

一人で悩まず相談してみよう(相談窓口)		相談機関名称		担当地区	連絡先	
①地域包括支援センター (高齢者総合相談センター)	東部第1地域包括支援センター			東岐波・川上	☎39-6971 FAX39-6972	
	東部第2地域包括支援センター			西岐波・常盤	☎39-6151 FAX39-6502	
	西部第1地域包括支援センター			西宇部・厚南	☎45-3969 FAX45-1224	
	西部第2地域包括支援センター			黒石・原	☎43-9307 FAX43-9308	
	中部第1地域包括支援センター			上宇部・小羽山	☎43-9551 FAX35-9206	
	中部第2地域包括支援センター			新川・鞆の島・藤山	☎39-6131 FAX39-8134	
	北部東地域包括支援センター			厚東・二俣瀬・小野	☎62-5858 FAX62-5959	
	北部西地域包括支援センター			船木・万倉・吉部	☎67-0506 FAX67-1413	
	南部第1地域包括支援センター			恩田・岬	☎38-8551 FAX38-8552	
	南部第2地域包括支援センター			見初・神原・琴芝	☎38-3220 FAX38-3221	
	②	山口県宇部健康福祉センター (宇部環境保健所)				☎31-3203/FAX34-4121
	③	認知症疾患医療センター 若年性認知症支援相談窓口 (山口県立こころの医療センター)				☎58-5950 ☎58-2212(月~金 9時~17時) FAX58-6503
	④	宇部市高齢福祉課				☎34-8303/FAX22-6026
⑤	宇部市地域福祉課	福祉総合相談センター ☎34-8393	成年後見センター ☎34-8386			
⑥	若年性認知症コールセンター				☎0800-100-2707 (月~土10時~15時・ただし水曜は10時~19時) 年未年始・祝日除く	
⑦	宇部警察署				☎22-0110	
⑧	宇部市消費生活センター				☎34-8157/FAX22-6016	
⑨	宇部市社会福祉協議会 生活支援課				☎33-3150/FAX22-4391	
⑩	山口家庭裁判所 宇部支部				☎21-3197	
⑪	宇部市社会福祉協議会 地域福祉課				☎33-3134/FAX22-4392	
⑫	宇部市介護保険課				☎34-8396/FAX22-6026	
⑬	認知症の人と家族の会 山口県支部				☎(083)925-3731 (月~金10時~16時)	

宇部市版

認知症 おたすけ ガイド

(認知症ケアパス)

- ▶ 「認知症になったらどうしたらいいの？」
- ▶ 「どんなサービスが受けられるの？」

こんな疑問や不安に応え、
状態に合わせて適切なサービスをガイドします。

早期発見・早期治療が大切、症状をチェックしましょう！

認知症とは、いろいろな原因で脳の働きが悪くなることで、記憶力や判断力が低下して、日常生活に支障をきたした状態で、様々な症状があります。認知症であっても早期に発見して適切な対処をすれば、その人らしい充実した暮らしを続けることができます。また、うつ病、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫や脱水、ビタミン不足などによる病気などによって認知症と似た症状がみられることがあります。その場合は治療によって治ることがあります。どちらにしても、早期発見・早期治療が大切です。



認知症は少しずつ進行して症状が変化していきます。原因疾患や身体状況によって経過が異なります。中面の状態チェックリストを使って症状や行動を確認しましょう。

宇部市では、認知症になっても「こ」「わ」「く」「な」「い」の5つのキーワードに基づいて状態や内容に応じた様々な支援をすすめています。

- こ** まったらまず相談
- わ** すれても私の居場所があります
- く** るしいときは助けあいます
- な** きたいときははきだそう
- い** つでもみんなが見ています



もう、認知症になってもこわくない！
中面の認知症の進行状況による支援体制をご確認ください。

お問い合わせ：宇部市高齢福祉課 ☎34-8303 / FAX22-6026

認知症は少しずつ進行して症状が変化していきます。家族や周囲が認知症を理解して、上手にご本人に対応していくことが大切です。
(原因疾患や身体状況によって経過が異なりますので、このような経過になるとは限りませんが、今後の介護や対応の目安としてください。) ※①～⑬の連絡先は裏面をご覧ください。

段階チェック

ご本人の様子
(症状や行動)
チェック

認知症の疑い
「おかしい、今までとちがう」

- 物忘れが見られ、人や物の名前が思い出せないことがしばしばある。
- 重要な約束を忘れるようになった。
- 直前にしたことや話したことを忘れてしまう。
- ささいなことで怒りっぽくなった。
- 外出や電話をしなくなった。
- 周囲の人との会話が少なくなった。

症状はあっても日常生活自立
「やっぱり、ちがう」(軽度)

- 買い物で必要なものを必要なだけ買うことができない。
- 夕食の段取り、家計の管理などに支障をきたす。
- 大事な物を何処に保管したか思い出せずに探し回ることが増える。
- 同じことを何度も話したり、聞いたりする。
- 趣味への興味がなくなった。

見守りがあれば日常生活自立
「たしかにちがう」(中等度)

- 季節にあった服を選ぶことができなくなる。
- 服を着る順番がわからなくなる。
- 外出先から一人で戻れなくなることがある。
- つじつまの合わない作り話をするようになった。
- 時間や場所がわからなくなることが増えてくる。

日常生活に介助や介護が必要
「かなり、ちがう」(重度)

- 歩行が不安定になり転倒なども増えてくる。
- トイレの場所がわからず失敗することが増えてくる。
- 食べ物でないものも口に入れる。
- 食事や入浴など一人でできず介助が必要になる。
- 家族を認識できなくなっている。

常に介護が必要
「ちがう」

- 言葉によるコミュニケーションが難しくなる。
- 表情が乏しくなり、刺激に対する反応が乏しくなる。
- 歩くことが困難となり、ほぼ寝たきりの状態となる。

こまったら
まず相談

▶高齢者の介護・健康・福祉に関する総合相談窓口です。介護保険サービスを利用するための介護申請について相談することも可能です。
➡ ①地域包括支援センター(高齢者総合相談センター) ②山口県宇部健康福祉センター ③認知症疾患医療センター：山口県立こころの医療センター

▶家族支援などの初期の支援を集中的に行い、必要に応じて医療や介護サービスを紹介しながら生活のサポートを行う専門職のチームです ➡ 認知症初期集中支援チーム ④宇部市高齢福祉課

▶どこに相談したらいいかを迷った時にご相談下さい ➡ ⑤宇部市地域福祉課 福祉総合相談センター 成年後見センター ⑥若年性認知症コールセンター

わすれても
私の居場所
はあります

▶日常生活を送るために必要な保険・医療・福祉サービスを利用できるよう、心身状況や環境などを考慮してサービス利用の連絡・調整をします。
➡ 居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)

▶「詐欺にあったかもしれない」「家に帰ってこない」「近隣・家族間のトラブル」などの相談。 ➡ ⑦宇部警察署

▶悪質商法や詐欺などの消費生活トラブルに関する相談 ➡ ⑧宇部市消費生活センター

▶認知症の人の財産管理を行います。 ➡ 日常生活自立支援事業(権利擁護)：⑨宇部市社会福祉協議会 生活支援課 成年後見制度：⑩山口県家庭裁判所宇部支部

くるしいときは
助けあいます

▶認知症の人、家族、支援者が集まって、和やかに過ごせます。専門職もいますので、介護のことについて相談することも可能です。 ➡ 認知症カフェ：④宇部市高齢福祉課

ご近所ふれあいサロン
：⑪宇部市社会福祉協議会 地域福祉課

介護保険や総合事業で利用できる主なサービス

- ◇訪問介護：ホームヘルパーの利用
- ◇通所介護・通所リハビリ：デイサービスやデイケアの利用
- ◇訪問看護・訪問リハビリ：訪問看護師やリハビリの有資格者の自宅訪問
- ◇ショートステイ：短期の宿泊サービスの利用
- ◇小規模多機能：デイサービス・ホームヘルパー宿泊の併用が可能
- ◇住宅改修、福祉用具貸与、購入

入所ができる主な施設(ご本人の介護度や身体状態などの条件があります)

- ◇介護保険施設
- ◇グループホーム
- ◇サービス付き高齢者向け住宅
- ◇有料老人ホーム

➡ ⑫宇部市介護保険課

なきたいときは
はきだそう

▶同じ悩みを持つ当事者や家族同士が意見交換をして、介護や生活上の工夫を学んだり、気持ちを共有することができます。 ➡ ⑬認知症の人と家族の会

いつでも
みんなが
見えています

◎見守り **見守り安心コールサービス 見守り愛ネット**(あんしん：安否確認・生活の見守り あんぜん：所在不明時の捜索協力メール)：④宇部市高齢福祉課

◎かかりつけ医 日常の健康管理も含めて、早い段階でかかりつけ医に相談ができる体制を作っておきましょう。 ◎オレンジドクター 物忘れや認知症に関する相談等に対応できる医師

◎かかりつけ薬局 状態に応じ医師と連携し、薬剤師が自宅に訪問して、お薬を管理することができます。 ◎プレミアムオレンジドクター オレンジドクターによる認知症診療への支援を行うことができる、認知症に関してより専門的な知識と技能を有する医師

医療機関

▶病気や症状について専門的な診断・治療をする外来や医療機関があります。(外来・入院) ➡ ◎病院 (もの忘れ外来、認知症外来) ◎認知症専門病院

▶認知症に関する識別診断、周辺症状と身体合併症に対する急性期治療、専門相談を受けることができます。 ➡ ③認知症疾患医療センター：山口県立こころの医療センター

ご家族の
心構えや
準備

▶「おかしい」「今までとちがう」と思った時は、早めに「地域包括支援センター(高齢者総合相談センター)」に相談しましょう。

▶今後のことも考えて「かかりつけ医」を持つようにしましょう。

▶介護・医療について

- ・接し方や介護、医療について勉強しておきましょう。
- ・本人の役割を全て取り上げず、できることはしてもらいましょう。
- ・本人が失敗しない環境づくりに配慮しましょう。

▶介護する家族の休息も大切に

- ・全て抱え込まずに、上手に介護保険サービスを活用しましょう。
- ・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。

▶家族間で話し合っておくべきこと(可能であればご本人も交えて)

- ・今後の金銭管理や財産管理について。
- ・認知症の段階が進んだ時に、誰がどのように関わって介護をしていくか。