

認知症ケアパス

# 知ってあんしん 認知症ガイドブック



認知症の方とその家族を支える地域づくりを目指して

函館市

「知ってあんしん認知症ガイドブック」を手にとっていただき、ありがとうございます。

認知症は、高齢になるにつれて誰にでも起こりうるものです。

函館市は全国および北海道よりも高齢化が進んできている中、家族や身近な方が認知症になることを含め、多くの方にとって身近なものとなっております。

認知症の方が認知症とともによりよく生きていくことができ、認知症の方の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域の中で自分らしく暮らし続けられるような社会にできたらと思い、認知症のことはもちろん、相談できる窓口、医療のこと、暮らしのこと、交流できる場所などについてまとめました。

『自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます。』

これは2018年に日本認知症本人ワーキンググループが表明した「認知症とともに生きる希望宣言」のうちの一つです。私たちのまち函館で、認知症かもしれないと不安に思っている方、認知症と診断された方とその家族、医療・介護に携わる方、民間企業の方、地域の方など多くの方とが一緒に歩んでいけるよう、このガイドブックが、少しでもお役に立てると幸いです。

今すぐにすべてを読む必要はありません。気になったページからご覧ください。

函館市は、今後も認知症への理解を深めていただけるよう取り組んで行きます。

# も く じ

はじめに

|                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| <b>1 認知症について</b>              | <b>1</b>  |
| （1）認知症は身近な病気                  | 1         |
| （2）認知症とは                      | 1         |
| （3）認知症の種類                     | 2         |
| （4）認知症の症状                     | 3         |
| （5）早期受診・診断、早期治療が大切なわけ         | 4         |
| <b>2 認知症の方の気持ちと付き合い方のポイント</b> | <b>5</b>  |
| （1）本人の気持ち                     | 5         |
| （2）認知症の方との接し方 10ヶ条            | 6         |
| <b>3 予防について</b>               | <b>7</b>  |
| （1）認知症予防のためのポイント              | 7         |
| （2）軽度認知障害（MCI）                | 8         |
| （3）あたまの健康チェック                 | 8         |
| <b>4 自分でできる認知症の気づきチェックリスト</b> | <b>9</b>  |
| <b>5 認知症の症状とケアの流れ</b>         | <b>11</b> |
| <b>6 地域で暮らし続けるために</b>         | <b>13</b> |
| （1）介護保険制度                     | 13        |
| （2）地域の取り組み・資源                 | 15        |
| （3）お金の管理ややりくりに困ったら            | 17        |
| （4）外出について悩んだら                 | 19        |
| <b>7 若年性認知症の方へのご案内</b>        | <b>21</b> |
| <b>8 受診を考えたら</b>              | <b>23</b> |
| （1）かかりつけ医                     | 23        |
| （2）かかりつけ薬局                    | 23        |
| （3）認知症疾患医療センター                | 23        |
| （4）認知症サポート医のいる医療機関            | 24        |
| （5）在宅歯科医療連携室                  | 24        |
| <b>9 相談先について</b>              | <b>25</b> |
| （1）市役所                        | 25        |
| （2）函館市地域包括支援センター              | 26        |
| （3）函館市医療・介護連携支援センター           | 27        |
| （4）その他                        | 27        |