

# 日光市認知症ケアパス

～認知症になつても住み慣れた地域で自分らしく暮らすための手引き～

認知症は、誰もがなる可能性があり誰もが関わることになるかもしれない、身近なものです。認知症ケアパスは、認知症が発症し症状が進行していく中で、認知症の方やその家族がいつ・どこで・どのような・医療・介護・支援が受けられるかケアの流れを示した手引きです。

当てはまる項目が2～3項目以上ある場合は、早めの相談を！

早い時期の対応が進行を抑え、その後のその人らしい生活につながります

直前にしたことや話したことを忘れてしまうようになった。



同じことを何度も言ったり、聞いたり、したりするようになった。



置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探しものをしている。



知っているはずの人やものの名前が出てこなくなった。



つじつまの合わない作り話をするようになった。



以前にくらべ、ささいなことで怒りっぽくなつた。



おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった。



今まですきだった趣味などへの興味や関心がなくなった。



外出したり、人とあつたりするのをおっくうがり、嫌がるようになった。



今までできていた家事、計算、運転などのミスが多くなつた。



日付や時間を間違えたり、慣れた道で迷つたりするようになった。



財布が見当たらぬときなど、盗まれたと人を疑うようになった。



※表は目安です。認知症かどうかを判断するものではありません。

## 認知症ケアサイト

ご自身で簡単に認知機能の確認ができる「日光市認知症ケアサイト」ができました。もしかしたら?と思ったら確認してみてください。

認知症は早期発見・治療が有効な病気です。右の二次元コードをスマートフォン等で読み取ってアクセスしてください。その後は、画面の指示に従ってチェックします。

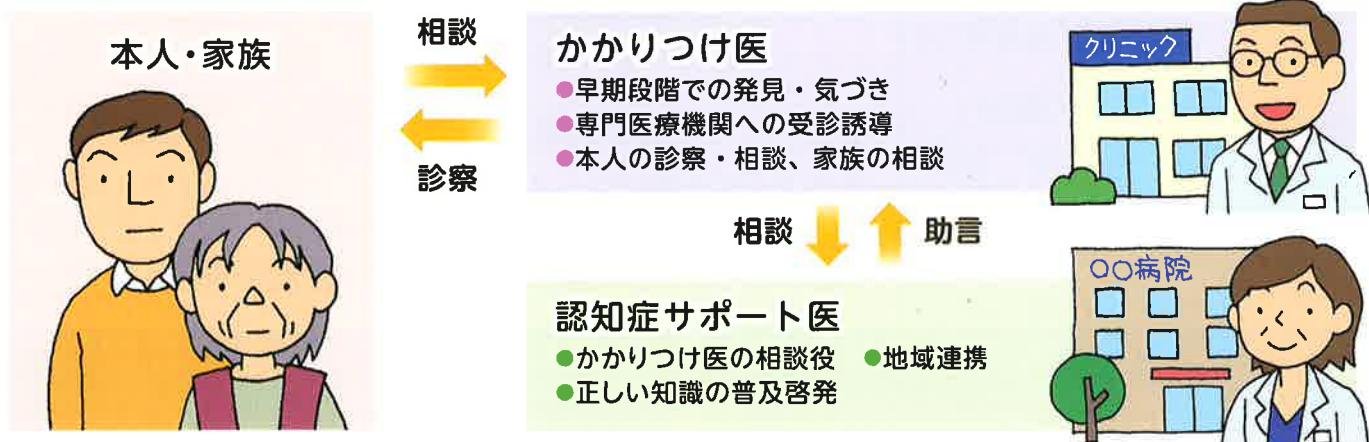
※注意事項:「認知症ケアサイト」は、簡易なチェックであり、認知症の診断ではありません。



# 医療

## まず「かかりつけ医」に相談しましょう

「認知症かもしれない」と思ったら、まず信頼できる「かかりつけ医」に相談してみましょう。かかりつけ医は専門の認知症サポート医と連携しながら、必要に応じて適切な医療機関なども紹介してくれます。正確に症状を伝えるためにも、できるだけ家族がつきそって受診しましょう。



また、栃木県では、もの忘れや認知症の「相談」などができる医師として「とちぎオレンジドクター」を認定しています。

※オレンジドクターについては、栃木県ホームページ上で医療機関名などをお知らせしています。



## 認知症疾患医療センター

認知症についての専門医療相談、鑑別診断と認知症に伴う行動及び心理症状への初期対応、合併症の対応などを行う医療機関です。

予約が必要な場合もありますので、受診前に必ず病院に問い合わせてください。



### 認知症等の医療相談

窓口	住所	時間
上都賀総合病院 認知症疾患医療センター ☎0289-64-2186	鹿沼市下田町1丁目1033	9:00~15:00

ここには認知症の半数を占めるアルツハイマー型認知症の場合を中心に、本人の症状の変化や知っておきたい情報などを記載しました。

症状には個人差があり、全ての方にあてはまるものではありませんが、今後の道筋として参考にしてください。

認知症の経過	認知症ではない状態	認知症の疑いがある、および症状はあっても日常生活は自立している状態	見守りがあれば日常生活は自立できる状態	日常生活に手助けや介護が必要な状態	常に介護が必要な状態
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康づくりや介護予防をする。</li> <li>・地域とつながり、積極的に社会参加する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・もの忘れがあるが、それを自覚している。</li> <li>・新しいことがなかなか覚えられない。</li> <li>・計算間違いや事務処理のミスが増える。</li> <li>・物や人の名前が出てこない。</li> <li>・探しものが増える。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・同じことを何度も言ったり聞いたりする。</li> <li>・同じものを何度も買う。</li> <li>・食事をしたことを忘れる。</li> <li>・薬の飲み忘れや、火の消し忘れなどが増える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「ものを盗まれた」と言うなど疑り深く怒りっぽくなる。</li> <li>・慣れているはずの道に迷い、家に戻れないことがある。</li> <li>・季節に合った服選びや、着替えがうまくできなくなる。</li> <li>・もの忘れの自覚がなくなる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・近親者の顔や人間関係がわからなくなる。</li> <li>・食事、トイレ、入浴、移動などの日常生活が、サポートがないと難しくなる。</li> <li>・言葉によるコミュニケーションが難しくなる。</li> </ul>
家族の心構え		<ul style="list-style-type: none"> <li>・かかりつけ医などに早めに相談する。</li> <li>・認知症サポーター養成講座などに参加して、認知症について学ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・できないことを責めず、本人の気持ちに寄り添う。</li> <li>・今後の生活について本人と家族全員で話し合う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護する人の負担を減らすために、家族で役割を分担する。</li> <li>・医療や介護のサービスを積極的に利用する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・施設入所など本人が安心できる生活環境を考える。</li> <li>・終末期医療などについても本人に寄り添い家族で話し合う。</li> </ul>

	介護保険	申請の相談	介護認定の取得	介護サービスの利用	家族の介護疲労の軽減
相談		<p>地域包括支援センター（介護認定まで）</p> <p>担当のケアマネジャー（介護認定を受けてから）</p> <p>若年性認知症支援コーディネーター</p> <p>認知症カフェ（オレンジカフェ）</p> <p>家族の会</p> <p>認知症の方と家族のための電話相談・認知症等の医療相談</p>			
予防		<p>認知症ケアサイト</p> <p>認知症サポーター養成講座</p> <p>ボランティア活動 老人クラブ 公民館事業</p> <p>オアシス支援事業 地域の居場所・通いの場 生活習慣病予防</p> <p>ちよきんアップ体操・介護予防教室</p>			
医療		<p>かかりつけ医</p> <p>認知症初期集中支援チーム</p> <p>オレンジドクター（栃木県もの忘れ・認知症相談医）</p> <p>認知症疾患医療センター・認知症専門医療機関</p>			
生活支援		<p>訪問給食サービス 移送サービス事業 命のカプセル配布事業</p> <p>生活支援ホームヘルプサービス事業 家具転倒防止器具等取付事業 ふれあい収集</p> <p>緊急通報装置貸与事業 にっこう安心カルテ 特殊詐欺撃退機器無償貸与</p> <p>見守りキット配布事業 安心見守りシール事業 高齢者運転免許証自主返納支援事業 防災用「戸別受信機」無償貸与</p> <p>暮らしのお手伝い事業 ねたきり在宅者等介護手当支給事業 ねたきり老人等紙おむつ券給付事業</p>			
介護			<p>日常生活自立支援事業（あすてらす）・成年後見制度</p> <p>消費者生活相談・高齢者虐待防止</p> <p>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）</p> <p>訪問介護（ヘルパー）・訪問入浴介護・訪問介護・訪問リハビリテーション・居宅療養管理指導・訪問看護</p> <p>短期入所生活介護（ショートステイ）・小規模多機能型居宅介護・看護小規模多機能型居宅介護</p>		
住まい			<p>福祉用具の貸し出し・住宅改修・特定福祉用具の購入費支給</p> <p>サービス付高齢者住宅・有料老人ホーム</p> <p>グループホーム</p> <p>特別養護老人ホーム・介護老人保健施設など</p>		

## 認知症カフェ（オレンジカフェ）

認知症の人とその家族、地域住民や医療・介護の専門職などが参加し、情報交換をしたり、おしゃべりを楽しんだりする集いの場です。認知症の人にとっては安心して立ち寄れる場であり、また、家族介護者にとっては、介護の悩みや介護の方法などを気軽に相談できる場でもあります。

各カフェによって、内容や趣向を凝らしております。以下の4か所で実施しています。

### ◆ オレンジカフェみんなリハ (マルチデイみんなリハ)

開催場所	猪倉 914-20 マルチデイみんなリハ
開設日時	毎月第2日曜日 10:00~12:00
連絡先	電話 : <b>090-6541-1697</b>

### ◆ ほっとウェーブ (NPO法人ウェーブ)

開催場所	今市 787(元つちやそば)
開設日時	毎月第4木曜日 ※月によって変更あり 10:00~15:00
連絡先	電話 : <b>21-1150</b> または <b>21-5330</b> (NPO法人ウェーブ)

### ◆ オレンジカフェ ほっこりサロン (NPO法人あかね会)

開催場所	鬼怒川温泉大原 334-6 (オアシス支援施設大原あかね)
開設日時	毎月第3日曜日 10:00~14:00
連絡先	電話 : <b>25-3206</b>

### ◆ オレンジカフェみょうじん (社会福祉法人大恵会)

開催場所	明神 2453(晃明荘内)
開設日時	毎月第3水曜日 10:00~12:00
連絡先	電話 : <b>25-3301</b> (グループみょうじん)

## にっこり認知症・若年性認知症の家族の会

家族の会では、毎月一回「集い」「相談日」を開き、想いを語り合いながら交流を図ります。また、介護の為の情報交換をしています。予約の必要はありませんので、お気軽にご参加ください。

### 集い

開催 : 毎月第3月曜日  
時間 : 10:00~12:00  
会場 : 市民活動支援センター  
(日光市今市 304-1)

### 相談日

開催 : 毎月第2月曜日 (祝日休み)  
時間 : 10:00~12:00  
会場 : ほっとウェーブ  
(日光市今市 787)

## 認知症の方と家族のための電話相談

窓口	相談の内容	時間
公益社団法人 認知症の人と家族の会 栃木県支部 ☎028-627-1122	電話相談	毎週月~土曜日 (祝日、年末年始を除く) 13:30~16:00

# 相談



## 地域包括支援センター

高齢者の方が、住み慣れた地域において、安心して生活が続けられるように、介護・医療・福祉等に関する相談を受け付けています。

地域包括支援センターは、お住まいの地域によって担当が異なります。以下の表で担当の地域包括支援センターをご確認ください。

お近くの地域包括支援センターにご相談ください。

名称	所在地	電話番号	担当地域
今市西 地域包括支援センター	日光市今市本町11-4 グランドハイツドリーム107	25-6374	今市地区
今市北 地域包括支援センター	日光市大桑町120-1 (旧豊岡児童館)	21-7081	豊岡地区 今市地区の一部
今市東 地域包括支援センター	日光市根室607-5 (老人保健施設もりのいえ内)	26-6537	大沢中部地区 大沢北部地区 塩野室地区
今市南 地域包括支援センター	日光市板橋2190-2 (特別養護老人ホーム今市ホーム内)	25-6444	大沢南部地区 落合地区
藤原・栗山 地域包括支援センター	日光市鬼怒川温泉大原1406-2 (藤原行政センター内)	76-3333	藤原地域 栗山地域
日光・足尾 地域包括支援センター	日光市御幸町4-1 (日光行政センター内)	25-3255	日光地域 足尾地域

※(西) 今市地区: 小倉町1・2丁目、3丁目、4丁目、5丁目、桜木町、二宮町、東町、住吉町、東郷町、相生町、清住町、仲町、春日町1丁目、2丁目、清原町、清原町2丁目、七本桜、平町、原町、平ヶ崎町、中平町、千本木、緑町、吉沢、室瀬、土沢、栄町、星が丘、杉の沢

※(北) 今市地区の一部:瀬川町、朝日町、川原町、大谷向町、材木町、瀬尾、松原町、高畑、高百、サンヒルズ瀬尾

※(東) 大沢中部:山口、山口二丁目、根室、大沢町第1、大沢町第2、八日市、栃ノ木平、水無、新栄郷第一

※(東) 大沢北部:薄井沢、大室、杉の木台、針貝、莉沢、芝山町、森友若杉町、森友、森友北原町

※(南) 大沢南部:下猪倉、中猪倉、上猪倉、猪倉新町、猪倉北町、木和田島、平成町

地域包括支援センターの協力機関として、総合相談・支援を行います。

名称	所在地	担当地域	電話番号
日光市社会福祉協議会 足尾支所	日光市足尾町通洞8-2	足尾地域	93-0002
日光市社会福祉協議会 栗山支所	日光市黒部54-1	栗山地域	97-1188

### 若年性認知症に関する相談窓口

若年性認知症の人やその家族等からの相談内容に応じて、来所相談(要予約)や出張支援及び関係機関との連携調整等を行います。まずは、電話相談をしてください。

電話番号: 028-627-1122 ※毎週土曜日 13:30~16:00