

認知症と暮らし・支援

岩手県立中央病院
地域医療福祉連携室

医療社会事業士 坂本 真生

本日のお話

- 2人に1人は「がん」
- 高齢者5人に1人は「認知症」の時代・・・
- 明日は我が身、
いつか家族、自分も・・・

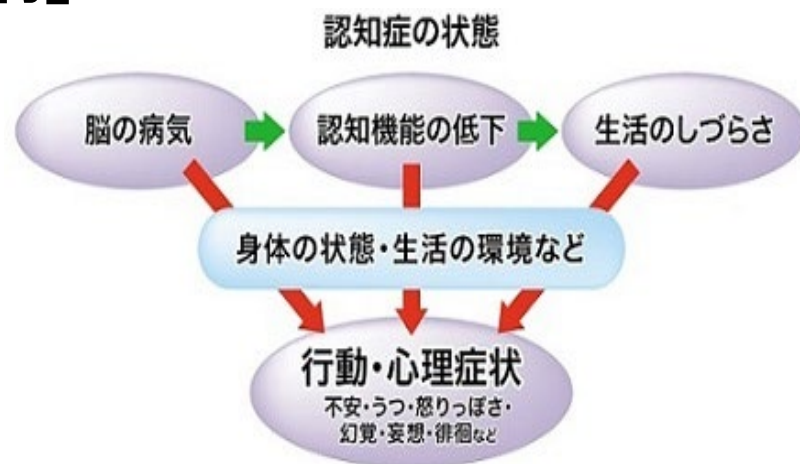
- 認知症になっても、
本人の意思が尊重され、
できる限り住み慣れた地域で
暮らし続けられるよう

- **認知症を知ろう！**
- **地域のサポートに関心を持ってみよう**

認知症は、誰でもかかる可能性のある 身近な「脳の病気」

- 認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、**認知機能**が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態を指します
- 原因となる主な病気：「**アルツハイマー病**」
「**脳血管障害**」
「**レビー小体病**」

もっとも多いのがアルツハイマー病



認知症の気づき

新しいことはすぐ忘れる

- 最近の出来事はすぐに忘れてしまいますが、子どもの頃の出来事などはよく覚えています



不安を感じることがある

- 自分がこれまでとは違うことに、最初に気づくのは本人です
- もの忘れによる失敗が増えることなどにより、「なんだかおかしい。」とすることがあります



気分が沈んで憂うつに

- 自分がそれまでできたことができなくなってしまうので、気分が沈んでうつ状態になることがあります
- 意欲が低下し、趣味活動をやめてしまったり、人とのコミュニケーションも少なくなってしまう、不活発な生活になってしまいます

怒りっぽくなることも

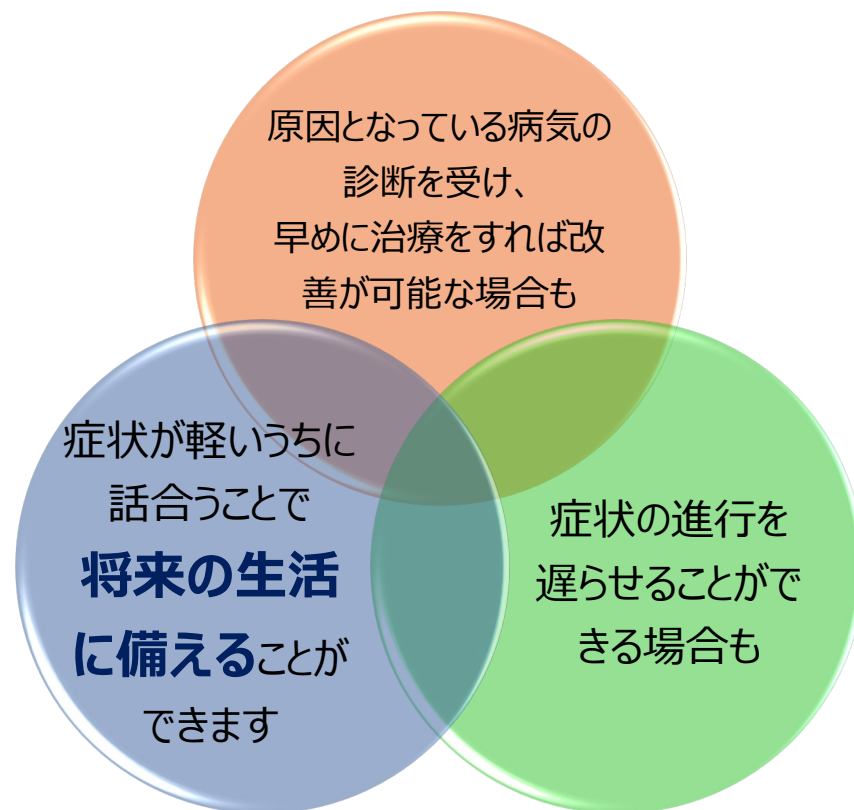
- 何か失敗をした時に、どうしていいかわからずに混乱し、いらしやすくなったり、不機嫌になったりすることがあります
- 時には大声をあげてしまったり、つい手を出してしまうことがあります
- 自分の失敗を隠そうと、その場を怒ってとりつくろう・・・

もし、身近な方が認知症になったら

- 身近な方に認知症の症状が現れたら、
誰でも不安になるもの・・・
- 住み慣れた地域で安心して生活を送るためには、認知症の知識を正しく理解し、本人の気持ちに寄り添うことが大切です
- **認知症の方＝本人や家族、介護者を支える
制度やサービスがあります**

早めの気づきと受診が大切

- 認知症は治らないから、医療機関に行っても仕方がないと考えていませんか？
- 認知症も他の病気と同じように、早期診断と早期対応が非常に大切です



まずは相談から～

- **かかりつけ医、歯科医、もの忘れ相談医**

日常生活の管理も含めて、早い段階で相談を

- **かかりつけ薬局**

状態に応じ、医師と連携し服薬アドバイスを受けることもできます

- **岩手県基幹型認知症疾患医療センター（医大）**

認知症に関する鑑別診断、周辺症状と身体合併症に対する急性期治療、専門相談

- **地域包括支援センター**

高齢者の健康・福祉・介護に関する総合相談窓口

医療機関などとも連携中！！！！

- いわて認知症の人と家族の電話相談
- シルバー 1 1 0 番「高齢者なんでも相談」
- 認知症初期集中支援チーム
- 盛岡広域シルバーケアSOSネットワークシステム
- 町内会・民生委員
- 若年性認知症コールセンター

同じような悩みを抱えるのは、
あなただけではありません。一
人で悩まず、認知症の方とそ
の家族を支援する相談先に
連絡してみましょう。

- 認知症の人と家族の会
- 認知症カフェ



制度、生活の支援～

自立支援医療（精神通院）

・ 外来通院の医療費一部軽減するための制度

【対象となる方】

統合失調症

うつ病、躁うつ病などの気分障害

薬物などの精神作用物質による急性中毒又はその依存症

P T S Dなどのストレス関連障害や、パニック障害などの不安障害

知的障害、心理的発達の障害

✓ アルツハイマー病型認知症、血管性認知症

てんかん

・ 原則として自己負担が一割となります

・ 世帯の所得状況に応じて月額上限が定められます（2,500～2万円）

【必要書類】

精神通院医療用診断書

申請書

健康保険証の写し

世帯の所得状況を確認できる書類が必要な場合もあります



市町村障がい福祉担当課へ提出

毎年更新手続きが必要

診断書提出は2年に一度

障害者手帳・障がい福祉サービス

- ・ **若年性認知症** 働き盛りの世代

本人、家族の生活 特にも経済面への影響が
わらず、支援は十分といえませんが、

大きいにもかかわらず

精神保健福祉手帳

身体障害者手帳

障害年金

医療費控除

高額療養費

生活福祉資金貸付

生活保護

介護給付

訓練給付

保険料免除

住宅ローン

ご存知！介護保険サービス

ケアマネジャーさんとプラン検討を

- **65歳以上**

原因を問わず介護や支援が必要となった場合

- **40歳～64歳**

16疾病により介護や支援が必要となった場合

初老期における認知症と診断された場合も。



訪問介護

ヘルパーに訪問してもらい、入浴、排せつ、食事などの身体介護や調理、洗濯、掃除などの生活援助を受ける

通所介護・通所リハビリ

デイサービスやデイケアに通い、他者との交流やレクリエーションを行ったり、リハビリを受ける

訪問看護・訪問リハビリ

看護師やリハビリの資格者に自宅へ来てもらい、健康状況の管理やリハビリを受ける

ショートステイ

本人の孤立感の解消や心身機能の維持回復、家族の介護負担の軽減を目的として施設に短期間宿泊

福祉用具レンタル

ベッド、車いす、歩行器、認知症老人徘徊感知機器などの貸与

施設などの利用

特別養護老人ホーム

常に介護が必要で在宅での生活が困難になった方が施設で介護を受けながら生活（要介護3以上）

介護老人保健施設

在宅復帰を目的として入所し、心身の機能回復訓練を受ける

グループホーム

認知症などで生活が困難になった方が専門のスタッフの支援を受けながら少人数で一般住宅等で共同生活

有料老人ホーム

サービス付き高齢者向け住宅

小規模多機能居宅介護

看護小規模多機能居宅介護

その他のサポート

- **緊急通報システムの貸出**

65歳以上のひとり暮らしの方に通報装置を設置

- **火災警報器等給付事業**

65歳以上のひとり暮らし等で所得税非課税世帯に給付

- **配食サービス**

ひとり暮らし等で調理が難しい方に、食事（お弁当）をお届けしつつ 安否確認

- **ごみ出しサポート**

- **日常生活自立支援事業（あんしんネット）**

生活支援員が定期的に訪問、福祉サービスの利用手続きや日常生活費の管理を支援します

知っておこう**成年後見制度**



本人の判断能力に応じて活用できる
内容が異なります

家庭裁判所に手続きを行い、本人にとって適切な支援者を家庭裁判所が選び、本人のために活動する制度です

私たちは、様々な契約に支えられ 生活しています

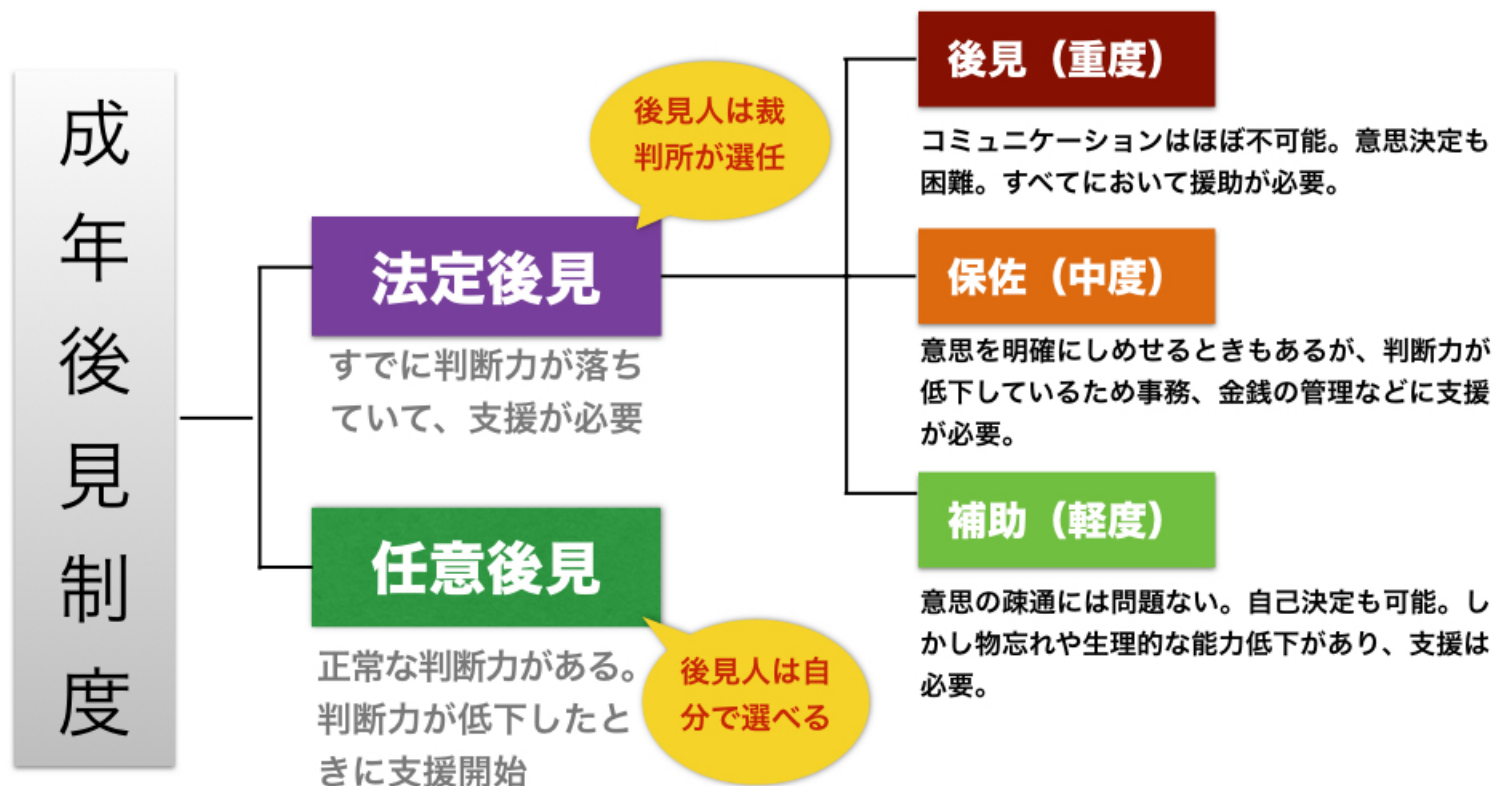
携帯電話を利用するための手続き、入院の手続き、実は普段の買い物だって契約です。契約をするには、自分のした行為の結果がどのようなのかをきちんと理解できる「判断能力」が必要です

認知症や知的障がい、精神障がい等によって「判断能力」を十分に活用できない方は、**自分の財産を管理する**のが困難だったり、**必要な手続き**ができなかったり、ときには不当な契約をさせられて被害を受けたりと、普段の生活の中で財産を侵害されることや、人間としての尊厳が損なわれることなど不利益を被ってしまうおそれがあります

「成年後見制度」は、

そのような判断能力が不十分な方のために後見人等が支援にかかわることで、本人の権利や財産を守ったり、本人の意思を尊重してその人らしい生活ができるよう援助したりする、身近な法律の仕組みです

成年後見制度には**法定後見**と**任意後見**の2種類ある



※法定後見と任意後見では申し立ての手続きが異なります

※任意後見の代理権は自由に設定。報酬も双方合意のうえ取り決め

たとえば・・・こんな方が対象です



後見

[例] アルツハイマー病の
男性58歳

- もの忘れがひどい
- 身近な人が誰だか分からなくなった
- 症状は重く入院



補佐

[例] 中程度の認知症
女性72歳

- もの忘れが多い
- 買い物で払った金額が分からない
- 日常生活に支障



補助

[例] 軽度の認知症
女性70歳

- 家事を失敗する
米を研がずに炊くなど
- 訪問販売で高額な商品を買うなど

どんな時に申立て、利用するの？

①	年金生活の一人暮らしのおばあちゃんが 訪問販売で必要もない高額な商品を買って しまう・・・ 任意後見制度もしくは法定後見制度	②	夫に先立たれてしまい一人で過ごす老後が 不安・・・夫が残してくれたマンションの経営や、 将来お世話になるかもしれない老人ホームの 入所手続を代わりに 任意後見制度もしくは財産管理委任契約
③	兄が認知症の母と同居しているが、どうやら 兄が勝手に母のお金を使っているらしい 法定後見制度	④	うちの一人息子は生まれたときから重度の知的 障害者で、私たち両親が亡くなった後のこと が心配だ 法定後見制度
⑤	高齢のため体が不自由で要介護認定を受けているが、特に認知症ではない。 出歩くのも大変なため預金の管理等困る 財産管理委任契約	⑥	最近、物忘れが激しくアルツハイマーの疑い、 一人暮らしのため老後がとても不安 任意後見制度もしくは法定後見制度
⑦	寝たきりの祖母からお金の管理を頼まれたため、きちんと祖母のお金の管理をしているにもかかわらず、 叔父や叔母からなにかと疑われてしまう 法定後見制度	⑧	認知症の母の不動産を売却して老人ホームの 入所費用にあてたい 法定後見制度

成年後見申立て手続き

- **家庭裁判所**に申立て（本人、配偶者、四親等内の親族、市町村長など）



審判 となります

- 手続きなどは、地域包括支援センター、市役所（高齢担当）、リーガルサポート（司法書士）に相談ください

財産管理委任契約

自分の財産の管理やその他の生活上の事務の全部または一部について、代理権を与える人を選んで具体的な管理内容を決めて委任するものです。

【任意代理契約】とも呼ばれ、民法上の委任契約の規定に基づきます。

財産管理委任契約は、当事者間の合意のみで効力が生じ、内容も自由に定めることができます

認知症予防の10ヶ条

- 塩分と動物性脂肪を控えたバランスのよい食事を
- 適度に運動を行い足腰を丈夫に
- 深酒とタバコはやめて規則正しい生活を
- 生活習慣病（高血圧、肥満など）の予防・早期発見・治療を
- 転倒に気をつけよう 頭の打撲は認知症招く
- 興味と好奇心をもつように
- 考えをまとめて表現する習慣を
- こまやかな気配りをしたよい付き合いを
- いつも若々しくおしゃれ心を忘れずに
- くよくよしないで明るい気分で生活を



認知症介護10ヶ条



認知症サポーターキャラバン

- **コミュニケーション**：語らせて微笑みうなずきなじみ感
- **食事**：工夫してゆっくり食べて満足感
- **排泄**：排泄は早めに声かけトイレット
- **入浴**：機嫌みて誘うお風呂でさっぱりと
- **身だしなみ**：身だしなみ忘れぬ気配り張り生まれ
- **活動**：できること見つけて活かす生きがい作り
- **睡眠**：日中を楽しく過ごして夜安眠
- **精神症状**：妄想は話を合わせて安心感
- **徘徊などの周辺症状**：叱らずに動機考え予防策
- **自尊心**：自尊心支える介護で生き生きと

認知症家族の接し方の10ヶ条



- **なじみの関係**：顔なじみ落ち着き与える安心感
- **心の受容**：意に添ってこころ受け止め温かく
- **心のゆとり**：怒らずに相手に合わせるゆとり持つ
- **説得より納得**：理屈より気持ちを通わせ納得を
- **意欲の活性化**：本人を生きいきさせるよい刺激
- **孤独にしない**：寝たきりや孤独にしない気づかいを
- **人格の尊重**：プライドやプライバシーの尊重を
- **過去の体験は心のよりどころ**：本人の過去の体験大切に
- **急激な変化を避ける**：環境の急変避けて安住感
- **事故の防止を**：事故防ぐ細かな工夫気配りを

あんしん相談ガイド

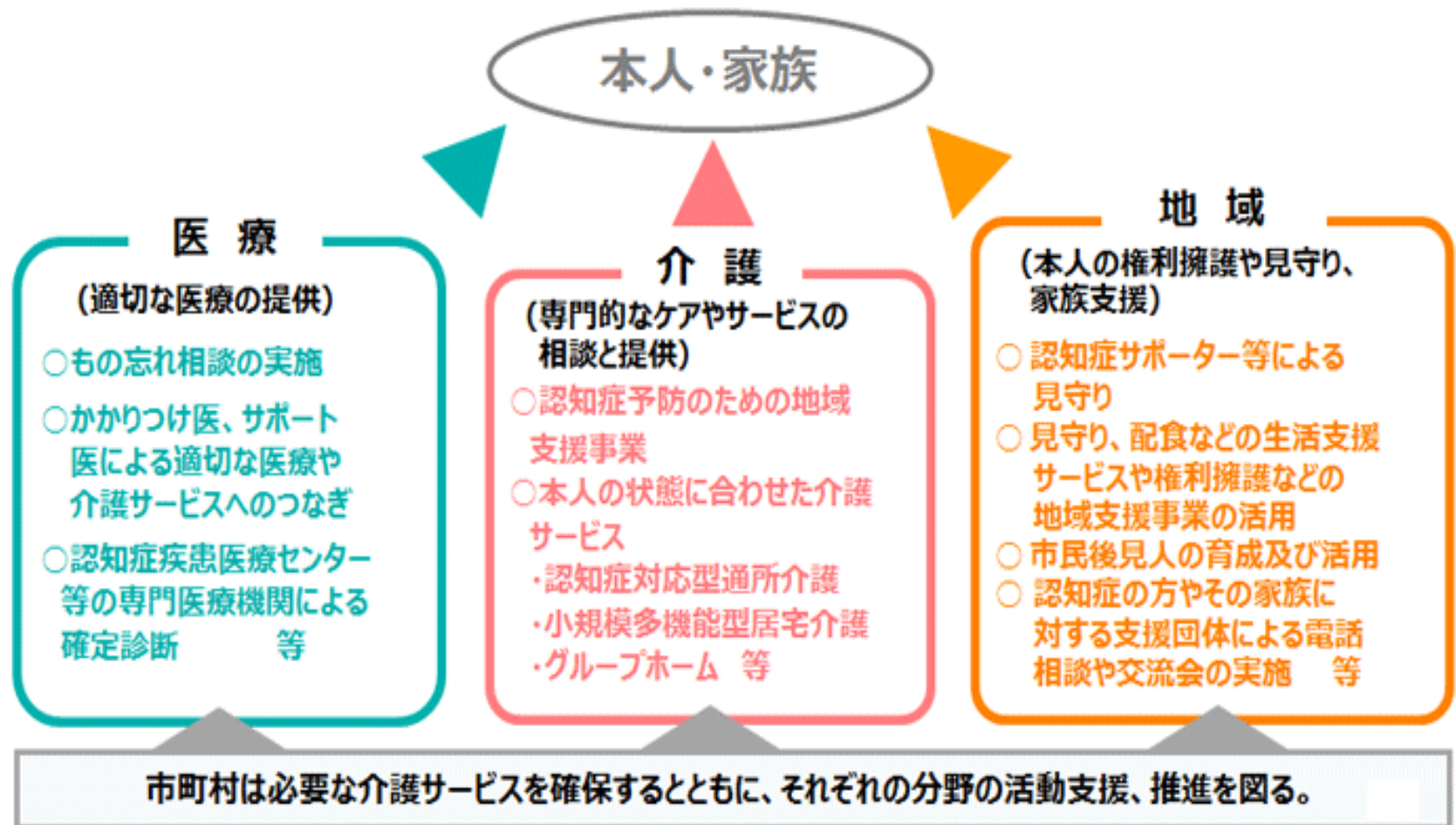
- 認知症の進行にあわせた医療や介護のサービス、相談先などを示した

「盛岡市 もの忘れ あんしん相談ガイド」 (認知症ケアパス)



認知症の人への支援体制 ～医療・介護・地域の連携～

認知症の人やその家族の暮らしを支えるサービスは多方面にわたり展開



認知症になっても

- 安心して暮らし続けることができる地域づくり、
そのお役に立つことが出来ればと思っています。
- どんなことでも、どなたからでも、ご相談どうぞ。

県立中央病院 ソーシャルワーカー一同



ご清聴ありがとうございました