

# 認知症って？

## 認知症は脳の病気です

認知症とは、脳の細胞が壊れてしまったり、働きが悪くなることにより、生活をする上で支障が継続している状態のことをいいます。

原因は様々ですが、誰にも起こりうる可能性がある病気です。

## 心配になったら早めの対応を！

早く診断を受け、症状が軽いうちにその人に合った治療を受けることで、ある程度症状の進行を遅らせることができる場合があります。

症状が軽いうちに受診したり、必要な支援に結び付けられれば、家族など本人を支える人の負担感を軽くすることができます。周りの人が余裕をもって対応できれば、ご本人の気持ちの安定にもつながります。



# 認知症チェックリスト

生活しているなかで  
気になることはありませんか？

- 同じことを言ったり聞いたりする
- 物や人の名前が出てこない
- 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
- 蛇口・ガス栓の閉め忘れ、火の用心ができなくなってきた
- だらしなくなった
- 日課をしなくなった
- 時間や場所の感覚が不確かになってきた
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 複雑なテレビドラマなどが理解できない
- 財布などを盗まれたと言う
- 慣れた所で道に迷った
- 夜中に起きだして騒いだ
- 以前はあった関心や興味が失われた

3つ以上当てはまった方は  
まず相談を

みんなで知ろう・支えよう

# 認知症

認知症になっても  
佐渡で安心して  
暮らしていくために

紫蘭

花言葉

「あなたを忘れない」



佐渡市役所 高齢福祉課

# どうしよう？

## ①相談機関へ

認知症かも…と思ったら、まず相談しましょう。

## ②困りごとを整理する

困ったことを書きだすことで、冷静になれることがあります。今の自分を振り返ってみましょう。

## ③みんなで支える

認知症はみんなで支える病気です。ひとりで抱え込まずに、家族、親戚、近所の人など周りの人に頼りましょう。

自分のこと…  
家族のこと…  
地域の人のこと…  
心配なことがあったら  
お近くの相談窓口へ



# 佐渡市内の相談機関

## <専門相談機関>

佐渡総合病院  
認知症疾患医療センター  
☎63-3121(代)

(若い人の認知症)  
若年性認知症支援センター  
☎66-4182

## <専門医療機関>

- ・佐渡総合病院 (神経内科)
- ・佐渡総合病院  
認知症疾患医療センター (精神科)
- ・汐彩クリニック

## <制度に関する問合せ>

(介護保険・在宅福祉サービス)  
佐渡市役所 高齢福祉課  
☎63-3790

## <地域の中の困りごと>

(両津地区)  
佐渡東地域包括支援センター  
☎23-5515

(相川・佐和田・金井地区)  
佐渡西地域包括支援センター  
☎57-8152

(新穂・畑野・真野地区)  
佐渡中地域包括支援センター  
☎58-7173

(小木・羽茂・赤泊地区)  
佐渡南地域包括支援センター  
☎88-3844



認知症に「早く」気がつくことで、できることがあります

## 早く「発見」

認知症について正しく知り、  
症状が軽いうちに準備。  
周りの人とも話し合しましょう。

## 早く「診断」

まずは診断を受けることが大切です。  
早めの治療で改善するものも  
あります。

## 早く「治療」

自分に合った治療を受けることで  
進行を遅らせることができ、  
症状が落ち着くことがあります。

認知症の段階

本人の様子（目安）

対応のポイント

元気

認知症の疑い

認知症（軽度）

認知症（中等度）

認知症（重度）

自立

誰かの見守りがあれば  
日常生活は自立

日常生活を送るには  
支援や介護が必要

常に専門的な医療や  
介護が必要

- 健康づくり、  
介護予防に取り組む
- 地域の活動に参加する



- ものわすれの自覚が出てくる
- 計算や漢字など、ちょっとしたミスが増える



- 同じことを何度も聞く
- 物や人の名前が出てこない
- 料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる



- 「ものを盗られた」などの発言が出る
- 家までの帰り道が分からなくなる
- 読み書きが苦手になる
- ものわすれの自覚がない



- 食事、トイレ、移動など日常生活に関することが、誰かの助けがないと難しい
- 車いすやベッド上での生活が長くなる
- 言葉数は少なくなるが、感覚は残っている

- 本人と一緒に楽しく、認知症予防の取組をしましょう。



- 気になるり始めたら、年のせいにはせず、早めにかかりつけ医や相談窓口にご相談しましょう



- できないことは責めず、本人ができないことをサポートしましょう
- 認知症についての勉強や介護保険サービスの利用について相談しましょう



- 様々な症状が出始め、支える人が疲れる時期です。人の助けを借りましょう
- 通所サービスのみでは困難です。訪問系やその他のサービスも検討しましょう



- 本人が安心できる環境づくりを心がけましょう
- 最期の迎え方について話し合いをしておきましょう



# 【佐渡市認知症ケアパス】 ~いつ、どこで、どんな支援やサービスが受けられる?~






認知症の段階

相談する

予防・参加する

保健・医療・介護

生活支援・見守り

元気	認知症の疑い	認知症（軽度）	認知症（中等度）	認知症（重度）
自立		誰かの見守りがあれば 日常生活は自立	日常生活を送るには 支援や介護が必要	常に専門的な医療や 介護が必要
地域包括支援センター（ものわすれあんしん相談）			施設への意向	
		認知症疾患医療センター 若年性認知症支援センター		
介護支援専門員（ケアマネジャー）				
認知症カフェ 認知症の人と家族の会				
健康づくり事業 介護予防教室 介護予防サービス（デイサービスなど）				
認知症予防講演会 認知症サポーター養成講座				
集落の集まり 老人クラブ 地域の茶の間など				
かかりつけ医 歯科 薬局				
健康診断 歯科健診			訪問診療 訪問看護	
		一般介護サービス（訪問介護・デイケア・ショートステイ・小規模多機能型サービスなど）		
認知症専門サービス（認知症通所サービス・グループホームなど）				
認知症初期集中支援チーム				
安否確認・緊急通報サービス・移送サービス・生活支援サービス			在宅介護手当	
		日常生活自立支援事業・成年後見制度		