理症状が顕著な方



● 認知症疾患医療センター

認知症に関する相談、認知症の早期診断と鑑別、認知症やその合併症の治療を行っています。

認知症疾患医療センター 一般財団法人愛成会 弘前愛成会病院	弘前市北園1-6-2	専用電話 (0172) 35-6464 フリーダイヤル 0120-085-225 相談日 平日 9:00~17:00 土曜日 9:00~12:00 (日祝を除く)
-------------------------------------	------------	--

● 若年性認知症総合支援センター

若年性認知症 総合支援センター	八戸市尻内町字島田 13-1	(0178) 38-1360 相談日 毎週月曜日~木曜日 9:00~16:00 jakunen@kokorosukoyaka.org
--------------------	-------------------	--

● 認知症の人と家族の会

青森県支部	八戸市鮫町字居合 1-3	(0178) 34-5320 相談日 毎週水・金曜日 13:00~15:00
-------	-----------------	---

4. 認知症協力医療機関

認知症は早期発見・早期対応が大切です。

- 治る病気や一時的な症状の場合があります。
- 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。



まずは「かかりつけ医療機関」に相談しましょう。必要に応じて紹介状をもらい、専門医療機関へ事前に予約を入れたうえで受診しましょう。

● 専門医療機関（津軽地域内）

認知症の鑑別診断、専門医療を受けることができる医療機関。

弘前市

弘前大学医学部附属病院（神経内科）	弘前市本町 53	33-5111
聖康会病院	弘前市和泉 2-17-1	27-4121
弘前愛成会病院	弘前市北園 1-6-2	34-7111
弘前小野病院	弘前市和泉 2-19-1	27-1431
藤代健生病院	弘前市藤代 2-1	36-5181

黒石市

黒石あけぼの病院	黒石市あけぼの町 52	52-2877
黒石厚生病院	黒石市大字黒石字建石 9-1	52-4121

大鰐町

町立大鰐病院	大鰐町大字蔵館字川原田 40-4	48-2211
--------	------------------	---------

藤崎町

ときわ会病院	藤崎町大字榊字亀田 2-1	65-2210
--------	---------------	---------

板柳町

板柳中央病院	板柳町大字灰沼字岩井 74-2	73-3231
--------	-----------------	---------

※最新のリストは、弘前愛成会病院 認知症疾患医療センターホームページにて随時ご確認できます。

大鰐町地域包括支援センター 役場保健福祉課内

(0172) 48-2111 内線：331・332・333・334 大鰐町大字大鰐字羽黒館 5-3