



家族教室テキスト

もの忘れのある人を支える 家族を応援します

～もの忘れのある人と家族がいつまでも輝くために～



もくじ・スケジュール

家族教室の時間は1回概ね2時間で、2部構成となります。

- 前半（30～45分程度） 情報提供（講義）
- 後半（75～90分程度） 個別相談と参加者の自由交流会

回	タイトル	担当 / 講師	ページ
1	ようこそ家族教室へ	いきいき支援センター職員	1
2	認知症について 正しく理解しよう	地域の医師	5
3	いろいろな制度について 知ろう	いきいき支援センター職員	13
4	認知症の人への 関わり方を学ぼう	介護保険施設などで認知症の人への 介護に携わる専門職	21
5	介護の体験を聴こう	公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部	25
附録	認知症に関する相談先と認知症関連事業 一覧		28
	いきいき支援センター（地域包括支援センター）一覧		30
	受診にあたってのメモ		32

※ それぞれの回のタイトルは標準的な例であり、変更となる場合もありますので予めご了承ください。



いきいき支援センター（地域包括支援センター）とは

高齢者がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活できるよう、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員などの専門職がチームとなって、健康・福祉・介護などさまざまな面から高齢者を支える機関で、市内に29か所（各区1～2か所）のセンターと16か所の分室（各区1か所）を設置しています。

また、「認知症総合相談窓口」として、認知症に関するさまざまな相談に対応しています。



高齢者の身近な地域における相談窓口です。
健康・福祉・介護など様々な面の悩みごとをお気軽にご相談ください。

■開設時間：月～金曜日（祝休日・年末年始を除く）9時～17時

■相談費用：無料 ■設置場所・連絡先：P.30～31 一覧参照

いつまでも元気に！ 介護予防をすすめます

- ・要支援・要介護状態になるおそれのある人への支援
- ・要支援1・2と認定された人への支援



保健師等

高齢者のみなさまの権利を守ります

- ・高齢者虐待・権利擁護
- ・消費者被害の相談



主任介護支援専門員

いきいき支援センターって どんなところ？



社会福祉士

さまざまな問題について相談に応じます

- ・健康・福祉・介護などの総合的な相談
- ・認知症に関する相談

孤立しがちな方への見守り支援を行います

- ・孤立しがちな人への個別支援
- ・見守り電話

「認知症の人を介護するご家族」を支援します

- ・家族教室・家族サロン
- ・医師（もの忘れ相談医）の専門相談
- ・認知症サポーター養成講座の開催

認知症の早期発見・早期対応へ向けた支援を行います

医療・介護の専門職と専門医とで構成された「認知症初期集中支援チーム」が、認知症が疑われる人、認知症の人とご家族への訪問等による支援を通じ、自立生活のサポートをします。

認知症の人が安心して暮らせる地域づくりを進めます

認知症地域支援推進員を中心として、地域資源の把握や「なごや認知症カフェ」の運営支援などを行い、認知症の人やご家族が暮らしやすい地域づくりを進めます。

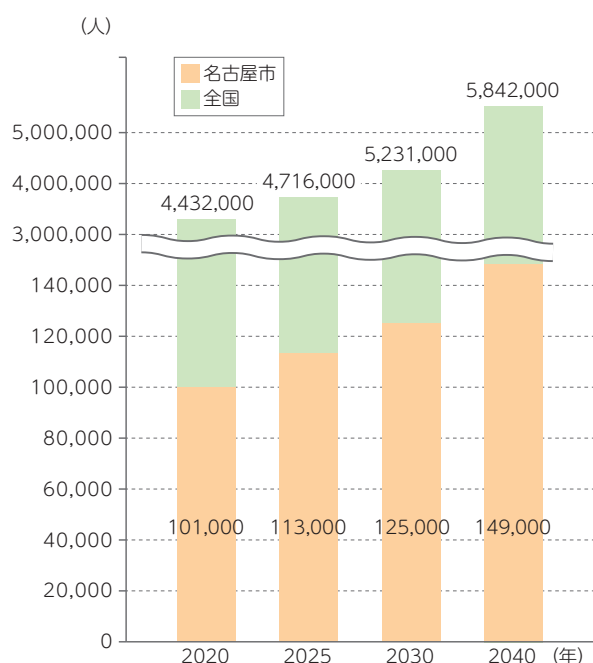
※名古屋市のいきいき支援センターは、名古屋市が委託をした法人が運営しています。

認知症の動向

高齢化の進展にともない、認知症の人は増えています。2020年は認知症の人は全国で約602万人でしたが、2030年には744万人に増加すると推計されており、名古屋市においても12万5000人になると推計されています。

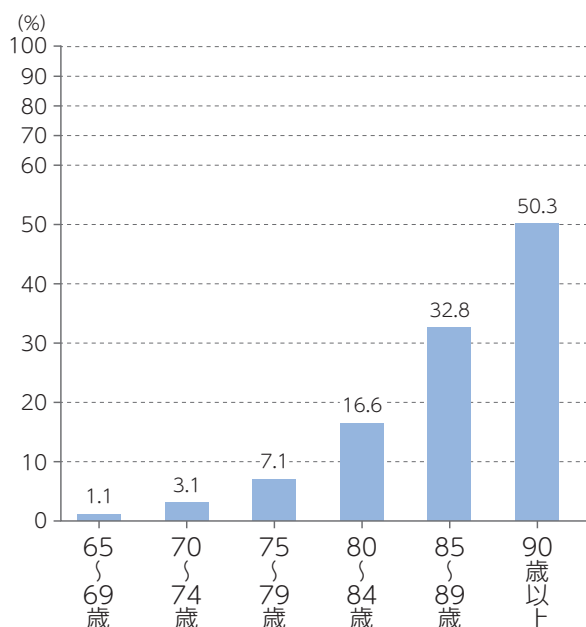
また、65歳以降の年齢を5歳ごとに区切って、認知症の有病率を比べてみると、85歳～89歳では30%以上、90歳以上では60%以上と、多くの高齢者が認知症とともに生きています。

認知症高齢者数の将来推計



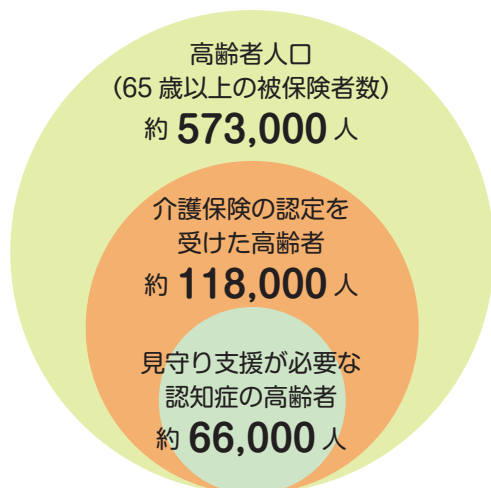
九州大学「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究」(令和5年度老人保健事業推進費等補助金)

年齢別の認知症有病率



九州大学「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究」(令和5年度老人保健事業推進費等補助金)

名古屋市の状況



令和5年3月末現在 (推計値)

現在、概ね高齢者の9人に1人(約11%)が認知症で見守りが必要な人です。

また、認知症高齢者の半数以上は在宅で介護を受けています。



認知症は身近な病気です。





名古屋市認知症の家族支援事業

日々、介護で大変苦勞されていることと思います。いきいき支援センターでは家族支援事業として、下記の取り組みを行っています。ぜひご活用ください。

家族支援

介護方法が分からない

- 1) 同じことを何度も聞く
- 2) 徘徊、暴言、興奮症状などがある
- 3) 外出すると迷子になるので目が離せない

介護疲れ

- 1) 1人で介護し、気分的に憂鬱
- 2) 病気を理解していても、つい手がでる
- 3) 外出すると迷子になるので目が離せない

介護者の仲間づくり

- 1) 介護の経験者と交流がしたい
- 2) 介護の悩みを分かかってほしい
- 3) 自分と同じ思いの人と話がしたい

認知症の相談

- 1) 認知症かどうか、判断に迷っている
- 2) 認知症の専門病院を教えて欲しい
- 3) 認知症の早期発見・早期治療について

認知症 家族教室の 開催

頻度：毎月1回程度
(5回コース)
対象：認知症の人を
介護する家族等
※原則5回参加

家族サロンの 運営

頻度：毎月1回程度
対象：認知症の人を
介護する家族等

もの忘れ 相談医による 専門相談

頻度：毎月1回程度(予約)
対象：認知症の人を
介護する家族等

地域支援

認知症サポーター養成講座

(対象:民生委員・住民組織など)

認知症の知識の 普及啓発

「認知症サポーターとは」…厚生労働省が推進する「認知症サポーターキャラバン」の一環である「認知症サポーター養成講座」を受講した方です。認知症について正しい知識をもち、認知症の人や家族を応援し、だれもが暮らしやすい地域をつくっていくボランティアです。



▲ある認知症サポーター養成講座の一コマ





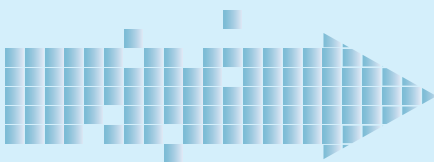
加齢によるもの忘れと認知症によるもの忘れの違い

年をとれば誰でも、もの忘れが多くなります。しかし、認知症によるもの忘れは加齢によるものとは違い、記憶がまるごと抜けてしまうことが特徴です。

例えば、朝食を食べたとしても「朝食はまだか？」と聞くのは、食べたこと自体をまるごと忘れてしまう“記憶障害”が原因です。しかし、家族や周りの人は「朝食はまだか？」と何度も聞かれると、「さっき食べたばかりなのに何を言っているの！」と不可解に思います。こうした認識のズレが関係性の悪化を招き、行動・心理症状を引き起こす場合があります。

加齢による “もの忘れ”と出来事の流れ

記憶の流れ



←加齢によるもの忘れ
(出来事の一部)

加齢による“もの忘れ”

体験の一部を忘れる

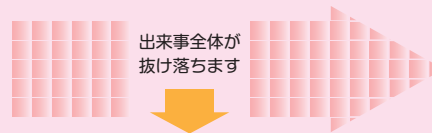
ヒントを与えられると思い出せる

時間や場所などは正しく認識

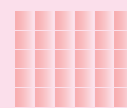
日常生活に支障はない

アルツハイマー型認知症の “もの忘れ”と出来事の流れ

記憶の流れ



出来事全体が
抜け落ちます



←アルツハイマー型
認知症のもの忘れ

アルツハイマー型認知症の“もの忘れ”

体験全体を忘れる

新しい出来事を記憶できない

ヒントを与られても思い出せない

時間や場所などの認識が混乱

日常生活に支障がある

出典：「相談 e-65.net」





認知症は脳の病気です

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が縮んだり、働きが悪くなるために「物事を記憶したり、判断する能力」や「時間、場所、人などを認知する能力」などが低下し、生活をする上で支障が出ている状態（およそ6か月以上継続している）を指します。

●主な認知症の比較

疾患	アルツハイマー型認知症	血管性認知症	レビー小体型認知症	前頭側頭型認知症
発症と経過	<ul style="list-style-type: none"> 緩やかに発症し徐々に進行する 	<ul style="list-style-type: none"> 突然発症し階段状に進行する場合と、緩やかに発症し徐々に進行する場合がある 	<ul style="list-style-type: none"> 緩やかに発症し進行する 	<ul style="list-style-type: none"> 初期から言語障害と行動障害が現れる場合がある
認知機能障害の特徴	<ul style="list-style-type: none"> 認知機能全般的に障害がある 初期から記憶障害が現れる場合がある 	<ul style="list-style-type: none"> 記憶障害は比較的軽い 	<ul style="list-style-type: none"> 初期の記憶障害は目立たない 認知機能の変動が起こる場合がある 	<ul style="list-style-type: none"> エピソード記憶より意味記憶の障害が目立つ
運動障害	<ul style="list-style-type: none"> 重度になるまで現れない場合がある 	<ul style="list-style-type: none"> 片麻痺などにより、初期から手足の動きが悪い場合がある 	<ul style="list-style-type: none"> パーキンソン病様症状が現れる場合がある 転倒が増える 	<ul style="list-style-type: none"> 運動障害は目立たない
行動・心理症状の特徴	<ul style="list-style-type: none"> もの盗られ妄想 うつ状態 ひとり歩き（徘徊） 	<ul style="list-style-type: none"> 感情失禁 意欲低下 夜間せん妄 	<ul style="list-style-type: none"> 鮮明で反復出現する幻視 幻視に基づく妄想 	<ul style="list-style-type: none"> 人格の変化 脱抑制 常同行動 食行動の異常

- 「認知機能の変動」 日や時間帯で、はっきりした状態とボーっとした状態の波がある
- 「エピソード記憶の障害」 自分の体験したそのものを忘れてしまう障害
- 「意味記憶の障害」 ものや言葉の意味を忘れてしまう障害
- 「パーキンソン病様症状」 ふるえ、動作が緩慢、小刻み歩行など
- 「感情失禁」 激しい感情が引き起こされ、涙が止まらなくなるなどの症状
- 「せん妄」 軽度の意識障害で、急に異常行動が現れること
- 「脱抑制」 ルールを守る必要があることが分からなくなる
- 「常同行動」 毎日同じ時間に同じ道順で散歩するなど、同じ行動を繰り返すこと



認知症の原因となる病気によって、その後の治療やケアの方法が変わってきます。まずは早期受診・早期発見が大切です。



認知症の診断・治療

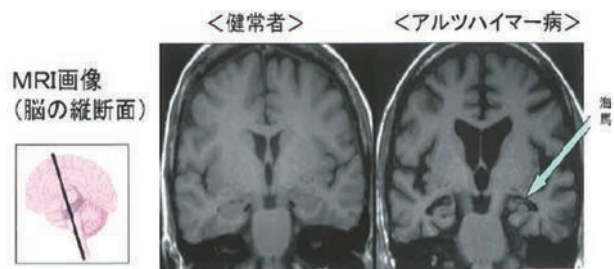
認知症の診断は初期ほどむずかしく、熟練した技術と高度な検査機器を要する検査が必要となります。専門医へ受診することが必要です。

CT、MRI、脳血流検査などの画像検査、記憶・知能などに関する心理検査に加え、認知症に似た症状を引き起こす身体の病気ではないことを確認する検査を行います。



よく質問されること

- ・症状はいつ頃からどのように？
- ・現在どんな症状か
- ・今までかかったことのある病気
- ・現在治療を受けている病気
- ・飲んでいる薬



※アルツハイマー病では海馬と脳全体の萎縮がみられる。

認知症の治療

アルツハイマー型認知症

…早期ほど、薬で進行を遅らせることができます。初期から使い始めると健康な時間を長くすることも可能になります。

血管性認知症

…薬や身体活動を高めるリハビリテーションなどの治療により、脳梗塞などの病気の再発を防止することが大切です。

名古屋市 もの忘れ検診

対象者	受診する年度に 65 歳以上になる市民
実施場所	市内の協力医療機関（要予約）
自己負担	無料
受診回数	年度に 1 回
検診内容	問診による認知機能検査

〈認知機能の低下が疑われたら〉

精密検査実施医療機関での受診を案内されます。精密検査は保険診療のため、医療費の自己負担分がかかりますが、後日、市に申請することで、全額助成を受けられます。（償還払い）



早期に治療をすることによって認知症状が改善する場合があります。

正常圧水頭症、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫…脳外科的処置を行います。

甲状腺ホルモン異常 …内科的治療を行います。

不適切な薬の使用 …薬を止める、もしくは調整をします。



受診について

まずは、「かかりつけ医」にご相談ください。また、専門医療機関への受診を検討する際には、日頃からご本人の状況をよく把握している「**かかりつけ医**」、もしくは「**いきいき支援センター**」にご相談ください。

●認知症の専門医療機関

主に脳神経内科、神経内科、老年内科、精神科、心療内科など。

CT・MRIなどの画像検査や、記憶・知能に関する心理検査、身体の病気を確認する血液検査を行います。(P.8 参照)



□もの忘れ相談医

もの忘れ相談医とは、認知症診断の知識・技術、ご家族からの相談への対応方法に関する研修を修了した、かかりつけ医のことです。

お住いの区のもの忘れ相談医については、いきいき支援センターにお問い合わせください。家族支援事業では、もの忘れ相談医による専門相談（予約制）も行っております。



□認知症疾患医療センター

名古屋市には認知症の専門医療機関として「認知症疾患医療センター」があります。認知症に関する医療相談を行うほか、認知症の鑑別診断（認知症の原因となる病気を特定すること）や症状が悪化した場合の対応などを行います。



□認知症初期集中支援チーム

認知症の人や認知症の疑いがある人が、病院の受診や介護サービス等の利用ができていない場合などに、在宅生活を継続できるよう、ご自宅にチーム員が訪問するなどして、サービス利用の動機付けや利用の調整、認知症の重症度に応じた助言、介護負担感軽減のための家族への支援を行います。

<https://www.city.nagoya.jp/kenkofukushi/page/0000043503.html>(名古屋市HP)

●市内の認知症疾患医療センター

名称	所在地	電話番号
名鉄病院	西区栄生 2-26-11	052-551-2802
偕行会城西病院	中村区北畑町 4-1	052-485-3737
まつかげシニアホスピタル	中川区打出 2-347	052-352-4165
あいせい紀年病院	南区曾池町 4-28	052-821-7703
もりやま総合心療病院	守山区町北 11-50	052-795-3560
藤が丘さくらなみクリニック	名東区藤見が丘 25-2	052-769-1511
八事病院	天白区塩釜口 1-403	052-832-2181



P.32に受診にあたってのメモがあります。ご活用ください。



認知症の症状 ～認知機能障害と行動・心理症状～

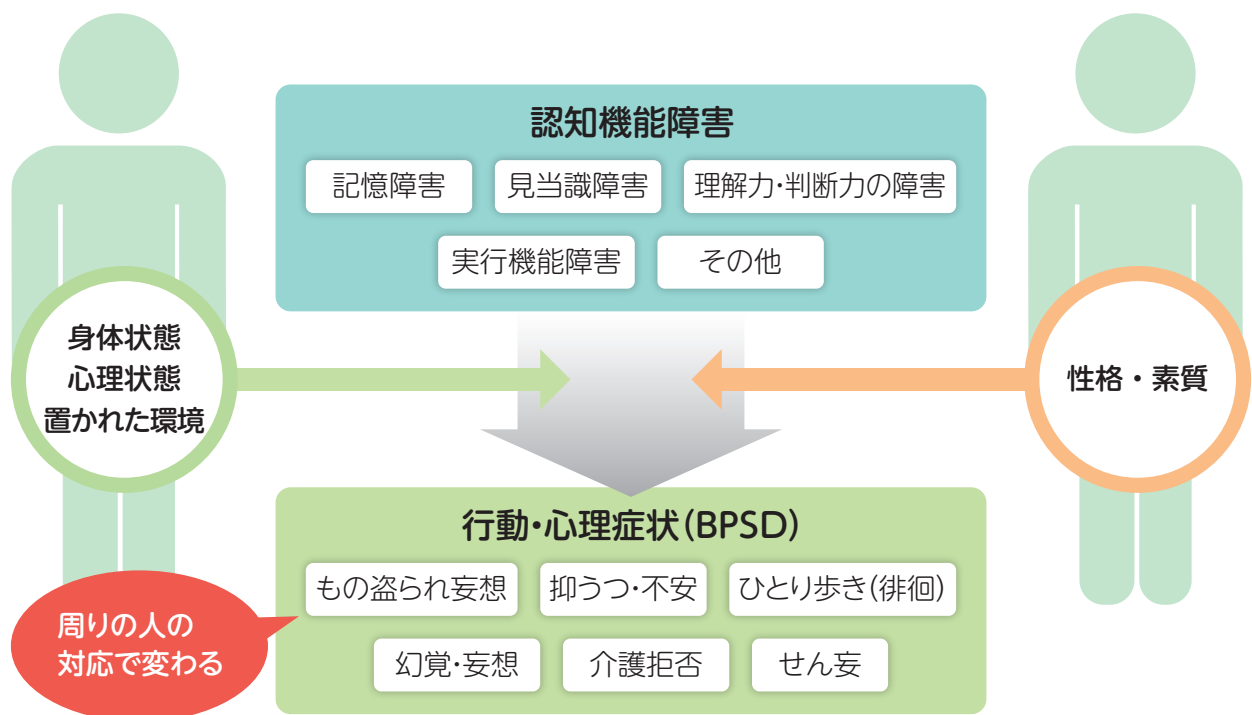
認知症の症状には「**認知機能障害**」と「**行動・心理症状**」があります。

認知機能障害とは

脳の細胞が変化することによって直接起こる症状を「**認知機能障害**」と呼びます。記憶障害、見当識障害、理解力・判断力の障害、実行機能障害などがあります。

行動・心理症状とは

対して、身体的な不調（便秘や発熱、痛みやかゆみなど）や薬の副作用、不快な環境（暑すぎる、明るすぎるなど）や周囲との関係、あるいは本人の性格など様々な要因がからみ合って、精神症状や日常生活における行動上の問題が起きる場合があります。これを「**行動・心理症状**」と呼びます。



認知症によって、できなくなるだけでなく、保たれていることにも目を向けます。



認知症の症状 ～認知機能障害～

記憶障害

自分の体験した出来事や過去についての記憶が抜け落ちる。初期の段階から現れる場合も。

- 待ち合わせをしたことを忘れる。
- 朝食を食べたことを忘れる。

見当識障害

現在の年月・時刻・場所(どこにいるか)等が分からなくなる。記憶障害と並んで初期の段階から現れる場合も。

- 時間の感覚が薄れ、予定にあわせて準備できなくなる。
- 季節の感覚が薄れ、季節感のない服を着る。
- 今いる場所が分からない。
- 今日が何月何日か分からない。



理解・判断力低下

ものごとを理解したり、判断することに時間がかかる等支障が出る。

- 考えるスピードが遅くなる。
- 二つ以上のことが重なるとうまく処理できない。
- いつもと違うできごとに混乱をきたしやすい。
- 訪問販売などで多額のローンを組んで、高価な布団を買ってしまう。
- お金を支払おうとすると、財布からいくら出せばいいのか分からなくなる。

実行機能障害

計画を立てたり、段取りをすることに支障が出る。

- 今までできていた仕事の手順が分からない。
- いつも作っていた味噌汁を作る手順が分からない。



その他

失行・失認・失語など

- 失行…運動・感覚の障害がないにも関わらず、今まで行ってきた動作ができなくなる状態
- 失認…目や耳など感覚機能の障害がないにも関わらず、ものの位置や物体の認識ができなくなる状態
- 失語…脳にある言語中枢(言葉を発する、理解する等)が障害されて起こる言語障害
 - 知っているはずの人の顔が分からない。
 - 知っているはずの物の使い道が分からない。
 - 物の名称が分からない。
 - 衣類の上下が分からず、逆さまに着たり、ボタンの掛け違いがいつもある。



認知症の症状 ～行動・心理症状(BPSD)～

幻覚・妄想

- いない人が見えるという。
- (天井の模様を見て) 虫がいると言う。
- 人が物を盗んだと言う (もの取られ妄想)



抑うつ・不安

- できていたことができなくなることで自信を失う。
- すべてのことが面倒に思える。



ひとり歩き

- 外出したが、暗くなると自宅への帰り道が分からなくなる。
- 外出したが、行き先が分からなくなり、迷子になる。
- いつも夕方になると「家に帰る」と言って出て行こうとし目を離すと出て行ってしまう。

⇒名古屋市では、行方不明のおそれがある人が利用できる事業を実施しています。

P.20をご確認ください。



暴言・暴力

- ちょっとしたことと興奮して、家族に対し暴言を吐いたり手を振りあげてたたく。



進行する認知症状（認知機能障害）は改善が困難ですが、行動・心理症状(BPSD)は適切なケアによって軽減できます。第4回 (P.21～) で、認知症の人への関わり方を学びましょう。



介護保険制度について

●介護保険制度とは

介護保険制度は、日常生活で介護や支援が必要となった方に介護サービス、介護予防サービスを提供し、本人とその家族の生活を支援する公的制度です。

また、介護予防や自立に向けた支援を行うための介護予防・生活支援サービス事業、一般介護予防事業を実施し、多様な担い手による多様なサービス等を提供しています。

●対象者について

●介護サービス、介護予防サービスを利用できる人

①第1号被保険者(65歳以上の人)

要介護・要支援認定において、要支援1・2、要介護1～5と認定された人

②第2号被保険者(40～64歳の医療保険に加入されている人)

要介護・要支援認定において、要支援1・2、要介護1～5と認定された人

※脳血管疾患など加齢に伴う16種類の病気によるものに限る

●介護予防・生活支援サービス事業を利用できる人

要介護・要支援認定において、要支援1・2と認定された人、または第1号被保険者のうち基本チェックリストにより介護予防・生活支援サービス事業対象者(以下「事業対象者」といいます。)と判定された人

●一般介護予防事業を利用できる人

第1号被保険者のすべての人

●サービス利用のための判定

●要介護・要支援認定

介護認定審査会において、認定調査の結果と主治医意見書をもとに、介護や支援の必要とする度合いを審査・判定するものです。判定結果は、要支援1・2、要介護1～5、非該当の段階があります。

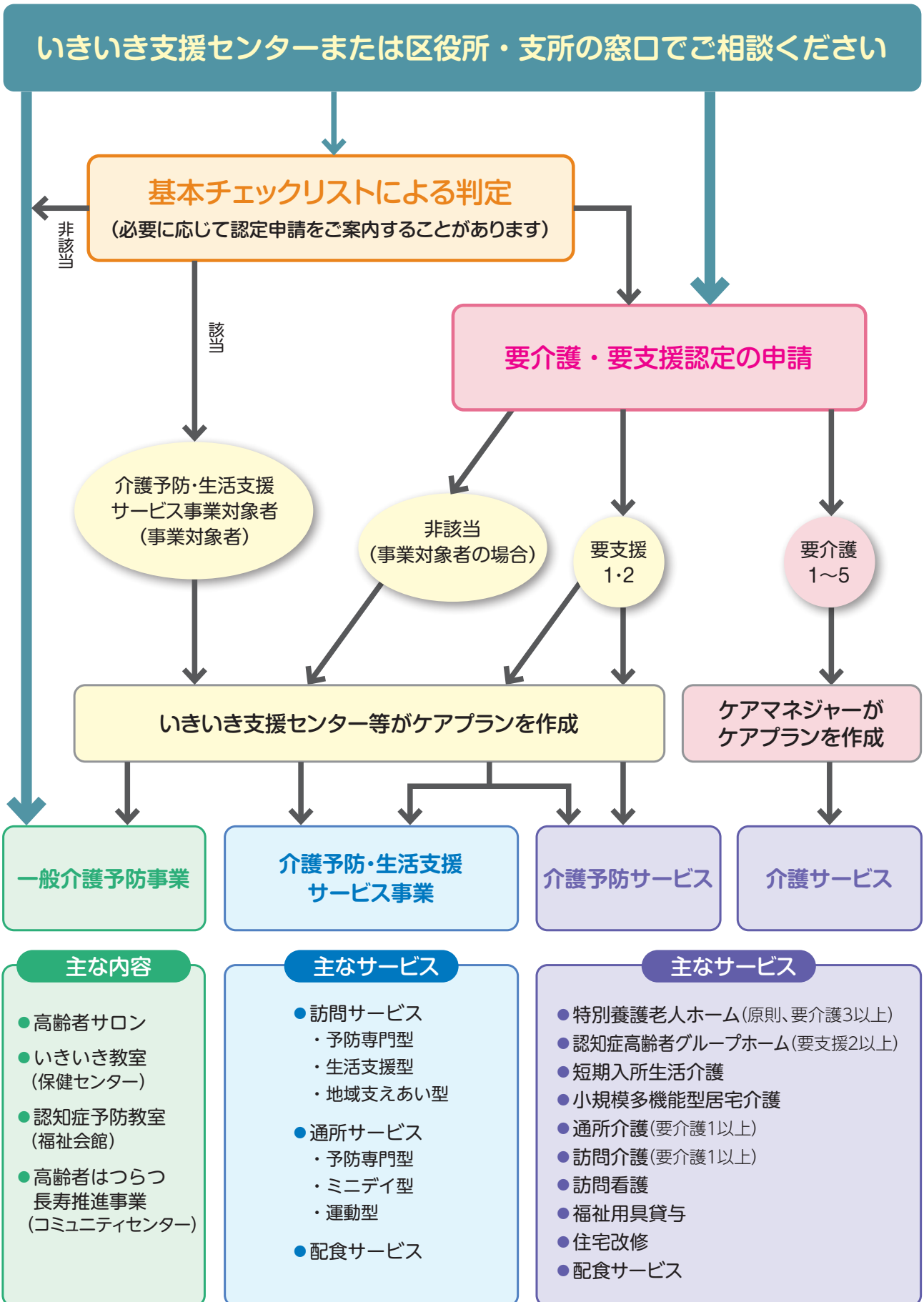
●基本チェックリストによる判定

相談窓口において、日常生活や心身の状態に関する25項目の質問等により、心身の機能が低下していないか判定するものです。該当すると事業対象者となります。

●利用者の負担

介護サービス、介護予防サービスおよび介護予防・生活支援サービス事業を利用したときは、かかった費用の1割～3割が自己負担となります。

●利用手続きの流れ





主なサービスの特徴

●訪問介護（ホームヘルプ）、予防専門型訪問サービス

ホームヘルパーの訪問によって、自宅で身体介護や家事の援助を受けるものです。
本人と一緒に昼食を作ったり、部屋の掃除を一緒に行ったりするなど、認知機能の低下などにより支援が必要となる部分のサービスを受けることができます。

●通所介護（デイサービス）、予防専門型通所サービス

自宅から日中の時間に、デイサービスセンター等の施設に通い、レクリエーションや機能訓練、食事や入浴等の介護を受けるものです。

利用者の方は、家族以外の人と交流することができ、適度な刺激を受けることができます。
また、家族も介護から離れる時間を確保できるメリットがあります。

●短期入所生活介護（ショートステイ）

短期間、特別養護老人ホーム等の施設に宿泊し、食事や入浴その他日常生活に必要な介護等を受けるものです。

家族が冠婚葬祭や旅行などにより介護ができない場合のほか、介護を一休みしたい時に利用することもできます。

●認知症高齢者グループホーム、特別養護老人ホーム

①認知症高齢者グループホームは、認知症の人がスタッフの介護を受けながら、少人数での共同生活を営むものです。

②特別養護老人ホームは、常時介護が必要で家庭での介護が困難な方が入所し、介護を受けるものです。

認知症の人の症状は多様なため、家族の介護負担は少なくありません。また、症状が進行し必要な介護が増えてくると、家族だけでは十分な対応が困難となることもあります。

そのため、認知症と診断を受けた初期から、認知症高齢者グループホームや特別養護老人ホーム等の見学をしたり、家族会などで施設を利用している家族等から話を聞いたりする機会を作ることは大切なことです。



NAGOYA かいごネット

介護保険制度の説明や、介護サービス事業者の検索など、名古屋市の介護保険に関する様々な情報を提供しています。
その他に、在宅での診療が可能な医療機関や高齢者サロン、認知症カフェなど、高齢者の方が自分らしく生活していくための情報も提供しています。

<https://www.kaigo-wel.city.nagoya.jp/view/kaigo/top/>



NAGOYA かいごネット

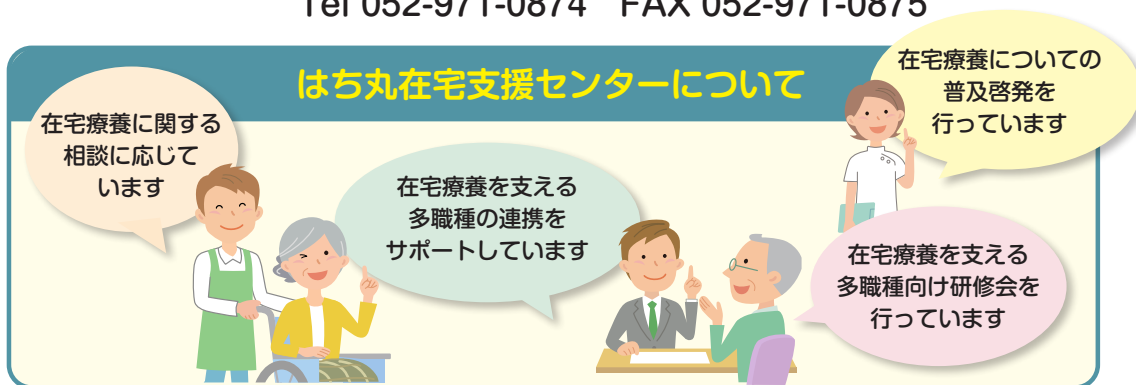
検索

在宅医療と介護連携について

●名古屋市はち丸在宅支援センターとは

医療や介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して暮らすことが出来るよう、市民からの在宅療養に関する様々な相談に、専門知識を持った相談員が対応します。また、切れ目のない在宅医療・介護サービスを提供できるよう多職種の連携を支援します。在宅療養に関する不安やお悩みについて、お気軽にご相談ください。

- 相談費用：無料
- 開設時間：月～金曜日（祝休日、年末年始を除く） 9：00～17：00
- 設置場所・連絡先：東区東桜 1-4-3 大信ビル 2階
Tel 052-971-0874 FAX 052-971-0875



障害者・認知症高齢者権利擁護事業(日常生活自立支援事業)について

障害者・高齢者権利擁護センターは、知的障がい者、精神障がい者、認知症高齢者などの判断能力が不十分な人が身の回りのことや日常的な金銭管理などでお困りの場合、地域で安心して生活が送れるように次の事業を行っています。

- 障害者・高齢者権利擁護センター・連絡先：P.28 参照

金銭管理サービス

ご自分の預貯金を金融機関から出金したり、計画的に活用できないといった不安をお持ちの場合に、本人との契約にもとづき、入出金のお手伝いや公共料金・福祉サービスの利用料などのお支払いを支援します。

財産保全サービス

定期預金通帳や年金証書などの大事な書類を、ご自身で安全に保管することができないといった不安をお持ちの場合に、本人との契約にもとづき、その財産を安全にお預かりします。

福祉サービスの利用援助

金銭管理サービスまたは財産保全サービスの利用者に対し、お宅を定期的に訪問して、安心した生活をする上で必要な福祉サービスの利用を援助します。

相談事業

- ①生活相談
日常的な金銭管理や財産保全に関する相談に職員が応じます。
- ②法律相談（要予約）
相続、遺言、契約などの法律に関する相談に弁護士が応じます。

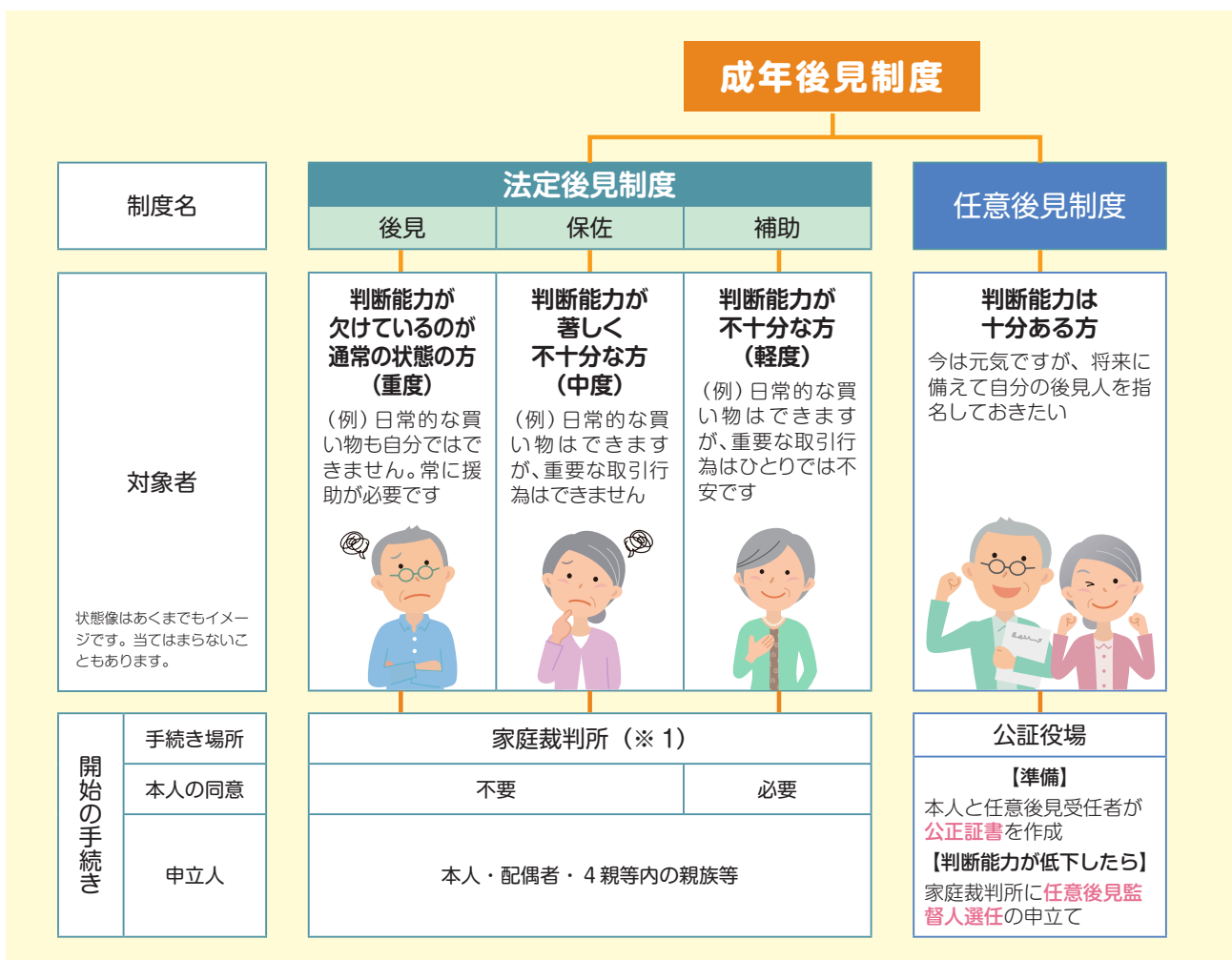


成年後見制度について

認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でない方は、財産の管理、介護サービスや施設入所のための契約などを自分ひとりで行うことが難しい場合があります。また、自分に不利益な契約を結んでしまうおそれがあります。

このような場合に、本人に代わって契約などの法律行為や財産管理を行ったり、本人が行う法律行為に同意を与えたり、取り消したりする援助者（後見人等）を選ぶことで、本人を保護・支援するのが成年後見制度です。

成年後見制度には、すでに判断能力が不十分となっている場合に利用する「**法定後見制度**」と、判断能力があるうちに将来に備えて利用する「**任意後見制度**」の2種類があります。



なごや認知症カフェ

認知症のご本人やご家族、地域住民、専門職等、地域の誰もが気軽に集い、楽しく過ごしながら仲間づくりや情報交換をする場所です。あらゆる団体が主催し、市内の各地で定期的開催されています。

■お近くのカフェを検索できます。

NAGOYA かいごネット

検索

なごや認知症カフェについて

検索



なごや認知症カフェステッカー

●問い合わせ先● 名古屋市認知症相談支援センター 電話 734-7079 FAX 734-7199

認知症ケアパス



名古屋市版
「認知症のしおり」

「認知症ケアパス」は、認知症の症状の進行に合わせて認知症の人やその家族が「いつどこで何をしたらよいか」をわかりやすくまとめたものです。認知症ケアパスによって、利用できる医療・介護サービスなどをあらかじめ知ることができます。名古屋市では、各区において認知症ケアパスを作成しています。区ごとの特色を生かし、各区の相談窓口や使えるサービスなどを掲載しています。



＊ なごや認知症あんしんナビ ＊

16区版ケアパスも掲載されています

名古屋市認知症相談支援センターが運営するウェブサイトです。認知症の症状や容態の変化に応じて必要な制度や資源の情報をお伝えするほか、若年性認知症への支援や、名古屋市内の認知症に関するイベント情報等をご覧いただけます。

<http://n-renkei.jp/>



なごや認知症あんしんナビ

検索



なごや認知症の人おでかけあんしん保険事業

認知症の人が日常生活で事故を起こしたときに備える賠償補償制度です。加入対象者は名古屋市民かつ認知症の診断を受けている人です。

●補償内容

個人賠償責任保険	補償上限額：2億円
給付金	補償上限額：3000万円（事故の相手方が市民で死亡又は後遺障害となった場合）
見舞金	補償額：15万円（事故の相手方が市民以外で死亡した場合）
利用負担	無（市が保険料を支払います）※診断書（初回のみ必要）は自己負担

個人賠償責任保険は事故を起こした本人または監督義務者（家族等）に賠償責任が認められた場合に保険金を支払います。給付金及び見舞金は事故を起こした本人または監督義務者（家族等）に賠償責任が認められなかった場合において一定の要件を満たした場合に支払います。

●申請方法

名古屋市認知症相談支援センターへ加入申請書と診断書（原本）を郵送します。（家族等による代理申請も可能）

●その他

申請書は、区福祉課、区保健センター、いきいき支援センターにて配布します。また、市公式ウェブサイトからダウンロードできます。もの忘れ検診にかかる精密検査からも申請することができます。
<https://www.city.nagoya.jp/kenkofukushi/page/0000132649.html>



補償される事故の例



他人の物を誤って持ち帰った



自転車に乗っていたら歩行者にぶつかり、ケガをさせてしまった。



店頭の商品を誤って落とし、壊してしまった。

※補償の対象となるかは、事故後の保険会社の調査をもとに決まります。

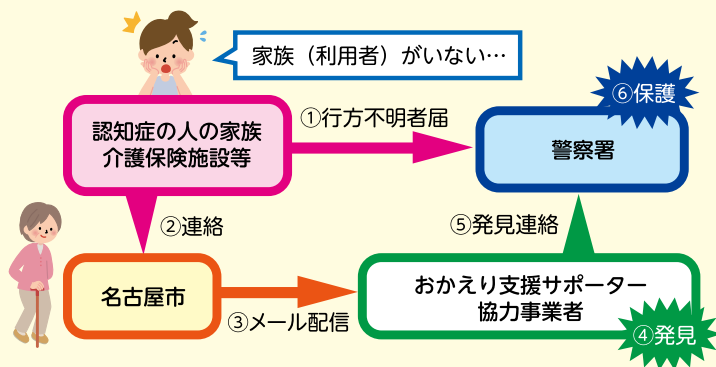


ひとり歩きの心配な人へ

●はいかい高齢者おかえり支援事業

認知症の人の行方不明による事故を防止するため、地域の人との協力を得て、行方不明の方を早期に発見する取り組みです。

行方不明のおそれがある方の情報を登録した上で、その方が行方不明となった場合に、身体的特徴や服装等の情報をおかえり支援サポーターや協力事業者に対してメールで配信し、情報提供を依頼します。



●利用手続き

事業を利用するには、事前に登録が必要です。

■登録できる方

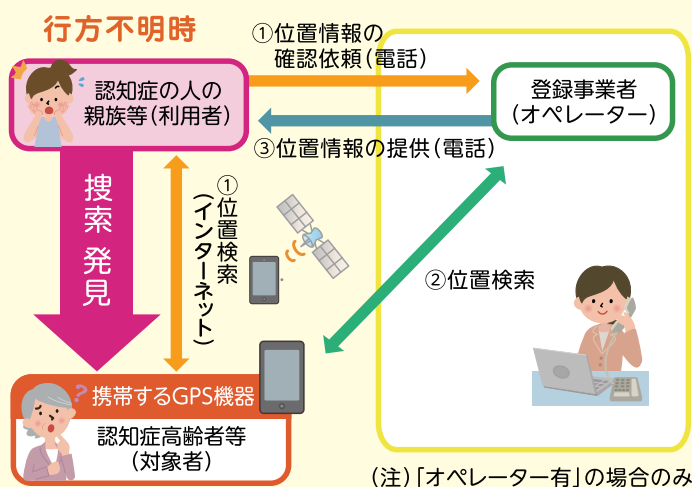
登録することができるのは、名古屋市内に在住し、行方不明のおそれがある認知症の人（若年性認知症の人を含む）です。

■受付窓口

登録希望者の居住地を担当するいきいき支援センター

●はいかい高齢者検索システム事業

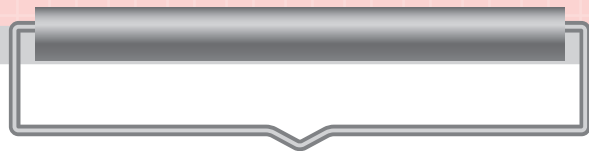
認知症の人が行方不明となった場合に、その人を検索する親族等が早期にその位置情報を把握することができるよう、GPS（全地球測位システム）を活用した検索システムです。利用に係る一部経費を助成することにより利用を促進し、認知症高齢者等の事故を未然に防止するとともに、その親族等の身体的及び精神的負担の軽減を図ることを目的としています。



●利用手続き

利用を希望される親族等は、

- ①いきいき支援センターをとおして名古屋市に利用申請書を提出します。
- ②名古屋市での利用決定後、登録事業者と利用契約を締結していただきます。
- ③登録事業者から提供される機器・システムを利用します。
- ④事業者の定める利用料のうち、名古屋市の助成金を差し引いた自己負担額を登録事業者に支払います。
- ⑤自己負担額は、各事業者が提供するサービスの種類や、利用者の所得状況等に応じて変わります。

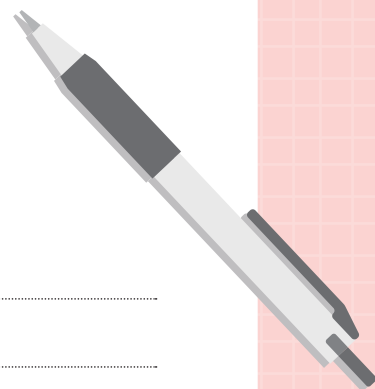


第4回

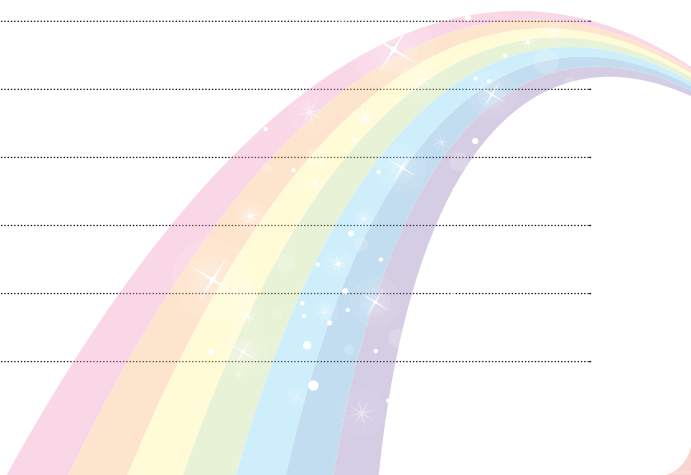
認知症の人への 関わり方を学ぼう

講師：認知症の介護に携わる専門職

第4回の教室で気付いた点などをメモしてみましょう



Handwriting practice lines consisting of horizontal dotted lines.





認知症ご本人の気持ち

認知症になったからといって、何もわからなくなるわけではありません。できなくなることに對して、とまどいをおぼえたり、不安な気持ちになられたりしています。

ここでは、「ご本人の言葉」をいくつかご紹介します。

ご本人の考えや気持ちに寄り添っていただくことで、穏やかに過ごすことができたり、より良い関係性につながっていきます。

「これでよかったのかな？」って、いつも確認が必要な感じになってきた。



時々、親しい人の顔についても（こんな顔だったかと）自信が持てなくなることがあります。



心配してくれているのはわかるけど、「あれもだめ、これもしてはだめ」と言われると、何もできなくてストレス。



自分ではできてるつもりだけど、家族からするとできてないと思うみたい。できてるのかできてないのか自分ではわからないのは不安だし、「できてない」と言われ続けるのもつらい。



食事の準備とか当たり前にできていたことが、だんだんとできなくなっていくことがつらいです。

なかなかできなくてすごく時間がかかることも、わかるように印をつけて工夫したり、周りの人にその部分を手伝ってもらうことで、生活ができています。

普段はつらいこともあるけど、友だちと会ってわらったりすることで、また元気になれる。そういう時間は大切だと思う。

「一人の人間として生きている」「役割を果たしている」という実感があるとうれしい。





認知症の人への介護

●上手にかかわれば周囲の人もラクになる

認知症を正しく理解し、早い段階から家族や周囲の方が状況にあった接し方をすることで、本人の状態が落ち着き、周囲の負担が軽くなることがあります。

－ 認知症の人に合わせたケア －

① ご本人の言動を一方向的に非難しない




おかしい行動に見えても、ご本人は正しいと思って行動していることがあります。接する人がいら立って叱ると、ご本人は驚いたり、悲しんだりして、混乱と不安が増幅します。

② 従前と変わらない「個人」として接しましょう

認知症になっても、過去のプライドを失うとは限りません。子どもに接するような態度や、命令口調になりがちですが、こうした周囲の言動が、ご本人の自尊心を傷つけ、心理に大きく影響します。

③ 思いを共有してみましょう

不安や混乱から、介護者に対して無理難題を持ちかけることがあります。無理に現実を認識させようとせず、始めはその「困った」「してほしい」という感情と向き合ってみましょう。ご本人の『しんどさ』に寄り添ってみると、必要以上の自己防衛反応を防ぐことができます。

秘められている力	内 容	引き出すコツ
体の力	①「していないこと」でも「できること」がたくさん残っている ②「やりたく」ても「できない」ことがたくさんある	<ul style="list-style-type: none"> ・分かりやすくするため、紙に書いて貼る ・直前に話す ・一緒に動く 
記憶の力	①昔の記憶が宝物 ・人生をさかのぼった世界を経験している ・得意だったこと、懐かしいことは蘇りやすい ②体で覚えた記憶の底力	<ul style="list-style-type: none"> ・ご本人と共感しやすい情報を伝える ・ご本人のなじみの品々や家具・調度品も利用し、懐かしく、くつろげる場所を作る 
心の力	①五感が残っている (見る・聞く・味わう・嗅ぐ・触る) ②情緒は豊かに生きている (喜怒哀楽・恥ずかしさ・思いやり・怒り・好き嫌い・敵味方)	<ul style="list-style-type: none"> ・懐かしい歌と一緒に歌う ・絵画や造形活動を行う ・植物を育てる ・ペットなどから癒しを得る 

こんな時はどうしたら？

古くなったので処分した服や人にあげたバックなのに、
「なくなった」「盗まれた」と言って騒ぐときは？

家族がして しまいがちな 対応	「もういないからって自分で捨てたでしょう。 いくら探したってありませんよ。」 「派手になったから自分には似合わないって、 Aさんにあげたでしょう。忘れたんですか」と、 何度も言い聞かせてしまうことがあります。
-----------------------	--



認知症の人の 気持ち	「押し入れの奥に大事にしまっておいたのに。 何でないのかしら」 「バックがない。どうしたんだろう。だれかに盗まれたんだ」 理由 記憶障害のために、自分が処分したことや人に あげたことを忘れてしまったことが起因します。
---------------	---



探す手伝いをしてから、お茶にしたり、似たものを渡したりします。

事実を告げても容易には納得してもらえません。無いという事実を共有し、「大切なものだったのですね」と言って一緒に探してみる等、ご本人の気持ちに寄り添ってみましょう。ご本人の気持ちが落ち着いてきたら、「一休みしましょうか」とお茶にすると、ご本人が忘れてしまうことがよくあります。

また、ご本人にとって大切なものです。「似たものを新しく買いましょう」などと言って落ち着かせる方法や、似たものを「これではないかしら」といってお渡しするののも一つの方法です。



本人の気持ちを大切にしようと心がけていても、認知症発症前の本人を知っている家族の場合、本人の変化に心を痛め、うまく接することができないこともあります。

介護がうまくいなくても自分を責めず、できる範囲のことをしながら、周囲の人の支援や公的なサービスを利用することで、無理の少ない生活の継続につながります。



家族のたどる心理ステップ

第1ステップ まさかそんなはずはない どうしよう

驚愕・とまどい

おかしい行動に少しずつ気づき始め、驚き、とまどう。

否定

周囲にはなかなか理解してもらえない。介護者自身も、病気だということを納得できないでいる。

第2ステップ ゆとりがなく追いつめられる

混乱

認知症の症状に振り回され、精神的・肉体的に疲労困ぱいする。やってもやっても介護が空回りする。

怒り・拒絶・抑うつ

「自分だけなぜ…」 「こんなに頑張っているのに…」 と苦勞しても理解してもらえないことを腹立たしく思う。認知症の人を拒絶しようとする。そんな自分がいやになる。

(必要に迫られ、認知症や介護サービスに関する情報を手当たり次第に探し求めはじめる)

第2から第3になるには、とても時間がかかる

第3ステップ なるようにしかならない

(介護サービスを使うなどして生活を建て直し始める。)

あきらめ

怒ったりイライラしても仕方ないと気づく。

開き直り

なるようにしかないと開き直る。自らを「よくやっている」と認められるようになる。

適応

認知症の人をありのままに受け入れた対応ができるようになる。介護に前向きになる。

第4ステップ 認知症の人の世界を認めることができる

理解

認知症の症状を問題と捉えなくなり、認知症の人に対するいとおしさが増してくる。

第5ステップ 人生観への影響

受容

自分なりの看取りができる。介護の経験を自分の人生において意味あるものとして位置づけていく。

認知症の介護で、介護者が精神的に最も大変なのは、認知症の初期から中期です。

ステップでは、第1、第2ステップの頃です。この時期は、認知症の症状に振り回されて、なかなか上手に介護ができません。「腹が立ってつい怒ってしまった」という人も多くあります。身内を介護している家族の場合は、そのような人のほうが普通です。怒ってはいけないと言われてもそう簡単には出来ません。

介護者と認知症の人は鏡です。

介護している人の不安やとまどいは、認知症の人の不安や困る行動に繋がります。まずは介護者の人が気持ちにゆとりが出てくると自然と認知症の人も落ち着いてきます。

上手な介護の“コツ”

● 頑張りすぎない

いいかげんがちょうどいい加減
(60%介護)

● 介護者交流会・家族支援プログラムに参加し介護仲間をつくる

情報を得る(介護の知恵が満載)
愚痴が言える相手を見つける

● ひとりで抱え込まないでサービスを利用し第三者に委ねる

家族が休む時間をつくる

● 介護者が自分のことを一番大切にする

楽をする手だてを考える

● 自分自身の健康に気をつける

家族の会認知症電話相談 (愛知県認知症電話相談)



平日 月曜日～金曜日 10:00～16:00

電話: **0562-31-1911**

一人で悩まないで、倒れる前にお電話を!!

個別相談 (面談)

毎週 火～土 10:30～15:00

場所: ケアラーズカフェ日向家 (名鉄尾張横須賀駅隣)

家族の会の相談は、研修を受けた介護経験のある相談員がお受けしていますので、お気軽にご相談ください。

シングル介護者交流会

対象: 独身で親の介護をしている人
(60歳未満)

時間: 13:30～16:00
(助言として医師の参加があります)

開催日: 2ヶ月に1回 (偶数月)

場所: ウィンクあいち

ジェントルマンの会

対象: 男性介護者

場所: ◇昭和区役所7階 他
原則、毎月第2木曜日
13:30～15:30
◇ケアラーズカフェ日向家 (名鉄尾張横須賀駅隣)
毎月 第3土曜日 13:00～15:00

一般介護者交流会

対象: 認知症の介護をしている人なら
どなたでもご参加いただけます。

場所: ◇名古屋市高齢者就業支援センター
毎月1回 日曜日 10:00～12:00
◇名大病院
毎月1回 日曜日 10:30～12:30
◇名鉄病院
毎月1回 土曜日 10:30～12:30
◇あいせい紀年病院
毎月1回 土曜日 13:30～15:30

仕事と介護の両立学習会 & 交流会

対象: お勤めをしながら介護をしている人、
これからの親の介護が心配な人

時間: 18:30～20:30
開催日: 2ヶ月に1回 (奇数月の第2水曜日)
場所: ウィンクあいち

●申込は必要ありません。ご都合のいい時に自由にお出かけ下さい。

開催日は変更の場合がありますので家族の会事務局まで、お問い合わせください。電話: **0562-33-7048**

家族支援プログラム

家族の会愛知県支部が長年の経験をもとに考案した認知症介護家族の為の研修講座 (月1回 半年間連続講座)
講座には、活動で蓄積してきた介護のノウハウが満載です。介護の仕方やコツを学び介護者が元気になる魔法のプログラムです。参加して自分なりの介護を見つけましょう!! (要予約)

時間: 13:00～16:00

場所: ◇名古屋市高齢者就業支援センター
(毎月第2日曜日)
◇名鉄病院
(毎月第1土曜日)
◇ウィンクあいち (主に日曜日)

ケアラー手帳

介護している介護者の為の手帳です。
この1冊に様々な情報が満載です。

問合せ先: 家族の会事務局



リフレッシュ旅行

介護家族のリフレッシュを目的に毎年1回バスで1泊で温泉に出かけます。介護家族だけの参加でも同伴でもOKです。(要予約)



認知症の人と家族の会 愛知県支部 ホームページ

勉強会や交流会等の情報が掲載されています。 <http://hearttoheart.or.jp/>



認知症に関する相談先と認知症関連事業

相談機関

■ **いきいき支援センター** …… 高齢者・認知症のなんでも相談口 P.30～31 一覧参照

■ **区役所** …… 介護保険制度、社会保障制度に関する相談など

■ **福祉会館** …… 認知症予防事業など

■ **社会福祉協議会** …… 地域福祉、ボランティアに関する相談など

■ **名古屋市はち丸在宅支援センター** 在宅療養に関する相談など (Tel 052-971-0874)

■ **名古屋市障害者・高齢者権利擁護センター** … 権利擁護や財産管理に関する相談など

(東部事務所 ☎052-803-6100) (担当地域) 昭和区・緑区・名東区・天白区

(西部事務所 ☎052-433-6580) (担当地域) 西区・中村区・中区・中川区

(南部事務所 ☎052-678-3030) (担当地域) 瑞穂区・熱田区・港区・南区

(北部事務所 ☎052-919-7584) (担当地域) 千種区・東区・北区・守山区

■ **名古屋市成年後見あんしんセンター** … 成年後見制度に関する相談など

☎052-856-3939

■ **名古屋市高齢者虐待相談センター** … 高齢者の虐待に関する相談など

☎052-856-9001 (休日・夜間電話相談窓口は☎052-701-3344)

■ **名古屋市認知症相談支援センター** … 認知症支援体制、若年性認知症相談支援など

☎052-734-7079

☎052-734-7099 (なごや認知症の人おでかけあんしん保険事業専用ダイヤル)

電話相談

- **名古屋市認知症コールセンター**（認知症専用電話相談）[名古屋市認知症相談支援センター]
☎052-734-7089（月水木金:10時～16時 火:14時～20時 祝日・年末年始を除く）
- **愛知県認知症電話相談** [愛知県の委託により認知症の人と家族の会愛知県支部が実施]
☎0562-31-1911（月～金:10時～16時 祝日・年末年始を除く）
- **若年性認知症コールセンター** [厚生労働省の委託により認知症介護研究・研修大府センターが実施]
☎0800-100-2707（月～土:10時～15時 祝日・年末年始を除く）
- **こころの健康電話相談**（名古屋市精神保健福祉センター（こころぼ））
☎052-483-2215（平日:12時45分～16時45分）

認知症疾患医療センター

- **名鉄病院**
☎052-551-2802
- **偕行会城西病院**
☎052-485-3737
- **まつかげシニアホスピタル**
☎052-352-4165
- **あいせい紀年病院**
☎052-821-7703
- **もりやま総合心療病院**
☎052-795-3560
- **藤が丘さくらなみきクリニック**
☎052-769-1511
- **八事病院**
☎052-832-2181

ウェブサイト

■ NAGOYA かいごネット

名古屋市が運営し、介護の最新情報を提供します。

<http://www.kaigo-wel.city.nagoya.jp/view/kaigo/top/>



■ なごや認知症あんしんナビ

名古屋市認知症相談支援センターが運営し、認知症に関する様々な情報を提供します。

<http://n-renkei.jp/>



■ 認知症の人と家族の会 愛知県支部

認知症の人と家族の会 愛知県支部が運営するサイトです。交流会や勉強会の情報等が掲載されています。

<http://www.hearttoheart.or.jp/>



いきいき支援センター（地域包括支援センター）一覧

区	名称	所在地	電話番号 (FAX 番号)	担当地域（小学校区名）
千種	千種区東部 いきいき支援センター	千種区桜が丘11-1 ソフィアビル1階	781-8343 (781-8346)	上野、自由ヶ丘、大和、 千代田橋、東山、富士見台、 星ヶ丘、宮根
	分 室	千種区宮根台一丁目4-24 山内ビル1階	726-8944 (726-8966)	
	千種区西部 いきいき支援センター	千種区西崎町2丁目4-1 千種区在宅サービスセンター内	763-1530 (763-1547)	
東	東区 いきいき支援センター	東区泉二丁目28-5 東区在宅サービスセンター内	932-8236 (932-9311)	区内全域
	分 室	東区矢田四丁目5-11 レジデンスアロー 1 階	711-6333 (711-6313)	
北	北区東部 いきいき支援センター	北区平安二丁目1-10 第5水光ビル2階	991-5432 (991-3501)	飯田、城北、杉村、辻、東志賀、 宮前、名北、六郷、六郷北
	北区西部 いきいき支援センター	北区清水四丁目17-1 北区在宅サービスセンター内	915-7545 (915-2641)	
	分 室	北区中味鉢三丁目414	902-7232 (902-7233)	
西	西区北部 いきいき支援センター	西区市場木町157 パークサイドながしま1階	505-8343 (505-8345)	浮野、大野木、中小田井、比良、 平田、比良西、山田
	西区南部 いきいき支援センター	西区花の木二丁目18-1 西区在宅サービスセンター内	532-9079 (532-9020)	
	分 室	西区菊井二丁目2-3 アーバネス菊井ビル2階	562-5775 (562-5776)	
中村	中村区北部 いきいき支援センター	中村区名楽町4丁目7-18 中村区在宅サービスセンター内	486-2133 (486-2140)	稲西、稲葉地、諏訪、豊臣、中村、 日比津、ほのか
	分 室	中村区稲葉地本通1丁目3 魚住稲葉地ビル西号室	412-3030 (412-3110)	
	中村区南部 いきいき支援センター	中村区豊国通1丁目14	483-6866 (483-6867)	
中	中区 いきいき支援センター	中区上前津二丁目12-23 中区在宅サービスセンター内	331-9674 (331-6001)	区内全域
	分 室	中区栄四丁目1-8 中区役所地下2階	262-2265 (262-2275)	
昭和	昭和区東部 いきいき支援センター	昭和区滝川町33 いりなカスクエア3階	861-9335 (861-9336)	伊勝、川原、滝川、広路、 八事
	昭和区西部 いきいき支援センター	昭和区御器所三丁目18-1 昭和区在宅サービスセンター内	884-5513 (883-2231)	
	分 室	昭和区阿由知通4丁目7 グローバル御器所2C	852-3355 (852-3344)	
瑞穂	瑞穂区東部 いきいき支援センター	瑞穂区佐渡町3丁目18 瑞穂区在宅サービスセンター内	858-4008 (842-8122)	汐路、豊岡、中根、弥富、 陽明
	分 室	瑞穂区洲山町二丁目21 啓徳名古屋南ビル1階	851-0400 (851-0410)	
	瑞穂区西部 いきいき支援センター	瑞穂区堀田通1丁目18 シティアーク1階	872-1705 (872-1707)	
熱田	熱田区 いきいき支援センター	熱田区神宮三丁目1-15 熱田区在宅サービスセンター内	671-3195 (671-1155)	区内全域
	分 室	熱田区大宝三丁目6-26 シャンボール日比野1階	682-2522 (682-2505)	

区	名称	所在地	電話番号 (FAX番号)	担当地域(小学校区名)
中川	中川区東部 いきいき支援センター	中川区八幡本通2丁目27 コーポ中野1階	354-8343 (354-8341)	愛知、篠原、昭和橋、玉川、露橋、 常磐、中島、西中島、広見、八熊、 八幡
	中川区西部 いきいき支援センター	中川区小城町一丁目1-20 中川区在宅サービスセンター内	352-8258 (353-5879)	赤星、荒子、五反田、正色、 千音寺、戸田、豊治、長須賀、 西前田、野田、春田、万場、 明正
	分室	中川区春田四丁目119 プリマヴェーラ1階	364-7273 (364-7271)	
港	港区東部 いきいき支援センター	港区港楽二丁目6-32 港区在宅サービスセンター内	651-0568 (651-1167)	稲永、大手、港楽、成章、東海、 中川、西築地、野跡、東築地
	港区西部 いきいき支援センター	港区寛政町6丁目40	381-3260 (381-3261)	小碓、港西、正保、神宮寺、高木、 当知、南陽、西福田、福田、福春、 明徳
	分室	港区知多二丁目2215 レーベル1階	309-7411 (309-7412)	
南	南区北部 いきいき支援センター	南区桜台一丁目1-25 桜ビル1階	811-9377 (811-9387)	大磯、春日野、菊住、桜、伝馬、 道徳、豊田、明治、呼続
	分室	南区明治二丁目32-14 氷室AKマンション1階	698-7370 (698-7380)	
	南区南部 いきいき支援センター	南区前浜通3丁目10 南区在宅サービスセンター内	819-5050 (819-1123)	笠寺、柴田、大生、宝、千鳥、 白水、宝南、星崎、笠東
守山	守山区東部 いきいき支援センター	守山区小幡南一丁目24-10 守山区在宅サービスセンター内	758-2013 (758-2015)	天子田、大森、大森北、小幡、 上志段味、吉根、志段味西、 志段味東、下志段味、苗代、 本地丘、森孝西、森孝東
	分室	守山区吉根南1401	736-0080 (736-0081)	
	守山区西部 いきいき支援センター	守山区瀬古東二丁目411	758-5560 (758-5582)	小幡北、白沢、瀬古、鳥羽見、 西城、甘軒家、二城、守山
緑	緑区北部 いきいき支援センター	緑区鳴子町一丁目7-1 緑区在宅サービスセンター内	899-2002 (891-7640)	旭出、浦里、大清水、片平、 神の倉、熊の前、黒石、小坂、 常安、滝ノ水、戸笠、徳重、 長根台、鳴子、鳴海東部、桃山
	分室	緑区徳重五丁目625 アーバニティ幸1階	877-9001 (877-8841)	
	緑区南部 いきいき支援センター	緑区左京山3038	624-8343 (624-8361)	相原、有松、大高、大高北、 大高南、桶狭間、太子、鳴海、 南陵、東丘、平子、緑
名東	名東区北部 いきいき支援センター	名東区上社一丁目802 名東区在宅サービスセンター内	726-8777 (726-8775)	猪高、猪子石、香流、北一社、 引山、藤が丘、平和が丘、本郷、 豊が丘、蓬来
	分室	名東区明が丘124-2 ami ami annex2階	771-7785 (771-7702)	
	名東区南部 いきいき支援センター	名東区にじが丘2丁目7 アーバンラフレ虹ヶ丘西2号棟	720-6121 (720-5400)	梅森坂、上社、貴船、極楽、高針、 西山、前山、牧の原、名東
天白	天白区東部 いきいき支援センター	天白区原一丁目301 天白区在宅サービスセンター内	809-5555 (385-8451)	相生、植田、植田北、植田東、 植田南、たかしま、原、平針、 平針北、平針南
	分室	天白区原五丁目1303 三和シャトー1階	808-5400 (808-5322)	
	天白区西部 いきいき支援センター	天白区大坪二丁目604	839-3663 (839-3665)	大坪、表山、天白、野並、八事東、 山根

受診にあたってのメモ

限られた時間内に伝えたいことを漏らさずに伝えることはなかなか難しいことです。

受診の前に、ご本人の様子や相談したいこと、伝えたいことをメモしておきましょう。



記入日

年 月 日 ()

受診日

年 月 日 ()

1. ご本人の様子について、あてはまるものにチェックしましょう。

1	同じことを言ったり聞いたりする	
2	物の名前が出てこなくなった	
3	置き忘れやしまい忘れが目立ってきた	
4	以前はあった関心や興味が失われた	
5	だらしなくなった	
6	日課をしなくなった	
7	時間や場所の間隔が不確かになった	

8	慣れた場所で道に迷った	
9	財布などを盗まれたという	
10	ささいなことで怒りっぽくなった	
11	蛇口・ガス栓の締め忘れ 火の用心ができなくなった	
12	複雑なテレビドラマが理解できない	
13	夜中に急に起きだして騒いだ	

愛知県・国立研究開発法人国立長寿医療研究センター発行「認知症チェックリスト」

2. ご本人について、あれ？と思ったことや最近の様子、相談したいことを書いておきましょう。また、チェックリストでチェックした症状等については、「どんなときに」、「どのように」など具体的に書いておきましょう。

3. ご家族として、医師に相談したいことを書いておきましょう。

このたびは、家族教室にご参加いただき、ありがとうございました。

5回という回数の中で、詳細まで充分にお伝えできなかったところもあるかもしれませんが、この教室を通じてご理解いただいた事柄について、今後のご家庭での生活に少しでも活かしていただけますと幸いです。

私たち、いきいき支援センターは、高齢者の方の地域の身近な窓口として平成18年から開設しています。今後の暮らしの中で心配なことや不安なことがありましたら、お気軽にいきいき支援センターまでご連絡ください。

事業 名古屋市認知症の人を介護する家族支援事業

参考文献 「認知症・アルツハイマー病がよくわかる本」 遠藤英俊（国立長寿医療センター包括診療部長）編著
「本人・家族のための若年性認知症サポートブック」 小長谷陽子（認知症介護研究・研修大府センター研究部長）編著
「認知症診療の進め方—その基本と実践—」 長谷川和夫 編著
「認知症サポーター養成講座標準教材 認知症を学び地域で支えよう」 全国キャラバン・メイト連絡協議会 編集
「認知症サポーター養成講座標準テキスト（名古屋市版）」

編集協力 名古屋市千種区認知症地域連携の会（黒川豊・黒川医院長）
(初版時) 社会福祉法人高針福祉会 極楽苑（山口喜樹・名古屋市認知症介護指導者）
公益社団法人 認知症の人と家族の会愛知県支部（尾之内直美・代表）

編集 名古屋市認知症相談支援センター・社会福祉法人名古屋市社会福祉協議会
発行 名古屋市健康福祉局高齢福祉部高齢福祉課
発行年月 令和7年4月（初版年月：平成19年9月）

