

# 認知症に関する相談窓口など

## 運転免許の相談

運転に不安を感じたら、運転免許証を「自主返納」する制度があります。

【お問い合わせは】

阿波運転免許センター	0883-35-5110
美馬警察署	0883-52-0110

## 悪質商法や消費者被害の相談

消費生活相談員が解決に向けた助言やあっせん等を行います。

【お問い合わせは】

美馬地区消費生活センター (美馬市脇町 ミライズ内)	0883-53-1541 【相談受付時間】月～金 9:30～16:00
-------------------------------	--

## 成年後見制度とは

判断能力が不十分な方などが、安心して生活できるように保護し、支援する制度です。法的に権限を与えられた後見人等が、本人に代わって財産管理や身上監護を行います。

【お問い合わせは】

つるぎ町成年後見支援センター	0883-62-3111
----------------	--------------

## 自治体の窓口

名称	電話番号
つるぎ町地域包括支援センター	0883-62-3113
つるぎ町役場 長寿介護課	0883-62-3111



## 専門医療機関

徳島県認知症疾患医療センター(桜木病院)	0883-52-1527
----------------------	--------------



## その他の窓口

名称	電話番号	所在地
こもれば 카페 (認知症カフェ)(毎月第3水曜日)	0883-64-3255 <small>※コロナウイルス感染拡大防止のため休止中。実施について事前にお問い合わせください。</small>	つるぎ町半田字小野487-6 グループホームこもれば内
徳島県認知症コールセンター (認知症の人と家族の会 徳島県支部)	088-678-4707 (月～金 10:00～16:00)	徳島市中昭和町1丁目2番地 徳島県立総合福祉センター1階
若年性認知症コールセンター	0800-100-2707	全国若年性認知症支援センター
つるぎ町社会福祉協議会	0883-62-5073	つるぎ町貞光字江ノ脇 230-16

上記の窓口へお気軽にご相談下さい。

# つるぎ町 認知症あんしんガイド

# 認知症かま!? と思ったら

## 認知症早期発見のメリット

- 病気の原因によっては治療が可能です**  
認知症のような症状を示す別の病気もあります。早期発見・治療で重篤化を防ぎ、認知症機能改善の可能性もあります。
- 将来に備えることができます**  
初期の認知症であれば、治療や介護サービスを選び、これからの生活についてお願いする人をご自身で決めるなど、今後の人生の準備ができます。
- 症状の進行対策が考えられます**  
服薬・生活習慣の改善・適切なケアなどで、認知機能を長く保つ方法があります。

## なんだか変だなと思ったら「認知症チェックリスト」








◆ あてはまる項目に✓をしてください。出典：愛知県・国立研究開発法人国立長寿医療研究センター「認知症チェックリスト」

<input type="checkbox"/> ① 同じことを言ったり聞いたりする。	<input type="checkbox"/> ⑧ 慣れた場所で道に迷った。
<input type="checkbox"/> ② 物の名前が出てこなくなった。	<input type="checkbox"/> ⑨ 財布などを盗まれたという。
<input type="checkbox"/> ③ 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた。	<input type="checkbox"/> ⑩ ささいなことで怒りっぽくなった。
<input type="checkbox"/> ④ 以前はあった関心や興味が失われた。	<input type="checkbox"/> ⑪ 蛇口、ガス栓の閉め忘れ、火の用心ができなくなった。
<input type="checkbox"/> ⑤ だらしくなった。	<input type="checkbox"/> ⑫ 複雑なテレビドラマが理解できない。
<input type="checkbox"/> ⑥ 日課をしなくなった。	<input type="checkbox"/> ⑬ 夜中に急に起き出して騒いだ。
<input type="checkbox"/> ⑦ 時間や場所の感覚が不確かになった。	

◆ このチェック項目はあくまでも目安ですが、3つ以上あてはまった方は、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。

# 認知症の状態に応じたサービスや制度（認知症ケアパス）

【認知症の症状や経過には個人差があります】

認知症の経過	認知症の疑い	認知症を有するが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要
<b>本人の様子</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>言葉が出にくく、「あれ」「あの」が増える</li> <li>物の置き場所が思い出せない</li> <li>曜日や日付を間違えることがある</li> <li>約束を忘れることがある</li> <li>物忘れが多いという自覚がある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>財布や通帳など大事なものをなくすことがある</li> <li>同じことを言ったり聞いたりする</li> <li>物忘れや失敗を隠そうとする</li> <li>怒りっぽくなったり、興味や意欲がなくなる</li> <li>もの盗られ妄想ができることもある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>電話や訪問者の対応が難しくなる</li> <li>道に迷い、自宅に戻れなくなることがある</li> <li>薬が飲めなかったり、飲みすぎたりする</li> <li>季節にあった服が選べなくなる</li> <li>ガスの消し忘れなど火の不始末が多くなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>着替えや食事が上手にできない、または時間がかかる</li> <li>排泄の失敗が増えてくる。</li> <li>人や物、自宅内でも場所が分からなくなる。</li> <li>転倒しやすくなる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>表情が乏しくなる</li> <li>言葉が減り、会話が成立しなくなる</li> <li>徐々に寝たきりになる</li> <li>口から食事や水分が摂れなくなる。</li> <li>飲み込みが悪くなり、肺炎を起こしやすくなる</li> </ul>
<b>心がまえ・備えておきたいこと</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>規則正しい生活を送り、健康管理に努める</li> <li>役割を持った生活を送る</li> <li>趣味や運動を続ける</li> <li>地域行事や集まりに参加し繋がりをつくる</li> <li>かかりつけ医に相談する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>身近な人には伝えておき見守ってもらおう</li> <li>周囲との係わりをもった生活を続ける</li> <li>介護保険サービスを検討する</li> <li>必要なら専門医を受診する</li> <li>消費者被害に注意する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護保険サービスを利用する</li> <li>本人ができることを大切に</li> <li>危険を回避する方法を検討する</li> <li>必要な場合は成年後見制度について相談する</li> <li>介護者自身の健康にも留意する</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>医療処置や延命治療など終末期の迎え方について家族で相談しておく</li> </ul>
<b>介護予防・悪化予防・他者とのつながり支援</b> 	<p><b>楽しく活動したり、交流する場</b> ○いきいき百歳体操(※包括) ○※こもれびカフェ ○公民館活動                  ○認知症予防教室(※包括) ○いきいきサロン(※社協)                  ○シルバー人材センター ○シルバー学園                  ○健康栄養相談など(保健センター) ○老人クラブ</p> <p><b>介護保険サービス</b> ○通所介護(デｲｯﾋﾞｽ)：日常生活上の支援や生活行為向上のための支援を日帰りで行う                  ○通所リハビリテーション：日常生活上の支援やリハビリテーションを日帰りで行う</p> <p><b>認知症の本人・家族・地域住民の交流の場</b> ○※こもれびカフェ</p>				
<b>医療</b> 	<p><b>診断や治療、体の状態へのアドバイス</b> ○かかりつけ医 ○かかりつけ歯科医 ○かかりつけ薬局 ○認知症サポート医 ○※認知症疾患医療センター</p> <p><b>専門職がチームを組んで、早期診断や生活環境を整えるお手伝い</b> ○認知症初期集中支援推進事業(※包括)</p>				
<b>相談</b> 	<p><b>認知症についての総合的な相談</b> ○※地域包括支援センター ○※長寿介護課</p> <p><b>困りごと、心配ごとに対応</b> ○警察署(※運転免許証自主返納 など) ○美馬地区消費生活センター(※悪質商法や消費者被害の相談)</p> <p><b>居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)</b></p>				
<b>生活支援・介護</b> 	<p><b>介護保険サービス</b> ○つるぎ町社協貸与事業 車いすなど(※社協) ○家族介護用品支給事業 支給要件あり(※長寿介護課)</p> <p>○訪問介護：ホームヘルパーが訪問し、食事・入浴・排泄などの身体介護や調理・洗濯などの生活援助を行う                  ○通所介護(デｲｯﾋﾞｽ) ○通所リハビリテーション ○訪問リハビリテーション ○訪問看護 ○短期入所 ○住宅改修 ○福祉用具貸与や購入など</p>				
<b>安否確認・見守り</b> 	<p><b>声かけ・見守り</b> ○家族 ○地域住民 ○民生委員・児童委員 ○友愛訪問員 ○介護予防サポーター ○認知症サポーター</p> <p>○ひとり暮らし高齢者安心事業(※社協) ○顔なじみ見守りネットワーク事業(※社協) ○緊急通報装置貸与事業(※長寿介護課)</p>				
<b>権利を守る</b> 	<p><b>福祉サービスの利用や金銭管理などの支援</b> ○日常生活自立支援事業(※社協)</p> <p><b>本人の意思を尊重し、法律的に本人を保護・援助(財産管理・契約など)</b> ○※成年後見制度 ○人権相談 ○弁護士・司法書士相談(※社協) ○法テラス</p>				
<b>住まい</b> 	<p>○自 宅</p> <p><b>自宅での生活が不安になってきたときの住まい</b>                  ○軽費老人ホーム ○養護老人ホーム ○有料老人ホーム ○サービス付き高齢者向け住宅</p> <p><b>介護保険利用施設</b> ○認知症高齢者グループホーム ○介護老人保健施設 ○介護老人福祉施設</p>				

※緑色：原則として、介護保険の認定または「基本チェックリスト」の実施による事業対象者の判定が必要  
 ※施設等への入所にあたっては、入所要件がそれぞれ異なるため事前に相談が必要

※裏面にサービスなどの説明や連絡先あり