

安心して暮らしていくために

認知症の相談・診断など

◆かかりつけ医

認知症について心配ごとがあればまずは「かかりつけ医」に相談しましょう。どこに受診したらよいか迷う場合は保健師にご相談ください。

◆認知症サポート医

専門の医療機関や地域包括支援センター等との連絡連携役となる医師です。

- 大空町東藻琴診療所
東藻琴383番地31 ☎(0152)-66-2611

◆近隣の物忘れ外来のある医療機関

- 北海道立 向陽ヶ丘病院
(認知症疾患医療センター)
網走市向陽ヶ丘1-5-1
☎(0152)44-0500
 - 桂友会 網走脳神経クリニック
網走市駒場北5丁目84番地7
☎(0152)67-5131
 - 北見赤十字病院
(認知症疾患医療センター)
北見市北6条東2丁目
☎(0157)24-3115
- ※どの医療機関も予約が必要となります。



大空町地域包括支援センター

(大空町役場福祉課健康介護グループ内)
(東藻琴総合支所住民福祉課福祉グループ内)

いつまでも自分らしく暮らしていくことができるよう、専門職が総合的に相談を受け、支援をします。

- 女満別 ☎0152-74-2111
- 東藻琴 ☎0152-66-2131
- *月～金 8:45～17:30
- 祝日・年末年始を除く



認知症カフェ

認知症の方やご家族、地域の方や専門職等の誰もが自由に参加し、認知症について学ぶ場です。

- メルヘンカフェ
毎月第4水曜日 13:30～15:00
女満別老人福祉センター
- はなぞのカフェ
毎月第4火曜日 13:30～15:00
シルバーハウジング集会室
- のんき～カフェ
毎月第3水曜日 13:30～15:00
ふれあいセンターフロックス 集会室



認知症サポーター養成講座

認知症の症状やその対応方法について学ぶ講座です。認知症サポーターは認知症について学び、地域で暮らす認知症の方を応援する「応援者」のような役割です。

90分の講座を受講することで、どなたでもなることができます。受講希望の方は、お気軽にお問い合わせください。

- 事務局 大空町役場 認知症地域支援推進員
☎ 0152-74-2111

～みんなで認知症の人にやさしい町づくり～

認知症は特別なことではありません。ご本人が望む生活を送るためには

認知症を理解することや、さりげない支え合いが大切です。

自分のため、みんなのため「お互い様」の輪を広げましょう。



大空町 認知症ガイド

概要版



認知症になっても住み慣れたまちで 安心して暮らし続けるために



このガイドは認知症について理解していただくとともに、認知症になっても住み慣れたこの地域でできるだけ自分らしい生活を送っていただけることを目指して、認知症の進行状況に応じたサービスや支援の概要をまとめたものです。

認知症の方やそのご家族の不安が少しでも軽くなり、地域の皆様にも活用いただければ幸いです。

認知症や保健・医療・福祉に関することなど、お気軽にご相談ください。

大空町役場 (地域包括支援センター)

福祉課 健康介護グループ 電話74-2111




住民福祉課 福祉グループ 電話66-2131

認知症かもしれないと思ったら、早めの相談・受診が大切です。

お気軽にご相談、「認知症ガイド」をご活用ください。

より幅広い内容となっている詳細版もございます。

認知症の人や家族を支援する主な制度やサービス

認知症の進行	認知症（軽度）		認知症（中等度）		認知症（重度）
	認知症の心配がある	認知症を有するが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> □約束を忘れることがある □いつも「あれがない」「これがない」と探している □「知っている人」や「物の名前」が出てこなくなる □趣味や好きなテレビに興味を示さなくなる □金銭管理や買い物書類作成はできる □たまに薬を飲み忘れる □物事の段取りが悪くなる 	<ul style="list-style-type: none"> □時間や日にちを間違える □新しいことがなかなか覚えられなくなったり、約束したことを忘れてしまう □同じ料理が多くなったり、調味料を間違える □買い物で小銭が使えない □通帳などの保管場所がわからなくなる □ゴミの分別ができなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> □電話の対応や訪問者の対応が難しくなる □家電などが使えなくなる □鍋を焦がすことが多くなる □買い物など今までできたことにミスが目立つ □服薬管理ができない □たびたび道に迷うようになる 	<ul style="list-style-type: none"> □質問に答えられなくなる □家族の顔や名前がわからなくなる □着替えや食事、トイレなど日常生活に支障をきたす □「財布をとられた」「お金がなくなった」と言い出す □自宅がわからなくなり、徘徊が増える □季節・日にち・時間がわからなくなる □ついさっきのことも忘れてしまう 	<ul style="list-style-type: none"> □ぼぼ寝たきりで意思の疎通が難しくなる □尿や便の失禁が増える □飲み込みが悪くなり食事介助が必要になる □言葉によるコミュニケーションが難しくなる □介護なしに日常生活を送ることができない
家族の気持ち(例)	●否定 年齢のせい、言えはざるはず		●混乱 ●認知症状に振り回されてしまう ●拒絶 ●介護の疲れ		●割り切り ●受容
家族の心がまえ	<ul style="list-style-type: none"> □早めに認知症について相談しましょう □認知症や介護について学ぶ機会を持ちましょう 	<ul style="list-style-type: none"> □心配なことを抱え込まないようにしましょう □仲間を作りましょう 	<ul style="list-style-type: none"> □頑張りすぎない介護をしましょう □認知症を隠すのではなく、身近な人を理解者や協力者にしましょう 	<ul style="list-style-type: none"> □介護をする人も、自分のことを大切に、健康にも気を付けましょう □今後のことについて検討し、必要に応じて施設の情報収集など早いうちに行っていきましょう □今後のことについて検討し、早い段階で医師やケアマネージャーなどと相談し、どういった対応が必要か確認をしておきましょう 	
ケアのポイント	<p>気づき～相談</p> <ul style="list-style-type: none"> □早めに認知症やその予防、介護に関する相談をする 	<p>介護保険の申請など</p> <ul style="list-style-type: none"> □安心した生活を送れる環境を整える □介護保険を申請 □薬による治療 □役割や社会参加の機会を持つ 	<p>日常的な支援、行動心理症状や身体合併症への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> □介護サービスの利用 □地域での見守りや支えあい □不安が強くなるなど、症状が悪くなってきたときには、専門の医療機関へ 		<p>さらなる介護方針の検討</p> <ul style="list-style-type: none"> □介護保険サービスの利用 □在宅での診療、介護 □穏やかに苦痛なく過ごす
本人・家族を支援する主な制度やサービス	相談	地域包括支援センター（大空町役場内） 認知症初期集中支援チーム			
		ケアマネージャー			
	医療	町内医療機関 物忘れ外来 認知症疾患医療センター			
	介護・福祉	介護保険サービス（ヘルパー デイサービス デイケア ショートステイ 福祉用具貸与 福祉用具購入など）			
		緊急通報用電話の貸与 配食サービス 日常生活自立支援事業 成年後見制度			
		見守りネット事業			
	予防	一般介護予防事業（脳刺激訓練教室・介護予防講演会など） サロン 運動教室 老人クラブ			
	定期的な健康診断				
地域の見守り	認知症サポーター養成講座（認知症サポーター・大空町認知症サポーターのいるお店）				
	SOSネットワーク				
	認知症カフェ（メルヘンカフェ・のんき～カフェ・はなぞのカフェ）				
家族支援	介護者向け認知症カフェ				
住まい	自宅				
	シルバーハウジング				
	生活支援ハウス（～要介護1）				
	認知症高齢者グループホーム（要支援2～）		特別養護老人ホーム（要介護3～）		