本人の状態に合わせて利用できる【文援の一覧表】

認知症は少しずつ症状が変化していきます。 家族や周囲が認知症を理解し、状態に合わせて対応していくことが大切です。

※認知症の進行は、原因疾患や身体の状況などによって異なります。 下記の症状にあてはまらなくても、気になる症状があれば 相談窓口へご相談ください。

■~個の番号の 連絡先を裏面に 掲載しています。



認知症 かも…

もの忘れが気になる

ちょっと 心配…

見守りが必要

日常生活に 手助けや介護が必要

常に介護が必要

本人の 状態

鍵や財布など置き場所が 思い出せない

- ●ゴミを捨てられない
- ●人や物の名前が思い出せない
- 同じことを何度も聞く
- ●会話の中で「あれ・それ」などの 代名詞が多くなる など



●薬を飲み忘れる

- 火の消し忘れがある
- ●約束したことを 忘れたりする
- ●今まで出来ていた料理や 掃除などの段取りが悪くなる
- 同じものを何度も買ってしまう など



なく なって もす 不安だな… ひる てい きた たいに

のラ来前

- ●たびたび道に迷う
- ●トイレの失敗が増える
- ●着替えや入浴を嫌がる
- ●季節にあった服が 選べない
- ●家族や近隣と トラブルが増える など



●着替えの動作ができない 飲み込みが悪くなり、

- 食事に介助が必要となる
- コミュニケーションが
- 難しくなる 声掛けや介護を拒む

111

家族の 心構え

相談

周りの「気づき」がとても大切

- ●「いつもと違う」「何か様子がおかしい」 と思ったときには早めに相談しましょう
- 認知症に関する正しい理解を深めておきましょう
- ●地域の方と交流を持ちましょう

家族へのサポート

家族介護教室

家族に介護が必要? になったら参加して みましょう

早期対応

U

■ 可能であれば本人を交えて家族間で話し合う

- ●本人の役割を全て奪わず、出来ることはしてもらいましょう
- 本人が失敗しないように環境づくりを配慮しましょう

飲んだ?

- ●今後の介護や金銭管理・財産管理について話し合っておきしょう
- 家族の連絡先を分かるようにしておきましょう

家族へのサポート

介護者家族の会 「えがおの会」

※折り返し面に詳しく 紹介しています

家族で全てを抱え込まない

- ●ひとりで抱え込まずに上手に介護サービスを活用しましょう
- ●介護から離れる時間をつくり、自分の楽しみを持ちましょう
- ●「介護者家族の会」などで話を聞いたり、 自分の気持ちを話せる場所を作りましょう
- ●どのような終末期を迎えるのか、よく話し合っておきましょう

《認知症初期集中支援チーム》

あべのオレンジチーム(💵)

→ 認知症の診断におつなぎします!

鑑別診断:大阪市立大学医学部附属病院(認知症疾患医療センター)など

お気軽に ご相談を!

《いろいろな相談の入口》

地域包括支援センター/ブランチ(2)

ごみの持ち出しサービス(ふれあい収集)



早期診断

●●◆病院

ケアマネジャーが

…いない場合

地域包括支援センター(2)

阿倍野区保健福祉センター 保健福祉課(介護保険)(3)

…いる場合は、ケアマネジャーに相談しましょう



要介護認定の 申請を代行します

"住まい"の選択

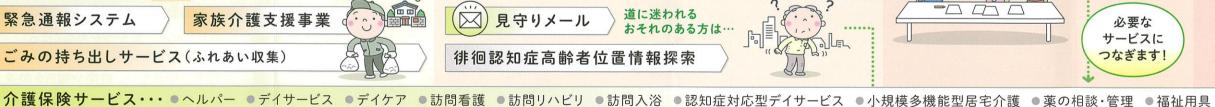
- ・特別養護老人ホーム
- ・老人保健施設
- ・グループホーム

・介護付き有料老人ホーム など

生活 支援

緊急通報システム

家族介護支援事業



阿倍野区社会福祉協議会 面06-6628-1212

見守りメール

道に迷われる おそれのある方は…



必要な サービスに つなぎます



●住宅改修 など

権利 擁護

《消費トラブルのことは》 ●消費者センター 大阪市消費者センター 206-6614-0999 《日常の金銭管理をサポート》

●あんしんさぽーと

《本人に代わって権利や財産を守る制度です》

●任意後見制度…判断能力があるうちにあらかじめ 後見人を決めておきます



●成年後見制度…判断能力が不十分な方の財産管理や法律行為を本人に代わって後見人が行います 大阪市成年後貝支援センター 306-4392-8282

いつまでも 元気に 暮らせる なにわ元気塾 (介護予防事業)

さまざまな活動を 通じて、地域の仲 間と語らい、心と からだの元気を高 めます!

地域の人と つながろう!

0000

百歳体操

何歳になっても元 気で生活できるよ う、地域の会館な どで簡単な体操を 行なっています。

ふれあい喫茶

地域で暮らす人た ちが集い、交流で きる場として各地 域の会館等で実 施しています。

食事サービス

地域の会館などで の食事会。レクリ エーションや世代 間交流、催しなど も行なわれます。

認知症カフェ

誰もが参加できる 「集いの場」です。

※折り返し面に 詳しく紹介 しています

老人福祉 センター

サークル活動や講 座を通して、高齢 者の生きがいづく りを応援します。

地域福祉 コーディネーター

各地域の会館に1名 配置されている気軽 に相談できる身近な 相談者。必要な専門 職につないでくれます。

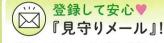
気軽に

相談しよう!

井。

見守り相談室(四)

日頃の見守り活動や、 地域のつながりづくり のために、地域や制度 をつなぐパイプ役を担 っています。



登録すると、もし道に迷われ た時は地域の方が協力して くれます。警察とも協 力して支援します。



認知症の早期診断と 治療、相談のメリット

記憶や意識が明確なうちに準備ができます

早期診断を受け、症状が軽いうちに本人や家族が 病気と向き合い話し合うことで、介護保険サービス の利用など今後の生活の備えをすることができます。

治療により改善する場合があります

正常圧水頭症や慢性硬膜化血腫、脳腫瘍、うつ病に よるものなど、早期に発見すれば、治せるものがあり ます。

進行を遅らせることが可能な場合があります

アルツハイマー病には進行を緩やかにさせることが できる薬があり、早くに使い始めることが効果的と言 われています。また、脳血管性認知症では生活習慣 病の予防が進行予防につながります。

「おかしい」「いつもと違う」と感じたら… 相談窓口に相談しましょう!

家族だけで抱え込まずに かかりつけ医や専門の相談窓口に

サービスや制度をうまく利用しましょう。 介護する家族の休息も大切です。

知症は'単なる物忘れ'とは違い病気です。そして 誰もがかかる可能性のある、とても身近な病気です。

認知症になると、日常生活にさまざまな支障が出てきます。 認知症はそのような変化に早めに気づき、必要な医療や 支援につなぐことが必要です。そのためには、本人だけで なく家族や周囲の方の気づきが大切です。

気づきのシート

相談しましょう。

チェックしてみましょう!

該当する項目の

多少に関わらず 気になるときは

ご相談ください

- □ 身だしなみに気をつかわなくなる。 季節に合わない服装をしている。
- □約束が守れない。時間や曜日を間違える。
- □同じことを何度も言う、尋ねる。
- □ 几帳面だった人が片付けができなくなる。
- □よく物を探している。「あったものがない」という。
- □短期の記憶が出来ない。
- □不安感が強くなる。
- □ 怒りっぽくなる。
- □話しのつじつまが合わなくなる。
- □同じものを買ってくる。 冷蔵庫に同じものが溜まっている。
- □食事の味付けが変わる。メニューが単調になる。
- □人の付き合いが億劫になる。

認知症の方や その家族の方が集える場

認知症 😂 カフェ

認知症の方やその家族、福祉の専門職、地域の方 (ボランティア・認知症の理解を深めたい方)など誰 もが気軽に安心して参加できる「集いの場」です。

認知症の方やその家族同士の交流の場、情報交換 の場、福祉の専門職への相談の場になっています。

区内にはいろいろな「認知症カフェ」があります

絵手紙を 楽しむ

家族・介護者も 共におしゃべり

歌を 楽しむ



また、送迎やランチがあるカフェや "若年性認知症の方と家族が集えるカフェ" もあります。

詳しくは「あべのオレンジチーム」へ お気軽にお尋ねください。

······→ **1**06-6628-1300 ⊆



阿倍野介護家族の会 「えがおの会」

同じ悩みを持つ介護者同士が悩みごとの相談や介 護の方法、福祉の情報交換などを通じて孤立の予 防や介護負担感の軽減を図ることができる場です。



毎月第3水曜日 13:00~15:00 定例会 阿倍野区社会福祉協議会にて **7**06-6628-1212

相談窓口

\「認知症かな?」と思ったら…(認知症相談窓□へ)

地域で暮らす認知症の方、

認知症の疑いのある方を対象とした窓口です。 必要な医療や介護サービスにつなげます。

~若年性認知症についてのご相談も受け付けています~

11 あべのオレンジチーム **1**06-6628-1300

∖高齢者の身近な相談窓口/

2 地域包括支援センター/ブランチ

地域で暮らす高齢者の方に関するさまざまな相談を受け 付けています。認知症・介護保険・介護予防・高齢者虐待、 地域ネットワークづくりなど「高齢者の総合相談窓口」です。

- 阿倍野区北部地域包括支援センター (担当地域…高松・常盤・金塚・文の里) ☎06-6777-1661
- 阿倍野区中部地域包括支援センター (担当地域···王子·丸山·阿倍野) ···· **☎**06-6629-8686
- 阿倍野区地域包括支援センター [認知症強化型] (担当地域···長池·晴明丘·阪南) ···· ☎06-6628-1400
- 阿倍野ブランチ

(担当地域…文の里・王子)・・・・・・ ☎06-6624-6522

(担当地域…長池)・・・・・・・・ ☎06-4399-0120

↑介護の相談・介護保険サービスに関する支援。

図 阿倍野区保健福祉センター保健福祉課(介護保険)

社会から孤立した状態の方によりそい/ 🖾 「見守りメール」

必要なサービスにつなぎます の登録はこちらまで!

△ 阿倍野区社会福祉協議会 見守り相談室 ☎06-6627-4600

\「認知症相談医」が対応しています/

一般社団法人 大阪市阿倍野区医師会

※詳しくは、大阪市阿倍野区医師会ホームページをご覧ください。

監修:特定非営利活動法人 認知症の人とみんなのサポートセンター 代表 沖田裕子

一般社団法人 大阪市阿倍野区医師会

- 阿倍野区医師会在宅医療·介護連携相談支援室
- 阿倍野区北部地域包括支援センター
- 阿倍野区中部地域包括支援センター
- 阿倍野ブランチ 昭和ブランチ
- 阿倍野区保健福祉センター



- あべのオレンジチーム[認知症初期集中支援推進事業]
- 阿倍野区認知症強化型地域包括支援センター
- 社会福祉法人 大阪市阿倍野区社会福祉協議会 □ 令和2年 〒545-0037 大阪市阿倍野区帝塚山1-3-8 206-6628-1212