

本人・家族向けアドバイス

※症状の現れ方や経過のたどり方には、個人差がありますのでおまかな目安とお考えください。

気づき～軽度の時期

1 「困ったことがあれば相談を」

普段と違う様子や困ったことがあれば、まず相談しましょう。本人が認知症の症状を自覚し、不安に思っている場合もあります。早めにかかりつけ医などの医療機関に相談しましょう。

相談したい

- 地域包括支援センター／区役所健康福祉課・地域保健福祉センター／こころの健康センター
新潟県認知症コールセンター／若年性認知症支援コーディネーター／認知症疾患医療センターなど
- ケアマネジャー（介護支援専門員）
- おれんじサポート（認知症初期集中支援チーム）※まずはお近くの地域包括支援センターにご相談ください。

受診したい

- かかりつけ医（通院・訪問診療）
- 認知症相談医



2 「さりげなく手助けを」

家族は、本人が物事をやり遂げる過程で、どの部分ができ、どの部分ができないのかを理解したうえで配慮しましょう。今までにやってきたこと、できることは続けましょう。

また、本人にとって、できないことが増えていくことは不安なものです。例えば財布のしまい場所を忘れて不安に感じ「財布を盗られた」と訴えることもあります。本人の不安に共感しながら、さりげなく手助けしましょう。

◆初期の認知症の人が過ごせる「場所」や、「機会」を利用しましょう。

交流できる場所／予防に取り組む

- 地域の茶の間／サロン／老人クラブ／認知症カフェなど
- 介護予防教室

3 「今後の見通しを学ぶ」

家族は、認知症の人への接し方や利用できるサービスについて学びましょう。

◆今後の生活設計（介護や医療についての希望、金銭管理など）について本人の希望を確認し、利用できる制度やサービスについて、知っておくことも大切です。

財産・権利のこと

- 日常生活自立支援事業／成年後見制度

本人・家族向けアドバイス

※症状の現れ方や経過のたどり方には、個人差がありますのでおまかな目安とお考えください。

中等度の時期

1 「事故にそなえた環境づくりを」

火の不始末や道に迷うなど、思いがけない事故に備えて安全対策を考えましょう。介護保険サービスを利用したり、自動消火器などの道具を使うことで安全な環境づくりを行いましょう。

介護保険サービスを利用したい

- デイサービス／デイケア／認知症対応型デイサービス／小規模多機能型居宅介護
- ホームヘルプ ● 福祉用具の貸与・購入費の支給／住宅改修費の支給

その他の支援・制度

- 徘徊高齢者家族支援サービス事業 ● 高齢者運転免許証返納サポート事業

2 「身近な人の支援や理解を求める」

家族は、本人の行動の変化にとまどいや不安を感じるが増えてきます。同じことを何度も繰り返し尋ねられることにイライラすることもあるでしょう。また、認知症の症状として、「ものを盗られた」「食べさせてもらえない」などの被害妄想が現れたり、薬の飲み忘れや外に出かけて帰れなくなるなどがあります。

介護のつらさ・心労を一人で抱え込まず、親族などの身近な人や支援者にも理解してもらいましょう。同じ介護を経験する家族が集う場に参加するのもよいでしょう。

相談したい

- 地域包括支援センター／区役所健康福祉課・地域保健福祉センター／こころの健康センター
新潟県認知症コールセンター／若年性認知症支援コーディネーター／認知症疾患医療センターなど
- ケアマネジャー（介護支援専門員） ● 認知症の人と家族の会／認知症カフェ
- おれんじサポート（認知症初期集中支援チーム）※まずはお近くの地域包括支援センターにご相談ください。

受診したい

- かかりつけ医（通院・訪問診療）／かかりつけ薬局（通院・薬剤師訪問）
- 認知症相談医／認知症疾患医療センター／専門医療機関

3 「自宅以外での生活の場も検討を」

自宅以外での生活の場を選ぶこともできます。サービス付き高齢者向け住宅には、見守りや食事の提供などを行う住まいもあります。また、認知症高齢者グループホームなどの入所施設について、検討するのもよいでしょう。

住まいや施設のこと

- 介護付有料老人ホーム・住宅型有料老人ホーム／サービス付き高齢者向け住宅
- 認知症高齢者グループホーム ● 介護老人保健施設／特別養護老人ホーム

本人・家族向けアドバイス

※症状の現れ方や経過のたどり方には、個人差がありますのでおまかな目安とお考えください。

重度の時期

1 「サービスを見直して負担軽減を」

状態の進行に応じて、寝たきりになった場合の在宅介護は、介護者の身体的な負担も大きくなります。介護サービスを増やしたり、福祉用具をうまく取り入れたり、デイサービスやショートステイの利用などで介護者自身の休息を図るのもよいでしょう。

また、訪問診療や訪問看護などについて、相談するのもよいでしょう。

相談したい

- ケアマネジャー（介護支援専門員）
- 認知症疾患医療センター

受診したい

- かかりつけ医（通院・訪問診療）／かかりつけ歯科医（通院・訪問歯科診療）
かかりつけ薬局（通院・薬剤師訪問）
- 認知症疾患医療センター／専門医療機関



介護保険サービスを利用したい

- デイサービス／デイケア／認知症対応型デイサービス／小規模多機能型居宅介護／ショートステイ
- 訪問看護／看護小規模多機能型居宅介護
- 福祉用具の貸与・購入費の支給／住宅改修費の支給

◆ 本人が大声で怒鳴ったり、落ち着かず手が出たり、介護を嫌がったりすることがあるかもしれません。これらの症状は、記憶障がいなど認知症の症状が進む不安や体調、慣れない環境、周囲の接し方も影響して現れると考えられています。かかりつけ医などに医療面での対応を相談するとともに、本人への接し方の工夫を介護の専門職や介護経験者に尋ねてみるのもよいでしょう。

2 「体調の変化に気をつける」

急に体調が変化することが多くなります。本人から訴えることが難しいので、いつもと違う様子があれば注意し、心配なときはかかりつけ医に相談しましょう。

受診したい

- かかりつけ医（通院・訪問診療）／かかりつけ歯科医（通院・訪問歯科診療）
かかりつけ薬局（通院・薬剤師訪問）
- 認知症疾患医療センター／専門医療機関