

# 御宿町認知症ケアパス

御宿町では、認知症支援に対し以下の取り組みを行っています。

## ○ 認知症初期集中支援チーム(相談先:おんじゅく地域包括支援センター/☎ 0470-68-6716)

医療・介護の専門職が対象となる方に対し解決策を見出すためのチームです。自宅へ訪問し実際の状況を把握した上で必要な支援へつなげてゆくものです。

対象者は、40歳以上であり在宅で生活していて認知症である又は疑われる者で次の状態のいずれかにあてはまる者が対象となります。

- ① 認知症の医療や介護サービスを受けていない者又は中断している者
- ② 認知症疾患の臨床診断を受けていない者
- ③ 継続的な医療サービスを受けていない者
- ④ 適切な介護サービスに結びついていない者
- ⑤ 介護サービスが中断している者
- ⑥ 医療介護のサービスを受けているが認知症の行動・心理症状が顕著なため対応に苦慮している者



## ○ 認知症地域支援推進員(相談先:おんじゅく地域包括支援センター/☎ 0470-68-6716)

医療、介護及び地域の支援機関の連携強化並びに、居住する認知症の人とその家族に対する支援体制の構築及び強化を図ることを目的として活動しています。

## ○ 認知症コーディネーター(相談先:おんじゅく地域包括支援センター/☎ 0470-68-6716)

地域の認知症支援に勝つような可能な資源を把握し、関係機関相互のネットワークを活用しながら、特に初期の対応や生活環境の変化(入退院等)の際など、連携を円滑に進めていくために、専門職に対する助言等支援を行います。

## ○ 御宿町福祉相談窓口

認知症に関わらず介護相談の出来る相談室がある場所を関係機関に協力を頂き福祉相談窓口として認知症地域支援推進員へ支援に繋げています。

- おんじゅく地域包括支援センター (夷隅郡御宿町須賀1522/☎0470-68-6716)
- 社会福祉法人 外房 (夷隅郡御宿町久保796/☎ 0470-68-5800)
- やすらぎの郷 (勝浦市芳賀441-1/☎ 0470-70-7065)
- ラビドール御宿 (夷隅郡御宿町御宿台132/☎ 0470-68-8111)
- 補生堂薬局 (夷隅郡御宿町久保2221-4/☎ 0470-68-2097)
- 御宿コアラ (夷隅郡御宿町六軒町462/☎ 0470-68-4132)
- エール訪問看護ステーション(千葉県夷隅郡御宿町須賀575-1/☎ 0470-64-4630)



## ○ ヘルプマーク ○

障害のある方認知症の方が援助や配慮が必要であることを周囲へ知らせるマークです。緊急連絡先や必要な支援内容などが分かるようにすることで便利な事もあるでしょう。

☆ ヘルプマークの取得については、御宿町役場 保健福祉課の窓口でお問い合わせください。



できる限り住み慣れた場所で暮らして行けるように。

《編集者》 御宿町認知症地域推進員、御宿町認知症コーディネーター  
おんじゅく地域包括支援センター ☎ 0470-68-6716 (令和7年6月16日編集)

## 認知症とは？

色々な原因で脳の細胞が死んでしまう等、脳の司令塔の働きに不都合が生じたために、さまざまな障害が起こり、生活するうえでの支障が、おおよそ6か月以上継続している状態です。

## 主な認知症の種類と症状

### ○ アルツハイマー型認知症

加齢に伴う変化によっておこる最も多い認知症です。(若い人でもなることがあります。)

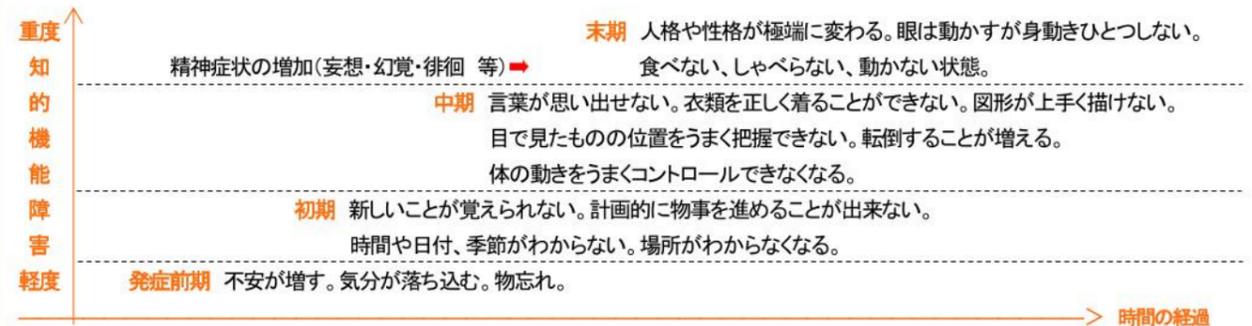
新たに経験したことを覚えることが苦手になります。

進行により徐々に言葉の意味を理解することができなくなることや、身の回りのことができなくなります。

発症前10~20年かけて脳の中に異常なたんぱく質(βアミロイド等)がたまり、徐々に脳細胞が損傷され減っていきます。



### アルツハイマー型認知症の経過と症状の変化



\* 認知症の原因となる疾患や身体の状態などにより異なりますが対応方法の参考にしてください。

### ○ 脳血管性認知症

脳の血管が詰まったり、破れたりして脳細胞が失われることによりおこる認知症です。

一度に多くの細胞が失われ、手足などのまひを伴ったりする場合と、体には症状が現れず、小さい脳梗塞が複数みられる場合があります。糖尿病や高血圧症、高脂血症などの動脈硬化の原因となる生活習慣病を治療することによって発症を減らすことができます。

### ○ レビー小体型認知症

脳細胞の中にレビー小体といった物質が出現し、細胞が損傷することによって発症します。

初期には物忘れが目立ちません。

多くの場合、幻視(見えないものが見える)や妄想(実際にはないことが頭の中に浮かんでくる)といった症状があります。

夜中に大きな声の寝言を言う、寝ぼけがひどくなったような行動をとることもあります。

進行により、体の動きが鈍くなり、震えや転びやすくなります。

### ○ 前頭側頭型認知症(ピック病など)

前頭葉や側頭葉といった脳の一部分が極端に萎縮することによって発症します。

発症する頻度は少ないですが、若い人(60歳代)に発症しやすい認知症です。

初期は物忘れが目立たず、人が変わったように勝手な行動をとることにより、周囲を困惑させることも少なくありません。

感情を表すことが乏しく喜怒哀楽が目立たなくなります。

進行すると言葉が減り同じ行動をとるようになりますが、箸を使って食べるなどの、日常生活動作は比較的保たれます。

(参考文献) 千葉県版 認知症サポーター 養成講座テキスト

## 認知症は、地域で支えよう！



## 認知症サポーター・チームオレンジ

認知症についての正しい知識を身につけ地域で出来る限りの手助けを行う人です。  
サポーター養成講座開催やチームオレンジの活動等については、おんじゅく地域包括支援センターへご相談ください。

### 認知症を予防しよう！

#### セルフマネジメント

規則正しい生活を送り適切な健康管理や生活習慣を身に付けることで発症や進行を予防できるといわれています。  
食事に気をつけて、適度な運動を行う事で自己管理をしっかり行っていきましょう！

#### 発症前期

不安が増す。  
気分が落ち込む。  
物忘れ。  
少し落ち着けば思い出せる。

### アルツハイマー型認知症の経過と症状の変化

#### 初期

新しいことが覚えられない。  
計画的に物事を進めることが出来ない。  
時間や日付、季節がわからない。  
場所がわからなくなる。  
うつ状態や物盗られ妄想。

※ 個人差がありますが一般的な症状の変化の目安です。

#### 中期

言葉が思い出せない。図形が上手く描けない。  
衣類を正しく着ることができない。  
目で見たものの位置をうまく把握できない。  
転倒することが増える。  
体の動きをうまくコントロールできなくなる。  
昼夜逆転、徘徊、幻覚、妄想、失禁。

#### 末期

人格や性格が極端に変わる。  
眼は動かすが身動きひとつしない。  
食べない、しゃべらない、動かない状態。

#### 健康管理

健康診断等を受けて自分の状態をしっかりと把握することで生活習慣病を予防していきましょう。

##### 基本的ケア

食事量／1日 3食 1500キロカロリー  
水分補給／1日 1.5～2L  
排便頻度／3日に1回以上の排便  
適度な運動／1日に15分以上の汗をかく運動



#### 医療

まずは、かかりつけの医師に相談しましょう。  
早期発見から診断に正しくつなげるには正しい情報提供が必要です。  
いつごろから、どんな症状が、どのくらいの頻度で出ているのか？  
これまでの病歴や現在服用している薬など  
正確な情報を感情的にならずに客観的に伝えられるようにしましょう。

#### 認知症疾患医療センター

認知症の専門医療により、医療と介護が連携するための専門医療機関です。

##### 医療法人 静和会 浅井病院

東金市家徳 33-1  
相談窓口  
☎ 0475-58-1411



※ 状況によっては入院等が必要な場合があります。定期的に医療機関にかかるようにしてください。

#### 認知症初期集中支援チーム



医療や介護サービスなどにつながらない等の状態、認知症の対応方法について悩んでいるなどの方はご相談ください。  
医療・介護の専門職が対象となる方に対し解決策を見出すためにチームで対応します。

おんじゅく地域包括支援センターまで、ご相談ください。

#### 介護予防

御宿町では、若年層から高齢者まで、**一体的な健康づくりの事業**を展開しています。



実施状況は、御宿町役場保健福祉までお問い合わせください。☎ 0470-68-6716、6717

#### 介護保険サービス



介護が必要？、、、まずは相談！ 御宿町役場 保健福祉課 介護保険の窓口(2階①) ☎ 0470-68-6716

##### 自宅で介護する

介護保険認定申請は済んでいますか？利用にあたっては調査、審査により要介護認定区分が必要です。

##### 住まう環境を整える

介護支援専門員(ケアマネ)に相談して自立に向けた支援を考えていきましょう。

訪問介護や通所介護、ご本人に合わせた支援を調整しましょう。手摺の取り付けなどの住宅改修や特定福祉用具など生活環境を整えていきましょう。

##### 施設で介護する



自宅での生活が心配と感じたら施設見学をして、ご本人の状態にあった施設を探してみたいか？短期的に入所の出来る施設や特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、グループホーム(認知症対応型共同生活介護)、有料老人ホーム、サービス付高齢者専用賃貸住宅等、様々な形態の施設があります。



#### 認知症の発症リスクを下げるには、、、

認知症の専門家からなるランセット委員会の調査分析結果(2024)として、教育、難聴、高血圧、肥満、喫煙、うつ病、社会的孤立、運動不足、糖尿病、過度の飲酒、頭部外傷、大気汚染、高コレステロール、視力低下の14の要因を改善することで、発症を遅らせることや、発症を約45%程度、予防する効果が期待できると報告しています。

認知症の発症や進行を予防するには、セルフマネジメント(自己管理)を適切に行い生活習慣の改善して、家族も含めた他者との交流が阻害されないように暮らすことが重要です。

参考文献: Dementia prevention, intervention, and care: 2024 report of the Lancet Commission

#### 権利擁護

生活に必要な福祉サービスなどをはじめとする様々な契約について判断することや、日常的な財産管理等を支援するものです。

福祉サービスの利用援助、財産の管理や保全を助ける	⇒	千葉県後見支援センター すまいる 日常生活自立支援事業	⇒	御宿町社会福祉協議会	☎ 0470-68-6725
契約行為や判断に不安があるなど誰かに手助けしてほしい	⇒	任意後見制度	⇒	茂原公証役場	☎ 0475-22-5959
		成年後見制度	⇒	千葉家庭裁判所 一宮支部	☎ 0475-42-3531

#### 相談

発症の年齢やその方の状態に合わせた相談の窓口があります。

介護認定や地域の活用資源、支援方法の相談等	⇒	地域での生活や各種制度利用について	⇒	おんじゅく地域包括支援センター	☎ 0470-68-6716
「誰かに話を聞いてほしい」、「使える制度を教えてください」等	⇒	認知症全般の事について	⇒	ちば認知症相談コールセンター	☎ 043-238-7731
65歳以下で職場の同僚やご家族で心配している等	⇒	若年性認知症について	⇒	千葉県若年性認知症専用相談窓口	☎ 043-226-2601

