

★ 認知症の大まかな経過とサービス等の流れ

	元気なとき	認知症の疑い 軽度認知障害 (MCI)	軽度 (見守りがあれば日常生活は ほぼ自立)	中等度 (日常生活に手助け・ 介護が必要)	重度 (常に介護が必要)	
本人の様子	 介護予防に積極的に取り組み、健康寿命を延ばしましょう	●もの忘れはあるが日常生活に大きな支障はない ●新しいことを覚えられない ●約束を忘れることがある 等	●同じことを何回も聞く ●約束したことを忘れる ●物の置き忘れが増える ●話を取り繕って話す ●イライラして怒りっぽくなる 等	●外出先から自宅に戻れない ●季節に合った服が選べない ●排泄がうまくできない ●「物をとられた」等の発言をする ●夕方から落ち着きがなくなる 等	●ほぼ寝たきりで、身の回りのこと全般に介護が必要 ●言葉でのコミュニケーションが困難	
本人・家族の心得 対応のポイント	地域とのつながりを大切に。元気サポーターなどボランティアやシルバー人材センターでのお仕事なども	●気になったら「年のせい」と思わず。早めにかかりつけ医や専門医療機関に相談しましょう。 ●生活の活性化など予防対策を行なうことで、進行が緩やかになったりすることもあります。 	●家族だけで支えようとせず、見守ってくれる周囲の人を増やしましょう。 ●デイサービスや訪問介護など介護保険サービスの利用をしましょう。 ●本人のできることをしてもらいながら不安を和らげる接し方をこころがけましょう。	●さまざまな症状が現れ、介護者が疲れる時期。積極的に人の助けを借ります。 ●困った時は抱え込まず、ケアマネジャーや各種相談窓口へ相談しましょう。	●言葉による意思疎通が難しくなっても、しぐさや表情、やさしく触れる等言葉以外のコミュニケーションを使って、本人が安心できる接し方をしましょう。	
相談する	地域包括支援センター 福祉課 社会福祉協議会 認知症地域支援推進員					
	居宅介護支援事業所					
	認知症疾患医療センター 保健所「こころの相談」 電話相談					
医療	かかりつけ医 かかりつけ歯科医 かかりつけ薬局 認知症疾患医療センター もの忘れ外来・神経内科・精神科等専門医療機関					
介護予防 交流の場	元気百梅クラブ・竹馬の友・いきいきサロン・思い出クラブ、ほんわりカフェ					
	老人クラブ、地区サロン					
	介護保険サービス（デイサービス、訪問介護など） 					
家族支援	ほんわりカフェ、さくら会（介護家族の会）、認知症サポーター、チームオレンジ					
見守り 生活支援	認知症サポーター、チームオレンジ、配食見守りサービス、緊急通報システム、あんばち安心ボトル、巡回訪問、高齢者助け合い生活支援事業など					
介護・住まい		介護保険サービス（住宅改修、福祉用具購入、福祉用具貸与、訪問介護、訪問看護、訪問入浴、ショートステイなど				
		介護保険サービス（グループホーム、介護老人保健施設、特別養護老人ホーム、介護療養型医療施設等）				
権利を守る	成年後見制度、日常生活自立支援事業					
	消費生活相談、法律相談					