

桐生市・みどり市認知症ケアパス作成プロジェクト 第1回全体会議 次第

日時：令和6年5月16日（木）19:00～21:00（予定）

会場：桐生メディカルセンター 地下講堂

<配布資料>

- ①次第、②委員名簿、③実施要項、④認知症ケアパスの作成と活用
- ⑤認知症ケアパスの作成と活用の手引き、⑥認知症ケアパス作成プロジェクトの流れ
- ⑦認知症ケアパス項目（案）、⑧チェックリスト・フローチャート集

<参考資料>

- ①桐生市認知症ガイドブック、②千代田区市認知症ガイドブック
- ③認知症を知るためのはじめの一步（水戸市）、④前橋市認知症ケアパス
- ⑤認知症ケアパスコンテスト確認項目、⑥共生社会を実現するための認知症基本法について

1 挨拶

2 自己紹介

3 議事

(1) 認知症ケアパスとは…香取

(2) 認知症ケアパス作成プロジェクトの事業の流れについて…小川

(3) 認知症ケアパスのイメージについて（委員の皆さま全員からご意見を頂戴します）

(4) 桐生市・みどり市認知症ケアパスの項目（案）について…小川

(5) 認知症ケアパスにおける「チェックリスト」について…香取

※チェックリスト以外に追加する項目についても確認

4 その他

桐生市・みどり市認知症ケアパス作成プロジェクト委員名簿

No.	氏名	所属	職種等	備考	コア会議
1	高橋 厚	桐生市医師会	副会長	副委員長	
2	前川 佳彰	桐生市医師会	理事	委員長	
3	峯岸 康大	桐生市地域包括支援センター菱風園	社会福祉士		○
4	渡辺 幸恵	桐生市地域包括支援センター山育会	主任介護支援専門員 チームオレンジチューター		○
5	梅澤 亜紀	みどり市地域包括支援センター東	保健師		○
6	大嶋 桂子	桐生市社会福祉協議会	生活支援コーディネーター		○
7	鈴木 美幸	みどり市社会福祉協議会	生活支援コーディネーター		○
8	櫻井 栄太	群馬県介護支援専門員協会 桐生・みどり支部	介護支援専門員		○
9	小沼 説雄	群馬県介護支援専門員協会 桐生・みどり支部	介護支援専門員		○
10	武井 祐介	桐生厚生総合病院 地域医療連携室	医療ソーシャルワーカー		
11	山口 利佳	恵愛堂病院 地域医療連携室	医療ソーシャルワーカー		
12	阪下 潤一	認知症疾患医療センター日新病院	連携室長		オ
13	橋本 綾子	桐生厚生総合病院	認知症看護認定看護師		
14	堀米あすか	東邦病院	認知症看護認定看護師		
15	松井 泰俊	特別養護老人ホーム菱風園	認知症介護指導者 チームオレンジチューター	コア会議リーダー	○
16	中村 安孝	養護老人ホームサンロイヤル広沢	認知症介護指導者		
17	石塚 幸子	桐生市健康長寿課	保健師		○
18	鎗木 早苗	みどり市介護高齢課	保健師		○
19	小川 貴之	在宅医療介護連携センターきりゅう	管理者	事務局	○
20	香取 麻里	在宅医療介護連携センターきりゅう	認知症地域支援推進員	事務局	○
21	田村 伸子	在宅医療介護連携センターきりゅう	看護師	事務局	○
22	大崎由美子	在宅医療介護連携センターきりゅう	事務員	事務局	

(敬称略)

桐生市・みどり市認知症ケアパス作成プロジェクト 実施要項

1 目的

共生社会の実現を推進するための認知症基本法(以下、認知症基本法という。)が目的としてあげている「認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができる」社会を目指していくためには、認知症の人やその家族が適切な時期に、適切な場所で、適切な方法で相談や支援を受けることができることが重要となる。

地域包括支援センターや認知症疾患医療センターなどの様々な社会資源があるが、それらの社会資源が活用される時期や場所が適切かと問われると必ずしも適切ではない現状がある。

桐生市・みどり市では認知症サポーター養成講座等で認知症の理解を深めていくとともに、桐生市・みどり市認知症ケアパス(以下、認知症ケアパスという。)を作成し、いつ、どこで、どのようなサービスを受けることができるのかを認知症の人やその家族に示していけるような地域づくりを行うことを目的とする。

2 期間 令和6年4月～12月

[スケジュール]

日程	項目	内容
令和6年4月	プロジェクト準備	行政との打ち合わせ、メンバーへの依頼・説明
令和6年5月	第1回全体会議	事業目的の共有、方向性の確認
	第1回コア会議	ケアパスに掲載する項目の検討
令和6年6月	認知症ケアパス素案作成	
令和6年7月	第2回コア会議	素案の修正点、追加項目の検討
令和6年8月	認知症ケアパス素案修正	
令和6年9月	第3回コア会議	デザイン等も含め最終検討
令和6年10月	第2回全体会議	ケアパスの最終確認、今後の予定
令和6年11月	広報きりゅう、広報みどり、マスコミでのケアパスの周知	
令和6年12月	認知症に関するセミナーの開催	講演会等+αでケアパスの周知

※その他、情報提供、情報共有はメールまたはメーリングリスト、SNSで随時実施する

3 プロジェクトメンバー(委員)

本プロジェクトの委員会は以下の2段階構成とする。

①全体会議(2回開催) 認知症ケアパスの目的や内容について協議・決定

【参加想定者】 25名程度を想定 桐生市医師会(2名) 桐生市地域包括支援センター(2名) / みどり市地域包括支援センター(1名) 桐生市社会福祉協議会(1名) / みどり市社会福祉協議会(1名) 群馬県介護支援専門員協会 桐生・みどり支部(2名) 医療ソーシャルワーカー(2名) / 認知症疾患医療センター(1名)
--

認知症看護認定看護師(2名) / 認知症介護指導者(2名)
 桐生市健康長寿課(1名) / みどり市介護高齢課(1名)
 事務局:在宅医療介護連携センターきりゅう(4名)

②コア会議(3回開催) 認知症ケアパスの詳細項目の検討、素案の作成等

【参加想定者】 15名程度を想定

桐生市地域包括支援センター(2名) / みどり市地域包括支援センター(1名)
 桐生市社会福祉協議会(1名) / みどり市社会福祉協議会(1名)
 群馬県介護支援専門員協会 桐生支部(2名) / 認知症介護指導者(1名)
 桐生市健康長寿課(1名) / みどり市介護高齢課(1名)
 オブザーバー:認知症疾患医療センター(1名)
 事務局:在宅医療介護連携センターきりゅう(3名)

4 普及啓発

作成した桐生市・みどり市認知症ケアパスの普及啓発及び周知については以下のとおりとする。

- (1)桐生市健康長寿課及びみどり市介護高齢課の窓口へ配架
- (2)桐生市・みどり市地域包括支援センター窓口への配架
- (3)桐生市、みどり市、在宅医療介護連携センターきりゅうホームページへの掲載
- (4)桐生市及びみどり市で毎戸配布または回覧(周知チラシの作成)
- (5)桐生市・みどり市の居宅介護支援事業所へ配布
- (5)桐生市・みどり市の医療機関へ配布
- (6)12月開催の認知症に関するセミナーで配布、作成経緯及び活用方法の説明
- (7)桐生市医師会例会での認知症ケアパスの配布及び主旨説明

5 認知症ケアパス内容及び項目の検討事項(案)

[検討内容案]

- ①ケアパスの内容(認知症ケアパス、認知症ガイドブック)
- ②ターゲット(本人・家族、専門職) / ③情報量(多め、少なめ)
- ④ページ数(③と併せて検討) / ⑤サイズ(A3、A4、B4) / ⑥デザイン(基調色等) など

[検討項目案]

①予防に関すること	元気なうちから認知症ということを意識してもらう
②認知症の知識	市民全員が認知症について学んでいるわけではない
③認知症の方への接し方	市民目線であるとうこういった項目も必要か
④受診の必要性・重要性	認知症ケアパスの根幹をなす項目
⑤認知症ケアパス	社会資源を多く載せることよりもわかりやすさを重視
⑥チェックシートなど	本人家族が活用できるもの、医師会・関係機関との連携も
⑦相談窓口・社会資源	マップもあるとわかりやすいか、認知症サポート医は？

～認知症への「備え」にむけて～

認知症ケアパスの 作成と活用

どう活用？

なぜ作成？



●「認知症ケアパス(Dementia Care Path)」とは？

「認知症ケアパス」の作成は平成24年に策定された「認知症施策推進5か年計画(オレンジプラン)」に位置付けられ、「認知症の人の容態にあわせ、いつ、どこで、どのような医療・介護サービス等を受けることができるのか、あらかじめ認知症の人とその家族に提示する」ことが求められています。また、令和元年に策定された「認知症施策推進大綱」において、「市町村における認知症ケアパス作成率100%」がKPIとして掲げられています。

ステップ1 地域の「認知症ケアパス」の作成

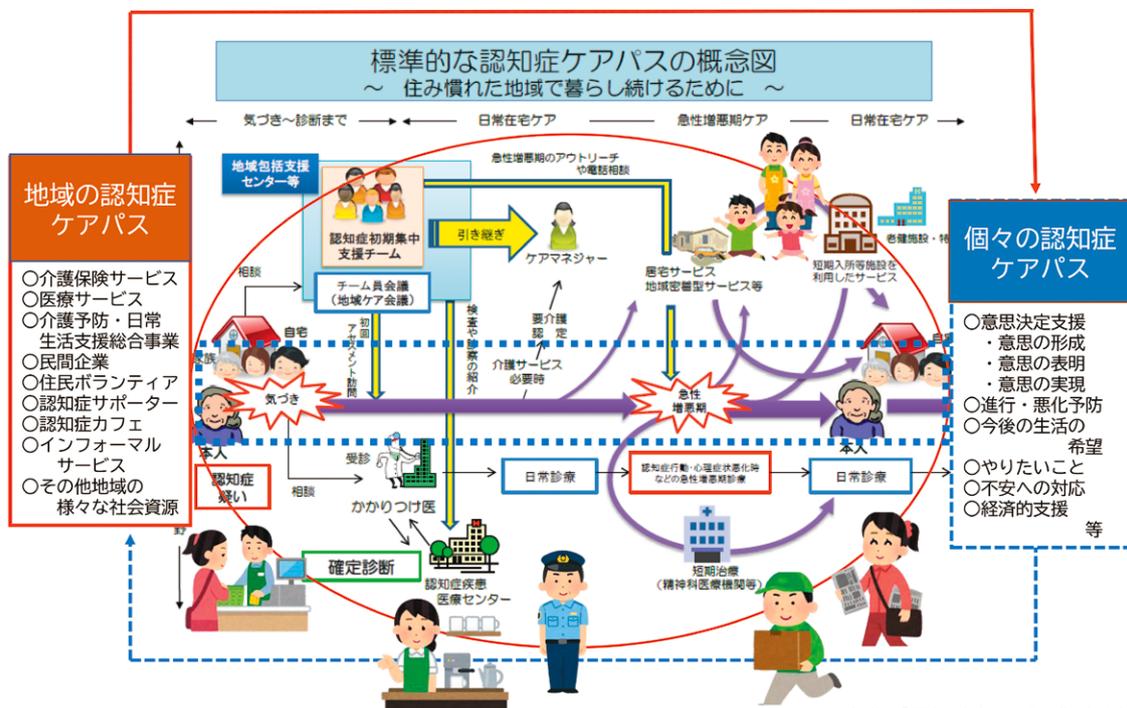
「認知症ケアパス」には2つの種類があります。

地域の認知症ケアパス

認知症の人の日常生活を支える地域の様々な社会資源(認知症サポーター、チームオレンジ、認知症初期集中支援チーム、認知症カフェ、本人ミーティング、介護保険サービス、医療機関、等)を認知症の人のニーズや容態に応じて整理したもの

個々の認知症ケアパス

一人ひとりの認知症の人が、地域の社会資源を活用しつつ、その人の望む暮らしをかなえていくためのケアの流れ(Care Pathway)



出典:「認知症ケアパス作成と活用の手引き」p9

市町村での作成が特に求められているのは「地域の認知症ケアパス」です。地域の社会資源や認知症に関する基礎的な情報、相談先等が紹介されていることにより、認知症と診断された場合に、地域にどのような支援・サービスがあるかをあらかじめ確認し、「備え」をすることが可能となります。

▶地域包括ケアシステム構築における「本人の選択と本人・家族の心構え」につながります。

*このリーフレットでは「地域の認知症ケアパス」を「認知症ケアパス」と記しています。

よくある質問

Q 人口規模が小さく、社会資源も少ないですが、認知症ケアパスは必要でしょうか？

A 人口規模の小さな自治体は、「住民と顔の見える関係ができています」と伺います。認知症ケアパスを使って、住民に早い段階から老後の生活について考えていただく機会を設けることで、それぞれが望む生活を送るための「道筋(ケアの流れ)」を考えることができるかと思えます。

なお、認知症ケアパスを介護保険の広域連合で作成しているところや、近隣の市町村と共同で作成している市町村もあります。ぜひ参考にしてください。

▶具体例は国立長寿医療研究センターのホームページにある「令和3年度老人保健健康増進等事業 認知症ケアパスの作成と活用に関する個別的支援手法の調査研究報告書」をご参照下さい。

ステップ2 認知症ケアパスの活用

作成した認知症ケアパスを、ぜひ積極的に活用していきましょう。

認知症ケアパスの活用方法

○ 認知症と診断された方やそのご家族に向けて

(例) 認知症の診断直後や「空白の期間」にある方に対し、病気の受容支援を第一に行いつつ、今後の生活に関する不安を聞き取り、ご本人が望む生活を送るための「道筋(ケアの流れ)」を共に考える

▶ 認知症ケアパスを「ご本人向け」「ご家族向け」に作成している市町村もあります。

○ 地域住民に向けて

(例) 認知症の啓発講演会や認知症サポーター養成講座などで紹介し、将来どのような生活を送りたいか、そのためにどのような社会資源を活用できるかを考える機会を設ける

▶ 認知症ケアパスの「市全体版」のほか、「日常生活圏域版」や「概要版」を作成して、住民への周知に活用している市町村もあります。



認知症ケアパスの周知方法と配布先

○ 周知方法

「印刷物の配布」と「ウェブサイトに掲載」の2種類があります。いずれの方法にもメリット・デメリットがあるため、それを踏まえつつ「必要としている人」に適切に届くことが重要です。

周知方法	印刷物の配布	ウェブサイトに掲載
メリット	<ul style="list-style-type: none">● 認知症の人やその家族が手元に持ち、いつでも情報を確認することができる● 必要な情報がまとまっている● 特に高齢の世帯には読んでもらいやすい	<ul style="list-style-type: none">● 自治体の費用負担が少ない、もしくはない● 更新がしやすい● 必要な部分のみ印刷して渡すことができる● 遠方の家族でも確認できる
デメリット	<ul style="list-style-type: none">● 限られた予算に対し、印刷できる部数が限られる● 即時の更新が難しい● 遠方の家族等には郵送で対応する必要がある	<ul style="list-style-type: none">● 各相談先で印刷する場合、合計としての印刷費用が高くなる可能性がある● PCやスマートフォンを使っていない人は確認できない

○ 配布先

地域包括支援センターや市町村窓口のほか、以下のようなところで配布されています。

- 認知症初期集中支援チーム
- 医療機関、認知症疾患医療センター、薬局
- 居宅介護支援事業所、介護保険サービス事業所
- 社会福祉協議会
- 認知症カフェ
- スーパー、コンビニエンスストア
- 郵便局 等

▶ 詳細は「認知症ケアパスの作成と活用の手引き」をご参照ください。

Q どのような内容を掲載するとよいでしょうか？

A 認知症ケアパスに掲載されている内容は市町村によって様々ですが、①認知症に関する基礎的な情報、②相談先(連絡先一覧または代表の連絡先)、③地域にある社会資源の整理表の3点がベースとなるでしょう。その他、「日常生活上の工夫」や「医療機関の受診方法」「通いの場の紹介」などの紹介のほか、「これまでの生活歴」や「これからの生活における希望等を記すページ」などを含めている市町村もあります。

また、社会資源の少ない市町村では、介護保険制度の案内の冊子等に社会資源の整理表をプラスするなど、既存のものを活用しているところもあります。

ステップ3 「これから」の認知症ケアパス

認知症ケアパスには地域の社会資源が整理されていることから、「何かしらの支援を必要としている方」や「高齢期を迎える方」にとって有益な情報源となります。今後、「地域共生社会」を目指すにあたり、ぜひ認知症の方やそのご家族だけでなく、地域全体で活用できるよう、ブラッシュアップしていきましょう。

認知症ケアパスの役割

認知症になっても希望を持って生活できる「地域共生社会」の構築に向けた情報提供

(例)

- 認知症への備えや日常生活の工夫等に関する情報の掲載
- 本人の望む生活を支援する社会資源の紹介

➡ 認知症ケアパスを参考に「個々の認知症ケアパス」を考える際に、地域に不足している社会資源に気がつくかと思えます。そういった個々のニーズを踏まえ、社会資源を充足していくことで、認知症の人やその家族が望む生活を支える社会資源の選択肢が広がることが期待されます。

認知症ケアパス更新時の確認事項

認知症ケアパスの更新を行う際に、使用している表現やイラストを確認してみましょう。

認知症に対する正しい理解を促進する内容となっているか、認知症の人が読んで安心できる内容となっているか、認知症の人やご家族の意見を確認することで、新しい発見があるかもしれません。



- ▶ 認知症ケアパスに望むものとして、日本認知症本人ワーキンググループの丹野様より巻頭言をいただいています。ぜひご確認ください(手引き p3-4)。
- ▶ 地域で暮らす方々が必要としている情報や意見を伺う場として、認知症カフェや通所介護事業所等が考えられます。
- ▶ また、認知症の人の表現の場として、認知症ケアパスに作品(写真、絵画、手芸品等)を掲載している市町村もあります。

令和3年度老人保健健康増進等事業

「認知症ケアパスの作成と活用に関する個別的支援手法の調査研究」

～認知症への「備え」にむけて～ 認知症ケアパスの作成と活用

(2022(令和4)年3月)

発行: 国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター

愛知県大府市森岡町7-430

問合せ先: 0562-46-2311 (代表) / rouken@ncgg.go.jp

* 本リーフレットに掲載している内容の詳細は、以下よりご確認ください。

「認知症ケアパスの作成と活用の手引き」令和2年度老人保健健康増進等事業

https://www.ncgg.go.jp/ncgg-kenkyu/documents/Carepath_rev.pdf

認知症ケアパス 作成と活用の手引き



認知症ケアパス 作成と活用の手引き

はじめに

この手引きは、認知症施策を担当する自治体職員の方々が、「認知症ケアパス」を作成、または更新をする際に参考にさせていただくものです。

「認知症ケアパス」を作成・活用する意義から、実際に作成する手順や掲載すべき情報など、全国調査の結果を踏まえつつ、わかりやすくQ&A形式で紹介しています。

さらに、参考として、令和2年度に開催した「認知症ケアパスコンテスト」における優秀賞、特別賞を受賞した自治体の認知症ケアパスを紹介しています。

認知症ケアパスの作成・活用に当たっては、地域にお住まいの認知症の人やその家族の声を聴き、関係者に協力を仰ぎながら進めていくことが重要であり、このプロセスこそが認知症施策推進大綱にある「認知症があってもなくても、同じ社会の一員として地域をともに創っていく」という「共生」の土台作りになります。

地域で暮らす認知症の人が前を向き、希望を持って生活を送るために、各自治体の特長ある認知症ケアパスの作成・活用に向けて、この手引書をご活用ください。

目次

認知症ケアパスの作成・活用に向けて (丹野智文氏)	3
認知症ケアパスは何のために創るのか 原点に立ち戻る (鈴木森夫氏)	5
1 認知症ケアパスを作成・活用する意義	7
認知症の診断を受け入れることが難しい方への支援	11
2 全国調査の結果を踏まえた認知症ケアパスの作成・更新・活用のポイント	13
認知症ケアパスの作成・更新の手順は?	14
すでに介護保険サービスの紹介冊子などで様々な情報を提供していますが、認知症ケアパスを改めて作成すべきでしょうか?	16
自治体で作成する「認知症ケアパス」とは冊子のこと?それとも社会資源の整理表?	17
「地域の認知症ケアパス」を作るための手順は?	18
「個々の認知症ケアパス」を考える上で重要なことは?	19
(参考) 認知症の人の意思決定支援(ガイドラインより抜粋)	20
認知症ケアパスの「対象」は?	22
認知症ケアパスを対象別に作成したほうが良いでしょうか?	22
認知症ケアパスの作成・更新の際に重視すべきポイントは?	23
他の自治体の認知症ケアパスを真似したり、印刷会社が販売している内容でもいいですか	23
作成・更新時の協力者として、どのような人に依頼をするとよいでしょうか?	24
認知症の人の声を聴く機会がありません	25
協力者ごとに意見が異なり、なかなかまとまりません	25
小さな自治体なので、協力を依頼する先がありません	25
ページ数はどれぐらいが妥当でしょうか?	26
認知症ケアパスに掲載すべき情報は?	27
社会資源が少ないため、認知症ケアパスの冊子が作れません	32
掲載すべき情報が多すぎて、整理が大変です	32
認知症ケアパスに掲載する情報を、自分たちで執筆することが時間的に難しいです	32
若年性認知症に関する情報は掲載したほうがいいですか	33
認知症ケアパスの周知方法は?	34
ウェブサイトに掲載したものは、印刷できなくてもいいでしょうか?	35
どこで配布をするとよいでしょうか?	36
認知症ケアパスの「効果」は?	37
認知症ケアパスの更新のタイミングは?	38
業務多忙で更新の時間がありません	38
認知症ケアパスをどのように活用するとよいでしょうか?	39
認知症の人から、「認知症ケアパスは役に立たない」と言われました	39
参考となる認知症ケアパスを紹介してください	40
(参考) 参考、引用、転載の違いは?	40

参考資料41

参考1:これまでの認知症施策の流れとこれからの認知症施策	42
(1)「今後の認知症施策の方向性について」と認知症施策推進5か年計画(オレンジプラン)	42
(2) 認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)	43
(3) 認知症施策推進大綱	44
参考2: 認知症ケアパスコンテスト 優秀賞・特別賞の紹介	46
優秀賞 ページ数:29ページ以上	49
優秀賞 ページ数:9~28ページ	53
優秀賞 ページ数:8ページ以内	60
優秀賞 複数作成・提出	65
特別賞	69

認知症ケアパスの作成を考える時、ケアパスは誰が見るものなのか、必ず認知症と診断された当事者、家族が見るものだと考えて検討して欲しいです。

私が診断された時に渡された冊子は、重度になってからの介護サービス利用の情報や、暴れたり徘徊したりした時の対応の仕方がほとんどでした。その冊子を見て安心することはなく、反対に自分も家族に迷惑をかけてしまうのではと落ち込んでしまいました。そして、その冊子を持っていろいろなところに相談しても、私が使えるものはなかったのです。

私は今までの生活をどのように続けていけるかを知りたかったのに、誰もそのことについて教えてくれることはありませんでした。

だから、家族も診断直後から重度になった当事者の姿を思い浮かべてしまい、困り込んでしまうのだと思います。

当事者の段階にあわせた情報の提供が必要で、当事者が前向きに生活している情報を載せて欲しいと思います。当事者が見てこのように生きられるのだと思えるような情報、家族がきちんと当事者

の段階に合わせて工夫することなどを知ることが出来れば、混乱しないで夫婦関係・家族関係も良い状態が続くのだと思います。

不安をもった当事者と、一歩先に前向きに生活するようになった当事者との出会いは、どのような支援よりも良い生活につながります。

そして家族が一番に大切ですが、よい理解者との出会いも大切なのです。診断直後に当事者同士が会える場、信頼できる理解者との出会える場を教えてください。

私が多くの当事者と話をして気づいたことは、みなさんが当事者と家族とお会いした時、最初に家族に挨拶をして、名刺も家族に渡し、冊子も家族に渡し、説明も家族にだけしている人が多いということです。これでは当事者との関係性もよいものになるはずがありません。信頼できる理解者とはならないのです。

支援を一番に必要としているのは誰ですか？支援を受けるのは誰ですか？

当事者のはずですが、でもその当事者にはなく、家族にだけ説明するから、当事者は支援を受けることに納得できないのです。説明がなく納得

できないだけなのに、拒否と言われるようになります。

診断直後から家族への継続的なサポートは必要です。しかし、そのサポートが家族の困りごとの解決だけではなく、当事者の暮らしをよりよくすることが中心であってほしいと思います。

支援者に1番最初に相談するのが家族で、家族が大変だという悩みから、支援者は家族の悩みを解決することを優先してしまうので、当事者の困りごとが一切解決されないのです。

結果、家族が楽になる為にと、当事者の意志とは関係なく、施設や病院へ勧められてしまうこともあります。

前向きになった当事者の家族は、制限や監視でなく、応援をしてくれるように実際に変わりました。それが当事者も家族も笑顔で暮せる環境ではないでしょうか。

介護サービスの利用前には社会資源の活用が必要で、地域で認知症になっても安心して過ごせる情報がほしいのです。当事者や家族が安心できる情報の冊子を、ぜひ作って下さい。

認知症の人のために何が出来るのかと考えるの

ではなく、認知症の人とともに何が出来るかを考えてほしいのです。そのように考えれば、ケアパス作成の時に必ず当事者にどのようなものが欲しいのか聞いて作成すると思います。

当事者を支える対象と考えるのではなく、町のことを一緒に考える仲間だと考えて下さい。

みなさんが考えて作り出したものに当事者や家族を組み入れるのではなく、当事者に何が必要か聞きながら情報提供をしてほしいと思います。

そして、よく私の周りでは話せる当事者がいないと言われるますが、当事者はみなさんの目の前にいるはずですが、話をしないのではなく、話が出る環境がないだけなのです。

当事者と一緒に作り上げたケアパスは必ずよいものになり、だれもが安心して活用されると信じています。

当事者や家族が見ても混乱することなく、安心できる冊子を一緒に考えていきましょう！

日本認知症本人ワーキンググループ
認知症ケアパスの作成と活用に関する調査研究
検討委員会委員

丹野 智文





公益社団法人認知症の人と家族の会
認知症ケアパスの作成と活用に関する調査研究
検討委員会委員

代表理事 **鈴木 森夫**

「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のよい環境で暮らし続けることができる社会」の実現を目指して、日々ご尽力くださっている自治体の認知症施策担当の皆さん、関係者の皆さんのご奮闘に心から敬意を表します。

「かつて、私たちは認知症を何も分からなくなる病気と考え、徘徊や大声を出すなどの症状だけに目を向け、認知症の人の訴えを理解しようとするどころか、多くの場合、認知症の人を疎んじたり、拘束するなど、不当な扱いをしてきた。今後の認知症施策を進めるに当たっては、常に、これまで認知症の人々が置かれてきた歴史を振り返り、認知症を正しく理解し、よりよいケアと医療が提供できるように努めなければならない」

これは、わが国の認知症ケアの流れを変える転換点となったと言われている、「今後の認知症施策の方向性について」の報告書（2012年6月、厚生労働省認知症施策検討プロジェクトチーム）の一節です。この報告書で初めて「認知症ケアパス」という言葉が公式に登場しましたが、今一度、原点に立ち戻り、「認知症ケアパス」が提唱された背景を

理解することが大切です。

前出の報告書では、認知症ケアパスの課題として、早期診断・早期対応の遅れ、行動・心理症状等への不適切な対応などにより、不必要な施設入所や精神科病院への入院が増えていること。「認知症の人は、在宅で生活することは難しく、施設や精神科病院に入所・入院する」という考えが一般化していることがあげられています。

その課題を解決するためには、「認知症の人は、精神科病院や施設を利用せざるを得ない」という考え方を改め、これまでの「自宅→グループホーム→施設あるいは一般病院・精神科病院」というような不適切な「ケアの流れ」を変え、逆の流れとする標準的な認知症ケアパス（状態に応じた適切なサービス提供の流れ）を構築することを基本目標とすると書かれています。

このような「新しい認知症ケアの流れ＝認知症ケアパス」を創るうえで、鍵となる理念が、「認知症ライフサポートモデル」です。それは、パーソンセンタードケアなどの考え方を基本に、「認知症を生きる人たちの視点」を大切にしながら、地域での暮らしや楽しみをつなぎ、できること、できないこ

とを見極めて、必要なことを必要なだけ支援していくという理念です。

ところで、「ケアパス」については、「クリティカルパス」とか「地域連携パス」として脳卒中など他の疾患でも運用されていますが、認知症の場合は、脳卒中に比べると、より多くの人々や職種、関係機関やサービス事業所や施設が関わる必要があります。また、ケアの期間も月や年単位ではなく、5年、10年、20年という長期に及びます。そして、本人だけではなく、家族など周囲の人々の生活や人生にも大きな変化や影響をもたらします。また、長い経過の中で、家族など周囲の人々が本人の意思を汲んで決定するという「意思決定支援」の課題もあり、それぞれの自治体や地域の状況に見合った「認知症ケアパス」を描くことは決して容易なことではないと思います。

しかし、この難しい課題の解決を前に進めていくためには、認知症ケアパス創りの過程で、認知症とともに生きる本人や家族、地域で認知症に関わっている人たちが必ず参加し、チームで取り組むことが鍵となります。

そして、常に「認知症の人と家族が本当に必要としていることは何か」を念頭に置きながら、当事者の思いを聴き、施策担当者との相互の信頼関係を築いていくことが大切です。

現に認知症を生きる人たちだけでなく、認知症に備える多くの人たちが、自らそれぞれの暮らしにあったケアの流れを選び、歩いていくことができるために、全国の自治体で、それぞれの地域にふさわしい、生きた「認知症ケアパス」をつくりあげていけることを、心から願ってやみません。

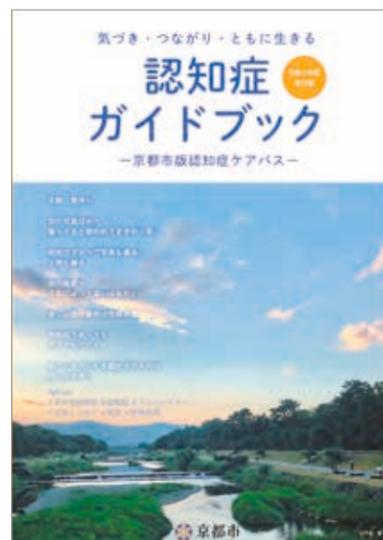
1 認知症ケアパスを作成・活用する意義

(1) 認知症ケアパスとは

認知症に限らず、病気の診断を受けることは本人、家族にとってつらい経験です。しかし、同じような経験をしている仲間と出会うことや、早い段階で準備・対応することが、その後の生活に良い影響を与えることがいわれています¹。

認知症の場合、①本人・周囲が違和感を感じてから診断を受けるまでの期間、②認知症の診断を受けてから介護保険サービスの利用までの期間の2つの「空白の期間」があるといわれており²、特に診断直後は今後の生活に対する不安や心配が大きく、社会的な孤立やうつ状態となる懸念もあります。

認知症ケアパスは、そういった「今後の生活に対する不安や心配」を持つ認知症とともに生きる方、そしてその家族に対し、「①不安や心配に対する相談先や、仲間と出会える場の情報の提供」と共に、「②認知症とともに希望を持って暮らし続けるための支援やサービスの紹介」の際に用いられるものです。



京都市



東京都町田市



仙台市

1 西田淳志「精神疾患の早期発見・治療の重要性」厚生労働省 e-ヘルスネット [情報提供] (<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/heart/k-08-002.html>)

2 認知症介護研究・研修仙台センター「認知症の家族等介護者支援に関する調査研究事業報告書」平成30年度老人保健健康増進等事業、2018 (https://www.dcnnet.gr.jp/pdf/download/support/research/center3/401/2019_sendai0003.pdf)

(2) 認知症ケアパスの2つの要素

認知症ケアパスには2つの大切な要素があります。1つは、「個々の認知症の人が必要なサービス・支援を活用しながら、希望に沿った暮らしを送る」ための「個々の認知症ケアパス」、そしてもう1つは「地域にどのようなサービス・支援があるか」を整理した「地域の認知症ケアパス」です。

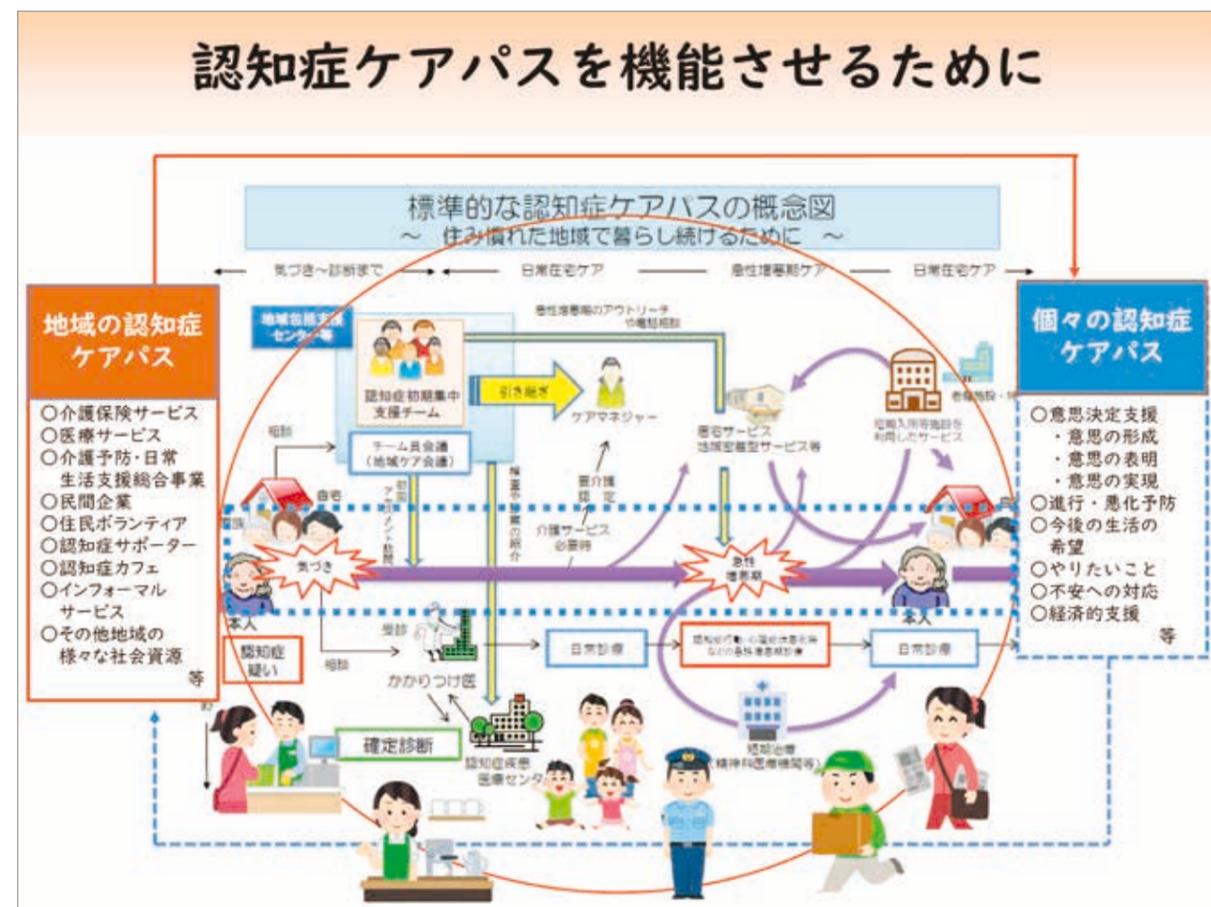
「個々の認知症ケアパス」とは、個々の認知症の人の年齢や家族構成、認知症の症状を引き起こす原因疾患等を踏まえ、地域の支援・サービスをどのように活用し、どのような生活を送っていくかという、いわゆる「ケアの流れ (care pathway)」です。

また、「地域の認知症ケアパス」とは自治体で作成する「社会資源の整理表」であり、個々の認知症の人の望む暮らしを支援するための「ケアの流れ (care pathway)」を考えるための情報ツールです。さらに、認知症ケアパスの作成過程において、認知症の生活機能障害に応じて必要とされる様々な支援・サービスに不足がないかを確認するとともに、様々な関係者が今ある社会資源をいかに活用するかを考えるツールにもなります。

愛知県豊田市
社会資源の整理表と、本人・家族向けアドバイス

おさえておきたいこととして、「地域の認知症ケアパス」と「個々の認知症ケアパス」は連動している、ということです。地域には、様々な年齢、家族形態、認知症の原因となる疾患を持った方が生活しています。そしてそういった「一人ひとりの認知症の人の生活」が積みあがって、「地域の認知症の人の生活」があります。例えば、認知症カフェや認知症対応型共同生活介護の利用者数等は、「地域の認知症の人の生活」を示す数字の1つであり、「個々の認知症の人が望む生活を送ることを支援するための社会資源が地域に必要な数あるのか、活用されているのか」を定期的に見直すことが必要です。

地域で暮らす認知症の人のニーズに即した社会資源が整備・活用されることで、地域の認知症ケアパスはより充実し、それにより認知症の人やその家族が望む生活を支える選択肢が広がる、つまり個々の認知症ケアパスも充実していくのです。



認知症ケアパスを適切に機能させるための調査研究事業検討委員会
「認知症ケアパス作成のための手引き」p10を改変

2012 (平成24) 年に「今後の認知症施策の方向性について」が発表された際、基本目標として「ケアの流れを変える」が掲げられました。さらに、令和元年にとりまとめられた認知症施策推進大綱において、「認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会」を目指していくことが記されています。

認知症ケアパスを活用することで、認知症の人に生活上の不都合や困りごとが出てから相談・対応する「手遅れ型の支援」ではなく、早期に本人が望む暮らしの道筋 (care pathway: ケアパス) を立て、本人・家族を含む多職種・多機関がその実現に向けて協働することが期待されます。

認知症ケアパスの作成・活用の意義

<これまで> 様々な生活上の困りごとが出てきてからの支援
⇒ 生活上の困りごとへの対応が中心
例:服薬や栄養管理、家事 など

<これから>

- 認知症とともに生きる人が望む暮らしの道筋 (個々の認知症ケアパス) を立て、その実現に向けた支援を行う
- そのために、地域にある社会資源を整理・整備し、支援の流れ (地域の認知症ケアパス) を本人・家族とともに多職種・多機関で作り上げる

<診断直後の方への情報>

診断直後の方は大きな不安を抱えていらっしゃると思います。そのため、認知症ケアパスと一緒に認知症の人の暮らし方やアドバイスなどをまとめた「本人にとってのよりよい暮らしガイド³」や「認知症と向きあうあなたへ」⁴といった冊子を紹介する等、認知症の人やその家族にとって、これからの生活を考えるための大切な情報を提供していくことが重要です。

また、厚生労働省のホームページには、認知症本人大使「希望大使」に関する情報や、全国の認知症の人が自分らしく前向きに認知症とともに生きていく姿を取材した動画が公開されています。

【URL】https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/ninchi/kibou.html



東京都健康長寿医療センター
(制作協力 日本認知症本人ワーキンググループ)
「本人にとってのよりよい暮らしガイド」



認知症の人と家族の会
「認知症と向きあうあなたへ」



厚生労働省
「認知症とともに歩いて行こう。」

認知症の診断を受け入れることが難しい方への支援

認知症という診断を受けることは本人にとっても家族にとっても大変つらい経験です。そこから目を背けたい、逃げたいという思いから、「診断を拒む」方もいらっしゃるでしょう。また、これまで介護の経験のない方は、認知症を疾患としてとらえるのではなく、「年相応のもの忘れ」や「本人のやる気がない」ととらえることもあります。

相談職や専門職に求められる最初の役割は、そういったつらい経験をしている本人や家族に寄り添い、疾患の「受容」を支援していくことです。

支援につなげることや、認知症ケアパスの説明をすることを急ぐのではなく、まずは診断を受けた人、家族の不安や心配に寄り添うことから始めましょう。

(3) 認知症ケアパスを作成・活用している自治体職員の声

先行研究⁵によると、認知症ケアパスを作成・活用している自治体からは、以下のような声が報告されています。

- 相談者、受信者に対して、利用できるサービスや取組をわかりやすく紹介でき、今後の見通しが立てやすくなった。
- 本人・家族と相談を受けた支援者が、「今どのようなサービスが利用できるか」「今後はどのような支援が受けられるか」などの情報を共有でき、対象者の生活の安心感につながる。
- 認知症ケアパスを配布、普及・啓発していることにより、認知症の人は「何もできない人」「何も分からない人」という以前のような偏見が少なくなり、認知症を正しく理解し認知症の人の尊厳を大切に思う市民が増えつつあると感じている。
- 認知症についての相談窓口や事業内容が1つの冊子にまとまっており、住民へ説明する際役立っている。
- ケアパスの活用により、関係機関との連携もしやすくなった。
- 医療機関（医師）から、サービス等の情報を案内することができるので、便利との意見を頂いている。

認知症ケアパスが「認知症施策推進5か年計画（オレンジプラン）」にて初めて紹介されてから、令和3年度で9年目となります。その間、「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」、「認知症施策推進大綱」と国の施策は大きく進み、認知症とともに生きる人やその家族を支える仕組みや取組、活動も広がっています。

認知症とともに生きる方、そしてその家族は、皆様の地域の住民です。そしてその地域の最新の情報は、地域にあります。認知症ケアパスの作成・活用を通じ、認知症とともに生きる方、そしてその家族が、希望を持って暮らし続けるための情報を、地域の関係者と共に整理、紹介していきましょう。

3 東京都健康長寿医療センター（制作協力 日本認知症本人ワーキンググループ）「本人にとってのよりよい暮らしガイド 一足先に認知症になった私たちからあなたへ」平成29年度老人保健健康増進等事業 2018 (<https://www.mhlw.go.jp/content/000521131.pdf>)

4 認知症の人と家族の会「認知症と向きあうあなたへ」 (https://www.alzheimer.or.jp/wp-content/uploads/2020/02/handbook_2020_mukiau_web.pdf)

5 進藤由美「認知症ケアパスにある項目と効果に関する多地域調査～標準的な認知症ケアパス作成に向けて～」長寿医療研究開発費平成30年度研究報告書。p41-47。2019年 (<https://www.ncgg.go.jp/ncgg-kenkyu/documents/30/30xx-43.pdf>)

2

全国調査の結果を踏まえた認知症ケアパスの作成・更新・活用のポイント

認知症ケアパスの作成・更新・活用に当たり、全国調査の際に自治体の皆様から寄せられた様々な「課題」や「疑問」に対し、調査の集計結果を踏まえてQ&A形式で整理しました。

全国調査の概要は以下の通りです。

調査期間	令和2年10月20日(火)～12月7日(月)
調査名	令和2年度老健事業「認知症ケアパスの作成と活用の促進に関する調査研究」自治体調査
調査票の送付	調査票をメールにて各都道府県に送付し、管内市町村に送付頂くよう依頼
調査票の返送	ウェブでの回答の他、メール、ファックス、郵送にて回収
回答数	1,243件(うち、調査への同意のあった回答:1,230件) ⁶

<回答のあった自治体の人口規模と高齢化率>

<人口(単位:千人)>

回答数	平均	SD	最小	最大
1,230	84.7	187.9	0.15	3,757.0

<高齢化率(単位:%)>

回答数	平均	SD	最小	最大
1,230	33.4	7.4	14.8	63.9

<認知症ケアパスの作成状況>

カテゴリー名	回答数	%
すでに作成済みである	1,086	88.3
現在作成中である	45	3.6
作成予定ではあるが、現段階ではまだ取りかかっていない	71	5.8
作成予定はない	28	2.3
無回答	0	0.0
全体	1,230	100.0

それでは、全国調査における集計結果や、自治体から寄せられた取組・工夫等を踏まえ、認知症ケアパスに関する様々な疑問について確認していきましょう。

⁶ なお、政令指定都市において区ごとに独自に認知症ケアパスを作成している自治体があり、この自治体については区ごとに回答を頂いていることにご留意ください。

<言葉の整理>*第2章では、言葉を以下のように統一しています

本来の言葉	第2章で使っている言葉
認知症とともに生きる人	認知症の人
医療・介護・福祉の専門職	専門職
医療機関・介護事業所・福祉事業所	専門機関
日常生活を支える機関・事業所 (例:銀行、スーパー、交通機関、美容院、宅配業者 等) 上記の職員	事業者 事業者職員
地域にある認知症とともに生きる人を支える様々な支援・サービスや人材	社会資源
認知症ケアパスを作成・更新の際に、協力を依頼する人や機関 (医療・介護・福祉の専門機関、専門職、警察、弁護士、民生・児童委員、町会長、自治会長、ボランティア、など)	協力者

認知症ケアパスの作成・更新の手順は？

認知症ケアパスの作成・更新は基本的に自治体単位⁷で行うことから、自治体担当者が作成・更新を行うことを計画するところから始まります。

その上で、認知症ケアパスの作成・更新に当たっての標準的な手順は以下となります。

1. 事前準備 (自治体担当者)	
予算額の確認	●印刷費・ウェブへの掲載費、協力者への謝金、会議費等を確認
主担当者の決定	●自治体、地域包括支援センター、認知症地域支援推進員等、主となって取りまとめをする担当者を決定 ●自治体職員以外が主担当者の場合は、協力依頼者への依頼や関係機関との調整の際に自治体担当者も協力
協力者の検討・打診	●認知症の人とその家族、医療・介護・福祉の専門職・専門機関、地域包括支援センター等をはじめとする、地域のステークホルダーからなる「協力者」を選定 ●協力者から成る認知症ケアパス作成委員会を立ち上げるか検討。立ち上げる場合にはそのメンバーと予算を確認 ●委員会を立ち上げない場合、協力者をどのように募るか、既存の会議体等を活用する場合はどの会議体とするか等について検討 ●協力者ごとに依頼する範囲(例:情報提供、原稿執筆、原稿確認、等)を検討

⁷ 人口規模が小さな自治体や介護保険を広域連合で行っている自治体の中には周辺の自治体と共同で認知症ケアパスを作成しているところもあります。

2. 認知症ケアパスの作成・更新に向けた情報収集・協力者との意見交換 (主担当者を中心に)

既存の認知症ケアパスの効果と課題について意見収集	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知症の人やその家族が必要としている情報が認知症ケアパスに掲載されているか、認知症の人や家族の意見を収集 ● 認知症ケアパスを用いて相談対応している機関・関係者(地域包括支援センター、医療機関、認知症カフェ等)から、活用状況等について意見収集 ● 認知症ケアパスを設置している機関・事業所等(上記の他、薬局、スーパー、郵便局等)から意見収集
地域の社会資源について最新の情報を収集	<ul style="list-style-type: none"> ● 医療・介護・福祉の新規事業所・サービスの他、休止・廃止したサービスに関する情報収集 ● 医療・介護・福祉にとどまらず、認知症の人の生活を支える様々な情報(例:小売業、金融、交通、見守り、認知症サポーター、等)に関する情報収集 ● 既存事業所、サービスの役割・機能を把握する。(例:認知症カフェが地域住民の啓発の場になっており、認知症と診断された人は利用していないにも関わらず、初期・中等度の認知症の人の受け皿として紹介されていないか)
認知症ケアパスに掲載する情報について検討	<ul style="list-style-type: none"> ● ページ数に合わせ、掲載予定の情報を検討 ● 掲載予定の情報が認知症の人やその家族が必要としている内容か、意見収集 ● 掲載予定の情報が最新か確認
認知症ケアパス全体のレイアウトを検討	<ul style="list-style-type: none"> ● 使用している表現が適切か確認(認知症の人やその家族に対する配慮があるか) ● 読みやすいフォントを使用したり、イラストや図を入れるなど、わかりやすいレイアウトを心がける ● 表紙やスペースに認知症の人の作品(絵、写真等)を紹介するなどして、認知症の人の「表現の場」として活用
認知症ケアパスの活用について検討	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知症に対する不安のある人、認知症の診断を受けた人やその家族が、できるだけ早く手に取ることができ、相談につながる場面を検討 ● 相談の場以外で、認知症ケアパスをどのように活用できるかを検討(例:啓発の場、専門職の研修時など)
認知症ケアパスの配布方法について検討	<ul style="list-style-type: none"> ● 印刷の場合、限られた部数の認知症ケアパスを、より効率的・効果的に配布する方法について検討 ● ウェブサイトに掲載の場合、自治体のウェブサイトだけでなく、医療機関や地域包括支援センター等に協力を仰ぎ、リンクを貼ってもらうなどの工夫を検討

3. 作成・更新された認知症ケアパス(案)の原稿の確認(主担当者を中心に)

認知症の人やその家族、関係機関や市民等から意見収集	<ul style="list-style-type: none"> ● それまでの検討結果を踏まえつつ、必要な修正・調整を行う
---------------------------	---

4. 認知症ケアパスの公表・広報(自治体担当者)

印刷・ウェブでの公開・広報	<ul style="list-style-type: none"> ● プレスリリースを行う、報告会を開くなど、多くの住民の目に留まるよう、案内する
認知症の人や家族からの意見収集	<ul style="list-style-type: none"> ● 引き続き、認知症の人やその家族から意見を収集し、次の更新に向けての準備を始める

すでに介護保険サービスの紹介冊子などで様々な情報を提供していますが、認知症ケアパスを改めて作成すべきでしょうか?

認知症の人やその家族に、既存の冊子に知りたい情報が掲載されているか、これからの生活をイメージできるかの確認をしましょう。

イメージできる場合、認知症ケアパスに改めて同じ情報を掲載する必要があるか、協力者と検討しましょう。自治体によって、「認知症」に焦点を当てた形で情報を整理しなおし、認知症ケアパスの冊子に様々な情報を盛り込んでいるところや、認知症ケアパスには「社会資源の整理表」や相談先の電話番号を掲載するにとどめ、相談に来られた方にその他の情報が盛り込まれた冊子をお渡ししているところもあります。

また、もし既存の冊子ではこれからの生活のイメージが持ちにくいようであれば、認知症の人やその家族のニーズに即した認知症ケアパスを改めて作成しましょう。

いずれの場合も認知症ケアパスを「作成すること」に注力するのではなく、既存の社会資源が足りているか、足りていない場合は社会資源をどう有効活用するかなど、認知症の人や家族とともに、様々な関係者と「話し合うこと」が重要なプロセスです。



茨城県日立市

日立市は4枚のシンプルな形ですが、最背面に地域包括支援センターや医療機関、社会福祉協議会、警察、保健所等の相談先一覧の電話が掲載されています。

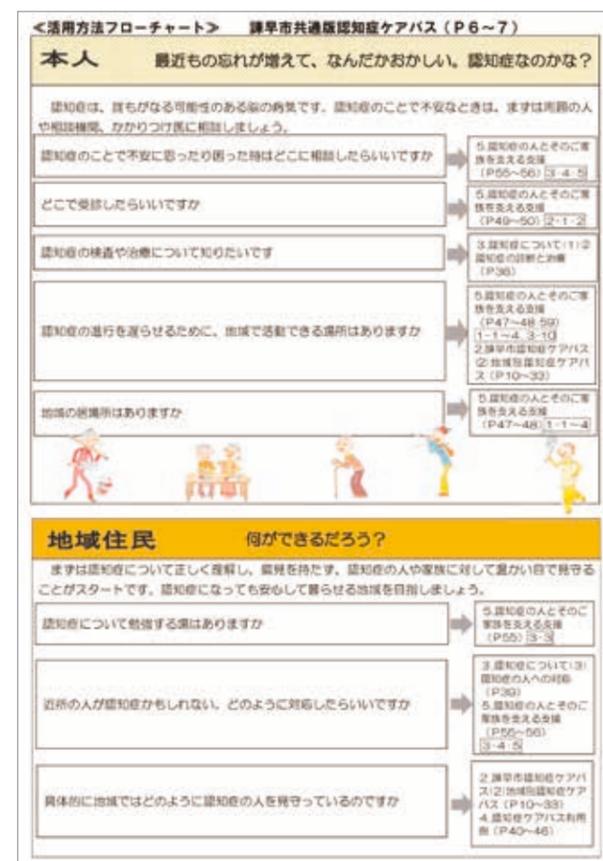
自治体で作成する「認知症ケアパス」とは冊子のこと？それとも社会資源の整理表？

国の施策において、認知症ケアパスは「認知症の人の生活機能障害の進行に合わせ、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受けることができるのか、これらの流れをあらかじめ標準的に示したもの」と記されています。さらに、近年地域には認知症カフェや本人ミーティング、チームオレンジ等の他、認知症にやさしい図書館や見守りサービス等様々な取組があります。加えて、学校・大学等や小売業、金融、郵便局、警察・消防等様々な機関において認知症サポーターの養成も進んでおり、そういった取組や機関も「社会資源」です。つまり、医療や介護に限らず、「様々な社会資源を整理した表」が「認知症ケアパス」(狭義)と言えます。

ただし、特に住民は、社会資源の整理表だけでは、その社会資源がどのようなサービス・支援を行っているのか、そしてそれを使うとどのような生活を送ることができるのかといったことはわかりにくいと思われます。そのため、認知症とともに暮らしていく様々な情報が盛り込んだ冊子やリーフレット等を作成し、それを「認知症ケアパス(広義)」としている自治体もあります。

どのような形態であれ、認知症とともに生きる人、そしてそのご家族に必要な情報が盛り込まれていることが重要です。

※この手引きでは、「認知症ケアパス」を主に「広義」の意味で使っています。



長崎県諫早市

諫早市の認知症ケアパスには、認知症に関する情報の他、認知症の人を介護する家族の気持ち、地域別の認知症ケアパス、利用例や支援の一覧など、様々な情報が掲載されています。

そのため、本人、地域住民、家族などが、疑問に思ったことを調べるのに、どこを見るとよいかの「活用方法フローチャート」を作成・掲載しています。

「地域の認知症ケアパス」を作るための手順は？

地域にある社会資源を確認・整理した支援の流れを作るためには、「認知症ケアパス作成のための手引き⁸⁾」にある下記の手順を参考にしてください。

手順	備考
① 地域の高齢者の状態像やニーズを把握する	地域の現状を明らかにするとともに、認知症の人や家族のニーズのヒアリング等を行い、今後目指すべき地域の姿をイメージする。
② 地域の社会資源の種類・数や利用状況を把握する	認知症施策の推進に合わせ、地域に整備された様々な社会資源の種類や提供している支援・サービスを把握するとともに、利用状況を確認し、ニーズとのマッチングができていないかを確認する。
③ 介護保険事業計画や地域福祉計画等に反映する	ニーズに即した支援・サービス提供ができるよう、不足している社会資源を充足・整備したり、過剰となっている支援・サービスを整理するなど、各種計画に盛り込むとともに、その取組・活動を通じて、地域の高齢者の状態像、ニーズがどのように変化していくかを追跡・確認する。



(参考)「社会資源の整理」を多職種・多機関で行ったことで得られた効果として、以下のよ
うな声があがっています。

- ・会議等で顔を合わせることで、顔の見える関係ができた
- ・他の機関がどのような支援を行っているのかを知ることができた
- ・自分の所属機関の位置づけがよくわかった
- ・認知症の疑いまたは軽度の人達に向けた支援を行っているところがほとんどないことに気が付いた

8 認知症ケアパスを適切に機能させるための調査研究事業検討委員会「認知症ケアパス作成のための手引き」(財形福祉協会)2013年9月 (<http://zaikei.or.jp/hbdcpc.pdf>)

「個々の認知症ケアパス」を考える上で重要なことは？

人生の中で、生活の中で、優先したいこと、大切にしたいことは人によってそれぞれです。「個々の認知症ケアパス」とは、一人ひとりの認知症の人が望む暮らしの道筋を立てていくことであり、そのためには認知症の人本人の意思を確認することが必須です。

では、意思決定をどのように行うとよいでしょうか。そのプロセスは、以下となります。

<意思決定支援におけるプロセス>

- 本人が意思を**形成**することの支援
- 本人が意思を**表明**することの支援
- 本人が意思を**実現**するための支援

「意思決定」は、「自分はこうしたい」という希望、願いを持つことから始まります。

認知症と診断された方はこれからの暮らしに大きな不安を感じています。しかし、地域には認知症とともに希望を持って生きている先輩たちがいらっしゃいます。そういった方々の暮らしを伝えるなどして、「自分はこう暮らしたい」という意思を形成するための支援を行うことが第一歩です。

次に、**形成された意思を、表明するための支援があります。**

人は、「他の人の迷惑になる」と思われることを遠慮する傾向があります。また、認知症の症状が進んだときに、言葉でうまく意思を伝えられないことがあります。そこで、専門職には認知症の人の意思を「表明すること」の支援が求められます。

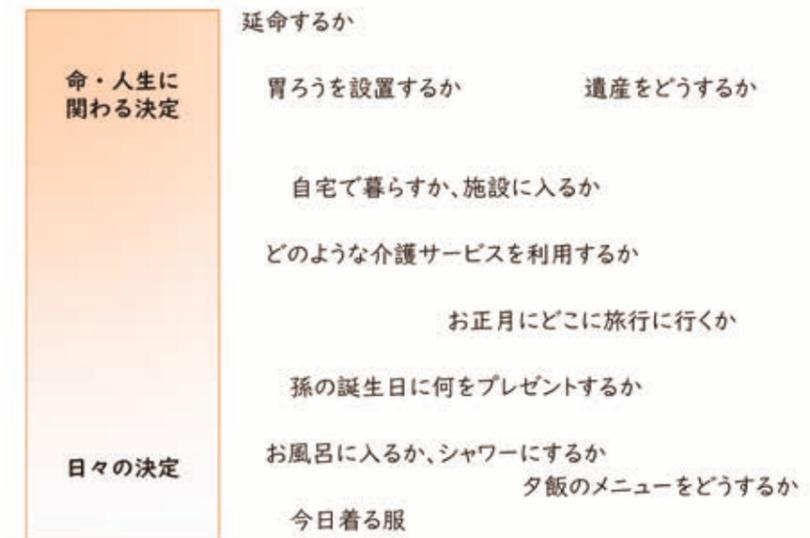
また、この「表明」は、周囲との関係性によって変わる可能性があります。家族が聞いたとき、医師が聞いたとき、社会福祉士が聞いたとき、近所の友人が聞いたとき、それぞれご本人が何を希望されていたのか確認し合い、本当の意思がどこにあるのかについて確認しましょう。

そして、**表明された意思を実現するための支援があります。**

「こうしたい」という希望を叶えるため、地域の協力者たちに協力を仰ぎ、認知症の人の望む暮らしを叶えていきましょう。また、それにあわせ、地域住民や協力依頼先などで認知症サポーター養成講座を開催するなどして、認知症の理解を広める活動を展開していきましょう。

なお、人は日々、「夕飯に何を食べようか」、「今日はどんな服を着るか」など様々な選択・決定をして暮らしています。そしてそういった選択・決定の先に、介護サービスの利用や住まい、命や人生に関わる選択・決定があります。逆に言えば、**日々の生活における選択・決定がきちんとできる環境を整えることが、個々の認知症ケアパスの作成やその実現に向けた支援を行っていく上で重要です。**

日々の決定から命に関わる決定



資料：進藤由美「認知症の人の意思決定における『次元』」2012一部改編⁹

(参考) 認知症の人の意思決定支援 (ガイドラインより抜粋)

厚生労働省より「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン¹⁰」やDVDが出ていますので、ぜひそちらを参照してください¹¹。

<意思決定支援の定義>

認知症の人であっても、その能力を最大限活かして、日常生活や社会生活に関して自らの意思に基づいた生活を送ることができるようにするために行う、意思決定支援者による本人支援をいう。

(本ガイドラインでいう) 意思決定支援とは、認知症の人の意思決定をプロセスとして支援するもので、通常、そのプロセスは、本人が意思を形成することの支援と、**本人が意思を表明することの支援を中心とし、本人が意思を実現するための支援**を含む。

(出典：厚生労働省「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン」p2)

⁹ 進藤由美「認知症の人の意思決定における『次元』」ニッセイ基礎研究所、研究員の眼、2012 (https://www.nli-research.co.jp/files/topics/40026_ext_18_0.pdf?site=nli)

¹⁰ 厚生労働省「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン」2018. (<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/0000212396.pdf>)

¹¹ 無料動画サイト (Youtube) において「認知症の人の意思決定支援ガイドライン研修」におけるグループワーク用の事例も視聴できます。

<認知症の人の特性を踏まえた意思決定支援の基本原則>

1. 本人の意思の尊重

- 意思決定支援者は、認知症の人が、一見すると意思決定が困難と思われる場合であっても、意思決定しながら尊厳をもって暮らしていくことの重要性について認識することが必要である。
- 本人への支援は、本人の意思の尊重、つまり、自己決定の尊重に基づき行う。したがって、自己決定に必要な情報を、認知症の人が有する認知能力に応じて、理解できるように説明しなければならない。

2. 本人の意思決定能力への配慮

- 認知症の症状にかかわらず、本人には意思があり、意思決定能力を有するということを前提にして、意思決定支援をする。
- 本人のその時々意思決定能力の状況に応じて支援する。

3. チームによる早期からの継続的支援

- 本人が自ら意思決定できる早期（認知症の軽度）の段階で、今後、本人の生活がどのようになっているかを見通しを、本人や家族、関係者で話し合い、今後起こりうることについてあらかじめ決めておくなど、先を見通した意思決定の支援が繰り返し行われることが重要である。
- 意思決定支援にあたっては、本人の意思を踏まえて、身近な信頼できる家族・親族、福祉・医療・地域近隣の関係者と成年後見人等がチームとなって日常的に見守り、本人の意思や状況を継続的に把握し必要な支援を行う体制（以下、「意思決定支援チーム」という）が必要である。
- 意思決定支援に際して、本人の意思を繰り返し確認することが必要である。意思決定支援者は、本人の意思を理解したと判断しても、その過程や判断が適切であったかどうかを確認し、支援の質の向上を図ることが必要である。
- 本人のその後の生活に影響を与えるような意思決定支援を行った場合には、その都度、記録を残しておくことが必要である。

（出典：厚生労働省「認知症の人の日常生活・社会生活における意思決定支援ガイドライン」p3-5より一部抜粋）

認知症ケアパスの「対象」は？

認知症ケアパスは「認知症とともに生きる人の望む暮らしの道筋」を立てるために活用するものであり、「地域にある社会資源を整理した支援の流れ」です。つまり、その「対象」は認知症の人であり、その家族です。そのため、

- ① 認知症の人やその家族にとって必要な情報が掲載されていること
- ② わかりやすくまとめられていること
- ③ 前向きな表現やイラストが使用されていること

の3点が重要です。

それと同時に、認知症ケアパスは協力者や相談対応にあたる専門職、地域住民にとっても大事な「情報源」となります。そのため、認知症ケアパスの冊子／リーフレット等をどれぐらいのページ数で作成するのか（ページ数が多ければ、載せられる情報が増えます）、どこで、どのように配布するのか、予算や掲載方法について協力者と共に検討しましょう。

認知症ケアパスを対象別に作成したほうが良いでしょうか？

対象別認知症ケアパスの必要性は、認知症の人や家族、そして協力者とご相談ください。

対象別に作成する利点として、「特に必要な情報だけを抜き出して伝えることができる」点がありますが、留意したいのは、「情報の齟齬がないか」です。例えば、認知症の人を対象とした認知症ケアパスには、認知症カフェや認知症サポーターなどたくさんの社会資源を掲載し、専門職向けの認知症ケアパスには医療・介護の情報のみ掲載、といったことです。専門性や詳細さが異なったとしても、「同じ情報が掲載されている」ということが重要です。

参考までに、全国調査の結果では、認知症ケアパスを作成した、または作成予定の自治体1,131件中、認知症ケアパスを、「本人向け」、「家族向け」、「専門職向け」という対象別に作成しているのは75件（6.6%）でした。

認知症ケアパスの作成・更新の際に重視すべきポイントは？

認知症ケアパスは、「認知症とともに生きる人の望む暮らしの道筋（個々の認知症ケアパス）」を立てるためのものであり、どのような情報があるとよいか、どのようにするとわかりやすいかといった意見を、認知症の人やその家族に確認しましょう。

また、自治体が作成する「地域の認知症ケアパス」は自治体内にある社会資源を整理したものです。地域の最新情報を収集したり、社会資源が有効に活用されているか、ニーズに合っているかなどを協力者とともに定期的に確認しましょう。それにより、協力者同士の顔の見える関係を築いたり、それぞれの専門性を知るといった副次的効果があります。

他の自治体の認知症ケアパスを真似したり、印刷会社が販売している内容でもいいですか

必ず認知症の人や家族、そして協力者で内容を検討した上で進めましょう。その上で以下の2点にご留意ください。

●無断借用をしない

他の自治体の認知症ケアパスを参考に同じような内容で作成する場合には、必ず参考とする自治体に連絡を入れるようにしましょう。自治体によっては「認知症ケアパス作成委員会」を立ち上げ、委員会にて内容の吟味や文言の確認等しながら作成しています。委員の方々への謝金等、その自治体の市民の税金を使って作成しています。また、著作権等が絡むデザインを使っている自治体もあります。無断借用しないよう、ご注意ください。

●印刷会社を利用する場合こそ、認知症の人や家族を含めた協力者で検討する

印刷会社が作成しているフォーマットを利用すること自体は問題ではないと思われませんが、そこに記載されている内容が、地域のニーズや掲載すべき情報かについてはぜひ協力者とともに多職種・多機関での検討・確認を行ってください。また、出典が明らかでない情報については、どこから情報をとったのかを確認されることをお勧めします。

作成・更新時の協力者として、どのような人に依頼をするとよいでしょうか？

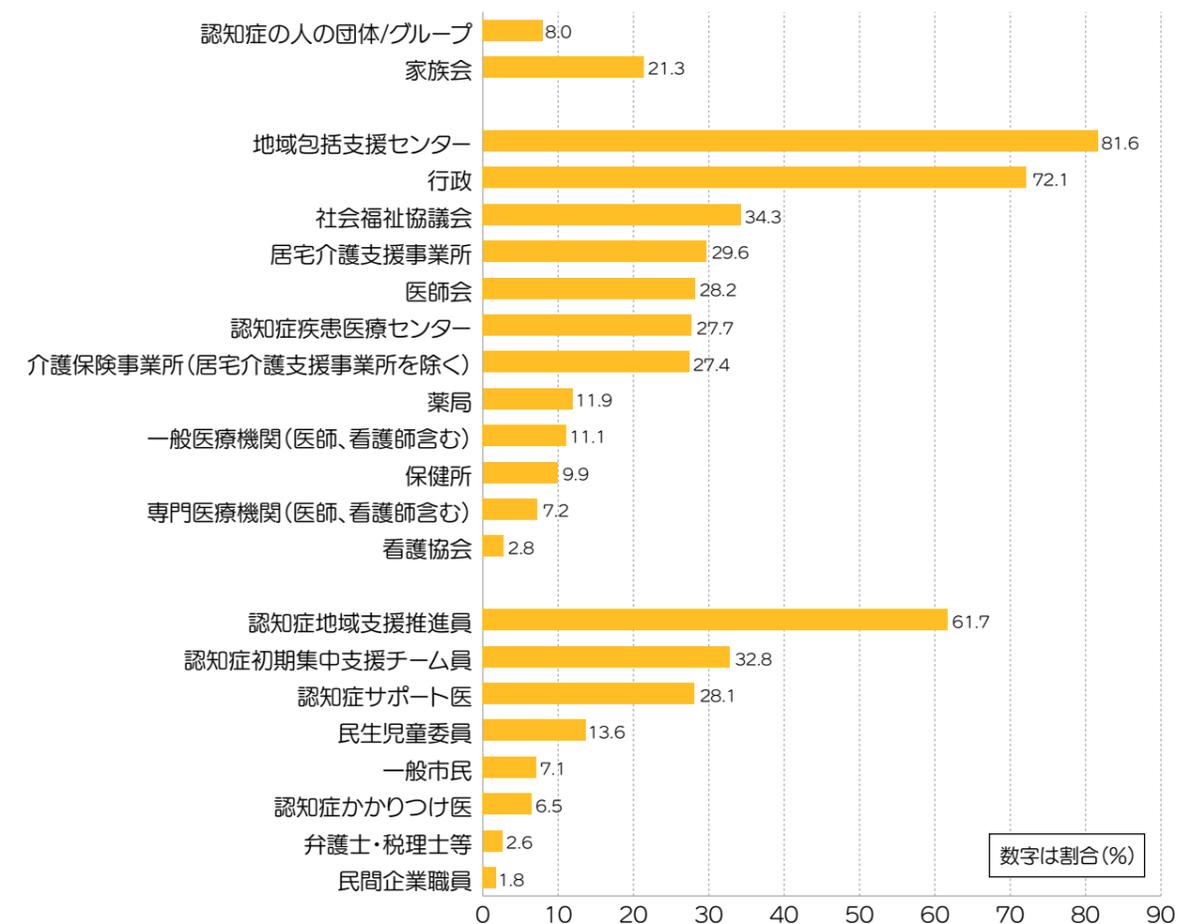
認知症ケアパスは認知症の人ならびに家族が読むものです。ぜひ「読者」である認知症の人と家族に協力を仰ぎましょう。

また、地域の社会資源の把握や活用を促進する意味でも、医療機関や介護保険サービス事業担当者にとどまらず、社会福祉協議会や医師会、薬局等の他、介護支援専門員、民生・児童委員、弁護士、警察など、様々な機関・人に協力を仰ぐことをお勧めします。

(参考) 全国調査の結果では、認知症ケアパスの作成時に協力を依頼した機関や人について複数回答で確認したところ、以下のような回答でした。

また、10機関以上の協力を得て、認知症ケアパスを作成している自治体も複数ありました。

【認知症ケアパス作成時に協力を依頼した機関・人(複数回答)】

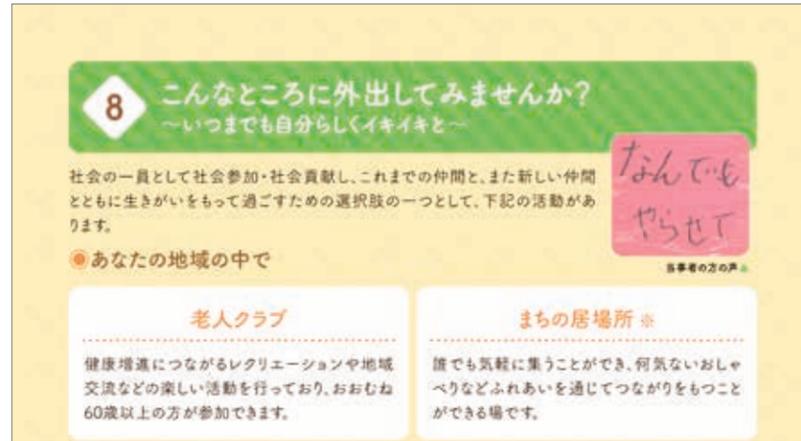


※上記以外に、認知症介護指導者、歯科医師、薬剤師、認知症サポーター、スーパー、警察、認知症予防活動グループ、生活支援コーディネーター等が協力者として挙がりました。

認知症の人の声を聴く機会がありません

認知症カフェや相談窓口に来られた方、介護保険サービス事業所等を利用されている認知症の人に、どのような生活をしてみたいか、話を聴いてみましょう。そして、そこで挙がった希望を叶えるために、地域に何が必要かを考えてみましょう。

行政職員や専門職、専門機関が支えていくべきは「その地域」で暮らしている認知症の人です。身近な人の声に耳を傾けることが重要です。



愛知県豊橋市
認知症の人の声を認知症ケアパス内で紹介しています。

ページ数はどれぐらいが妥当でしょうか？

ページ数は、盛り込む情報の量によって変わります。そのため、認知症ケアパスをどこで配布するのか、どのように活用するのか等を検討し、予算との兼ね合いを踏まえた上で、ページ数の決定をされることをお勧めします。

ページ数	多い	少ない
メリット	<ul style="list-style-type: none"> ●介護保険や様々な制度に関する情報を掲載できる ●様々な相談に対応しやすい ●医療機関や介護保険サービス事業所等の連絡先など、詳細な情報を掲載できる 	<ul style="list-style-type: none"> ●限られた予算で多くの部数を印刷できる ●重要な情報焦点を絞れる ●更新がしやすい ●たくさんの部数を一度に配布しやすい
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> ●限られた予算に対し、印刷できる部数が限られる ●たくさんの部数を一度に配布することが難しい 	<ul style="list-style-type: none"> ●限られた情報しか載せられない ●他の冊子等と組み合わせて使用する必要がある

協力者ごとに意見が異なり、なかなかまとまりません

協力者の立場や職種等によって認知症の人の生活を支える上で重視しているポイント等が異なるかもしれません。迷ったときは、認知症の人やその家族の意見やニーズを確認し、それを基準にまとめましょう。

認知症の人同士、家族の人同士でも意見が異なることもあるかと思います。そういった場へ備え、予め最終判断をする場・人を決めておいたり、意見を伺う際に、確認いただく内容を分けるなどして、調整をしましょう。

小さな自治体なので、協力を依頼する先がありません

同じ「看護師」という資格を保有していても、病院勤務者と、地域包括支援センター勤務者では、それぞれの勤務先の特徴を反映し、視点が若干異なるかもしれません。また、同じ地域包括支援センターに勤務していても、社会福祉士と介護福祉士では視点が異なるかと思います。

小さな自治体であっても、できるだけ協力者の職種や所属先の範囲を広げ、様々な意見を収集しましょう。

工夫

詳細版(冊子)と概要版(リーフレット)を作成し、場面に応じて使い分けています

認知症ケアパスコンテストに応募された複数の自治体が「概要版」と「詳細版」を作成されていました。盛り込まれている内容として、「概要版」には相談先、社会資源の一覧表、地域の情報等をかいつまんで掲載し、「詳細版」にはそれらを含む様々な情報を掲載しています。

概要版は薬局や郵便局、銀行等に置き、自由に手にしてもらいつつ、相談窓口に来られた方には、詳細版を使って詳しい情報を提供するなど、使い分けている自治体もあります。

(参考) 全国調査と同時に実施した「認知症ケアパスコンテスト」に応募のあった177の自治体の認知症ケアパスのページ数の平均は、19.5ページ(標準偏差:14.9, 最小値:1, 最大値:104, 最頻値:16)でした。このように、自治体によって認知症ケアパスのページ数は様々です。

認知症ケアパスに掲載すべき情報は？

認知症ケアパスに掲載すべき情報はページ数によります。逆に言うと、ページ数が多ければ、様々な情報を掲載できますし、ページ数が少なければ掲載できる情報は限られます。

原則として「社会資源の整理表」またはその概要（例：相談先や医療、介護、福祉サービスの他、地域の取組の紹介等が簡単に紹介されているもの）を掲載しましょう。

その上で、限られたページ数で必要な情報を届けるために、ぜひ地域で暮らす認知症の人やその家族の意見を聞き、どんな情報が必要か確認しましょう。

（推奨）認知症の人の望む暮らしに役立つと思われる情報を積極的に紹介しましょう。例えば通いの場や認知症カフェ、介護保険サービスにおいて社会参加活動の取組を行っている事業所や、若年性認知症の人をはじめとする就労支援に関する情報など、積極的に社会とかかわる取組を紹介したり、自動車運転や医療機関の受診方法、生活上の工夫、認知症の進行予防を紹介している自治体もあります。



山口県萩市

「認知症ガイドブック 本人編」は、「よりよく生きる(生活する)ためのヒント」をイメージ図で示しています。



福岡県久米市

早期対応の重要性について紹介しています



愛知県豊橋市

「これからの生き方を考えてみませんか?」と、問いかける形で希望をきいています。



静岡県沼津市

チームオレンジの取組について紹介しています

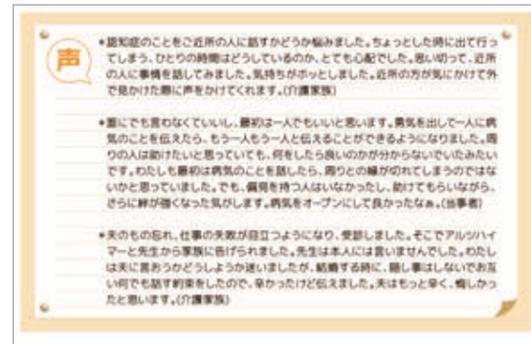


東京都板橋区

これからを前向きに生きるためのACP「人生会議」に関する情報を掲載しています。

目次

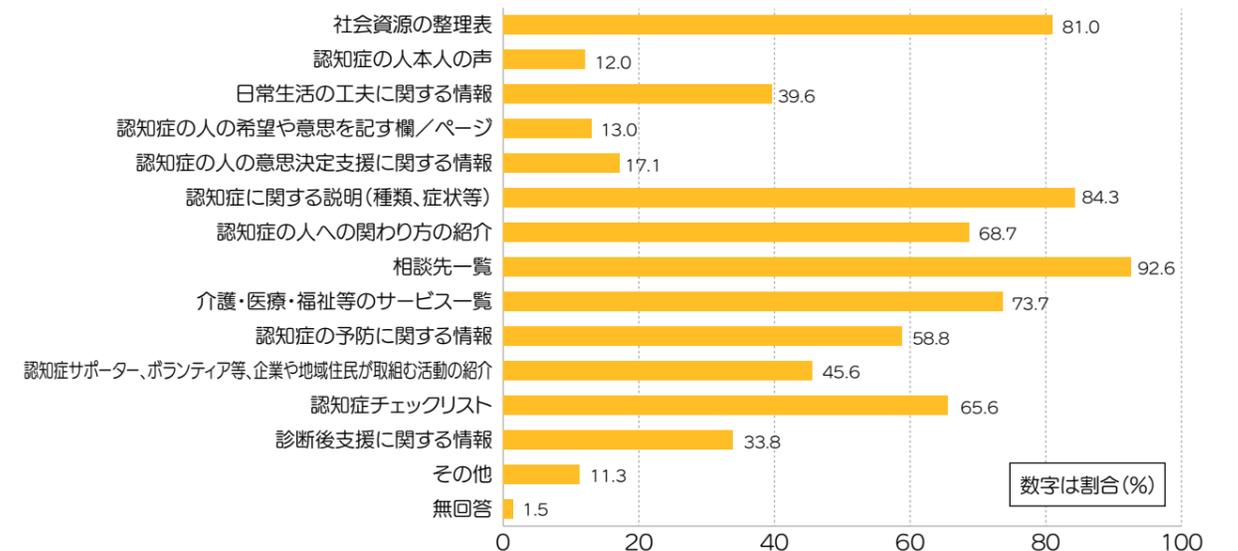
相談したい	4
病院について	6
認知症ってなに?	8
伝える? 伝えない?	10
教えて! これからの暮らし	
元気な体を維持したい	12
人と交流できる場所	13
ほっとできる場所を探しているご家族へ	16
仕事を続けたい・何かの役に立ちたい	18
お金のことが心配	20
困ったときに助けてほしい	22
自分のことを自分で決めたい	24
住まいや施設のこと	25



(参考) 全国の認知症ケアパスの傾向を踏まえ、全国調査の際に調査票に記した項目(情報)は以下となります。

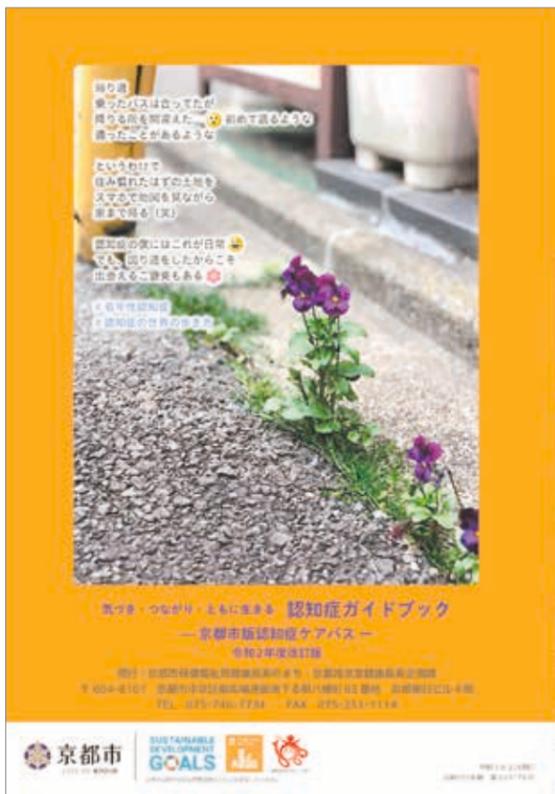
- ① 社会資源の整理表(認知症の人の容態と認知症の人が必要としている支援に基づき、社会資源を整理した表)
- ② 認知症の人本人の声
- ③ 日常生活の工夫に関する情報
- ④ 認知症の人の希望や意思を記す欄/ページ
- ⑤ 認知症の人の意思決定支援に関する情報
- ⑥ 認知症に関する説明(種類、症状等)
- ⑦ 認知症の人への関わり方の紹介
- ⑧ 相談先一覧
- ⑨ 介護・医療・福祉等のサービス一覧
- ⑩ 認知症の予防に関する情報
- ⑪ 認知症サポーター、ボランティア等、企業や地域住民が取り組む活動の紹介
- ⑫ 認知症チェックリスト
- ⑬ 診断後支援に関する情報
- ⑭ その他

下記は全国調査に回答のあった自治体のうち、すでに認知症ケアパスを作成している、または作成中の自治体1,131件において、認知症ケアパスに掲載されている/掲載予定の情報に関する割合です。最も多いのは「相談先一覧」で92.6%、続いて「認知症に関する説明(種類、症状等)」で84.3%、「社会資源の整理表」で81.0%でした。



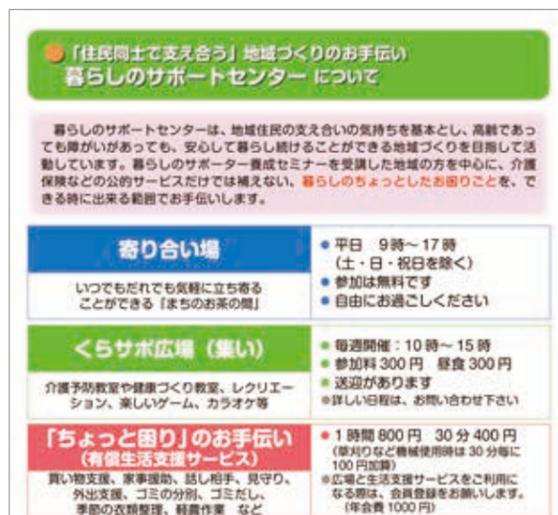
仙台市

仙台市の認知症ケアパスは、「これからの暮らし」に焦点を当てた構成となっており、認知症の人たちの生活に直結する情報と共に、認知症の人や家族の声を掲載しています。



京都市

令和3年2月に改訂した認知症ガイドブックの表紙と裏表紙には、若年性認知症の人が撮影した写真が掲載されています。



大分県竹田市

地域住民の支え合いの場やちょっとした困りごとを支援する活動を紹介しています。

この他、認知症の人が書いた絵を挿絵にしたり、高校生が描いたイラストを使っている自治体もあります。

<全国共通の情報と自治体オリジナルの情報について>

認知症ケアパスに載せる情報には、「認知症の基礎情報」、「日常生活の工夫」や「意思決定支援に関する情報」等、「**全国共通の情報**」と、「社会資源の整理表」、「相談連絡先」、「地域の活動」といった「**自治体オリジナルの情報**」があります。

(全国共通の情報)

厚生労働省や国立長寿医療研究センター等で公表している情報を活用しましょう。

印刷会社が作成しているものを購入・使用するという方法もありますが、著作権上、印刷ができないなど配布の制限があるかもしれませんので、ご注意ください。

(自治体オリジナルの情報)

認知症の人やその家族の意見を参考に、地域にある情報を協力者と共に収集・整理しましょう。

インターネットが普及し、様々な情報が検索できるようになった反面、「本当に必要な情報が見つかりにくい」という声があります。認知症の人やその家族が、必要な情報にたどり着けるよう、多職種で検討を積み重ねていきましょう。

社会資源が少ないため、認知症ケアパスの冊子が作れません

人口の少ない自治体の場合、社会資源が限られており、「社会資源の整理表」を作ることが難しいかもしれません。しかし、既存の資源を整理し、利用状況などを確認して、認知症の人や住民のニーズに沿っているかの確認はしておきたいところです。

また、認知症ケアパスを近隣の市町村と連携して合同で作成している地域や、支援に携わる医師や社会福祉士、看護師、介護福祉士等の声を認知症ケアパスに掲載している自治体もあります。

掲載すべき情報が多すぎて、整理が大変です

認知症施策の推進は目覚ましいものがあり、オレンジプランが発表されてからだけでも、認知症サポーターの養成、認知症初期集中支援チームと認知症地域支援推進員の配置、認知症疾患医療センターの整備の推進、チームオレンジの誕生、認知症カフェの開設、本人ミーティングの開催、若年性認知症支援コーディネーターの配置、介護保険サービスにおける社会参加活動など、多種多様な取組が進んでいます。

すべてを紹介しようとするとページ数が必要ですし、読み手も疲れてしまうでしょう。そのため、協力者や認知症の人とその家族の意見を元に、情報を精査し、掲載しましょう。

自治体によっては、認知症ケアパスに社会資源の整理表の他、地域包括支援センターの電話番号のみ掲載をし、「相談内容に沿って適切な支援・サービスを案内する」という形をとっているところもあります。

認知症ケアパスに掲載する情報を、自分たちで執筆することが時間的に難しいです

全国的に自治体職員の数は減少しており、業務多忙でいらっしゃることを踏まえ、国立長寿医療研究センターでは今後、全国の自治体の皆様に向けて認知症ケアパスをはじめとする認知症やフレイル等、高齢者特有の疾患に関する情報をはじめとする、「全国共通の情報」をウェブサイトにて公開していく予定です。ぜひご活用下さい。

若年性認知症に関する情報は掲載したほうがいいですか

「年齢に関わらず、認知症に関して不安や心配があれば相談先がある」ことを伝えることが重要です。その上で、若年性認知症の人に特化した就労継続支援や退職後の再就職支援、社会活動への参加に関する情報や、都道府県に配置されている若年性認知症支援コーディネーターの紹介等、どのような情報を掲載するかについて協力者と検討し、掲載内容を決めていきましょう。

また、人口規模の大きな自治体には、若年性認知症の方も多く住んでいることが推察されます。若年性認知症の人に向けた情報も、認知症ケアパスに掲載したり、別冊を作成するなどして、地域に必要な支援があることが正しく伝わるようにしましょう。

参考までに、東京都健康長寿医療センターの調査によると、18～64歳人口10万人当たりの若年性認知症の有病率は50.9人で、国内全体で3.57万人と推計されています。

長崎県佐世保市

若年性認知症について2ページにわたり情報を掲載しています。

認知症ケアパスの周知方法は？

どのような方法であれ、必要な人に必要な情報が届くことが重要で、「わがまち」ではどの方法が最も適切か、ぜひご検討をいただければと思います。その際に留意頂きたいのはそれぞれのメリット・デメリットです。

周知方法	印刷	ウェブサイトに掲載
メリット	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症の人やその家族が手元に持ち、いつでも情報を確認することができる ●必要な情報がまとまっている ●特に高齢の世帯には読んでもらいやすい 	<ul style="list-style-type: none"> ●自治体の費用負担が少ない ●更新がしやすい ●必要な部分のみ印刷して渡すことができる ●遠方の家族でも確認できる
デメリット	<ul style="list-style-type: none"> ●限られた予算に対し、印刷できる部数が限られる ●即時の更新は難しい ●遠方の家族等には郵送で対応する必要が 	<ul style="list-style-type: none"> ●各相談先で印刷する場合、合計としての印刷費用が高くなる可能性がある ●PCやスマートフォンを使っていない人は確認できない

印刷とウェブサイトの両方で周知を行うことが、より多くの人に情報がいきわたりやすいのと同時に、相談職にとっても活用しやすいと思いますが、予算の関係などで難しい場合にはどのように周知をしていくと必要な情報が届くかについて、協力者と共に検討しましょう。

(参考) 全国調査の結果では、認知症ケアパスを作成済みである1,086自治体における周知の方法は、以下の通りです。

	回答数	割合
印刷&ウェブサイトに掲載	612	56.4%
印刷のみ	431	39.7%
ウェブサイトに掲載のみ	20	1.8%
印刷、ウェブサイトに掲載共にしていない	13	1.2%
無回答	10	0.9%
計	1,086	100.0%

最も多いのは「印刷&ウェブサイトに掲載」という回答で、半数以上を占めています。しかし、印刷のみという自治体も約4割ありました。

ウェブサイトに掲載したものは、印刷できなくてもいいでしょうか？

現在、国が文書のデジタル化を推進しており、スマートフォンなどのICT機器も普及しています。しかし、現在認知症ケアパスを必要としている方やその家族は、インターネットを活用し、必要な情報を確認できるでしょうか？また、相談先電話番号に、スマートフォン等からすぐかけられるような仕様になっているでしょうか。

認知症ケアパスを必要としている人にとって、使いやすさは重要です。ぜひ使いやすい形となっているか、認知症の人や家族にご確認下さい。

また、著作権の関係で「ウェブで掲載しているが印刷はできない」、もしくは「ウェブに掲載をしていない」場合、遠方の家族は手にできないということもありますので、ご注意ください。

まずは「かかりつけ医」に相談しましょう

認知症を疑ったら、まずは、かかりつけ医へ相談しましょう。かかりつけ医がいない方は、本書巻末の「認知症対応医療機関」のリストをご参照の上、事前にお電話にて受診について相談しましょう。かかりつけ医の診察後、必要に応じて専門の医療機関を受診します。

「認知症チェックシート」

No	項目
1	同じことをずっと繰り返している
2	物の名前が出てこなくなった
3	置き忘れやしぼい忘れが頻らなくなった
4	以前あった関心や興味が変わった
5	だらしなくなった
6	日課をしなくなった
7	時間や場所の感覚が不確かになった
8	慣れた所で迷った
9	財布などを盗られたという
10	ささいなことで怒りっぽくなった
11	脱臼、ガス栓の締め忘れ、火の用心がでなくなった
12	複雑なテレビドラマが理解できない
13	集中しなくなってきた

出典：国立長寿医療研究センターで開発されているチェックシート

結果 3つ以上当てはまった方は、かかりつけ医へご相談ください。

病院では、身体検査や聴診、脳や認知機能の検査などを行い、診断を受けます。

病院で受ける検査の時

脳画像検査
脳のMRIやCTなどの検査を行い、脳の大きさや脳血管の様子などをみます。

神経心理学検査（認知機能の検査）
記憶や学習に関する質問を受けるほか、記憶力のチェックなどを随時形式で行います。

4. 家族の心構え編

認知症の人への関わり方

認知症特有の症状を理解し、関わり方のコツを知りましょう！

認知症は数年かけ、ゆっくり進行する病気です。家族や周囲の方が早期から認知症を正しく理解し、ムリのない、より適切な関わりをしていけば、進行を遅やかにできることがわかってきています。

本人に合った
介護環境

適切な
服薬治療

ムリのない
より適切なケア

認知症の適切なケアのために 知っておきたい5つのポイント

認知症で記憶などに障がいが出て、人としての情報の創造がなくなってしまうわけではありません。認知症の人の気持ちを十分に配慮しながら接することが大切です。

- プライドは失っていません。**
認知症であっても、「ばかにしてほしくない」「恥ずかしい」などの感情は変わりません。認知症の人を尊重する姿勢が大切です。
- 過去と現在を区別しています。**
過去を正しく記憶して思い出せず、過去と現在を区別できずに混乱している点を理解しましょう。
- 自信をなくし、気持ちが不安定です。**
認知症で出来なかったり、失敗したりすることにより、自分を大切にしたい、自信をなくしていき、気持ちが不安定になっています。
- 介護者の気持ちが伝わります。**
介護者が認知症を理解して接すると、認知症の人にも安心しやすくなります。逆に、嫌そう・怒りそうに接すると感情に反応したり、興奮したりします。
- より身近な人に、感情がストレートに出ます。**
感情が表れます。ささいなことで怒ったり、相手を一方的に拒否することもあります。これら認知症の症状であることを理解しましょう。

非認知症の方は、心を許している相手に限って、早く当たる権利があります。熱心に介護している方にとっては辛いことなので、覚えてもらうことも時には必要ありません。一呼吸おき、肩の力を抜いてみましょう。

愛知県半田市

認知症ケアパスで使用しているイラストを、地元の高校生に依頼しています。

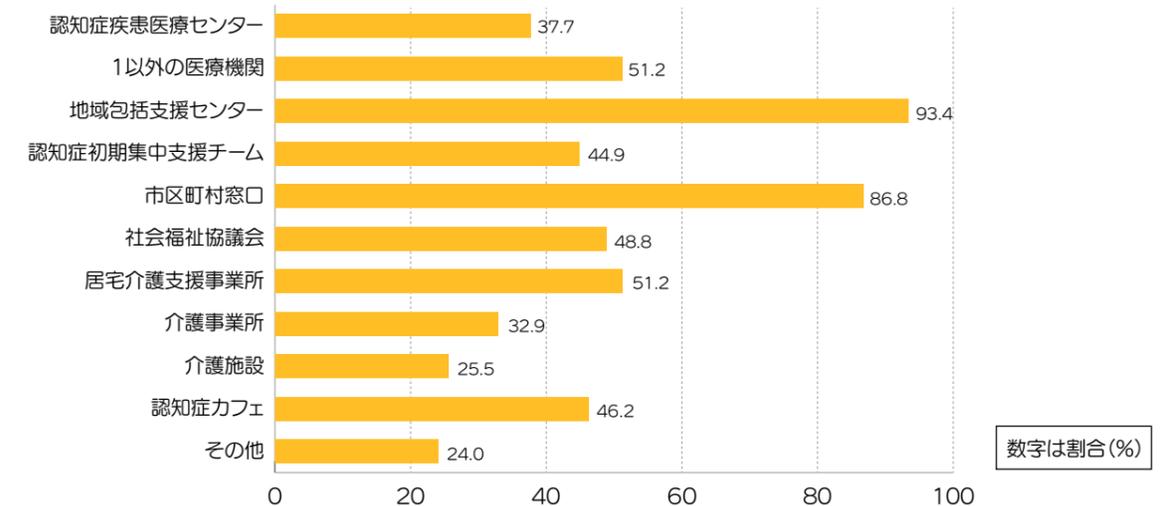
どこで配布をするとよいでしょうか？

認知症ケアパスは、「認知症と診断された人」や「認知症の疑いのある人」がその後の生活を作り上げていくための情報源です。そのため、認知症の診断後、何かしらのサービス・支援につながるまでの間である「空白の期間」に活用することができるよう、配布先を検討しましょう。特に、認知症は徐々に進行することが特徴としてあげられます。今すぐに支援・サービスが必要ないからといって「様子を見る」のではなく、これからの生活に対する希望を聞き取り、「備え」ができるよう支援することが重要です。

また、窓口などで認知症の人や家族に認知症ケアパスを渡す際には、疾患の受容を支援するため、気持ちに寄り添った説明が必要です。

(参考) 印刷物を作成している自治体1,085件に対し、認知症ケアパスを配布している機関について複数回答で確認したところ、最も多かったのは地域包括支援センター、次いで行政窓口でした。

それに対し、「認知症疾患医療センター」は37.7%、「その他の医療機関」は51.2%となっており、認知症の診断を受ける「病院」での配布が決して多くないことがわかります。



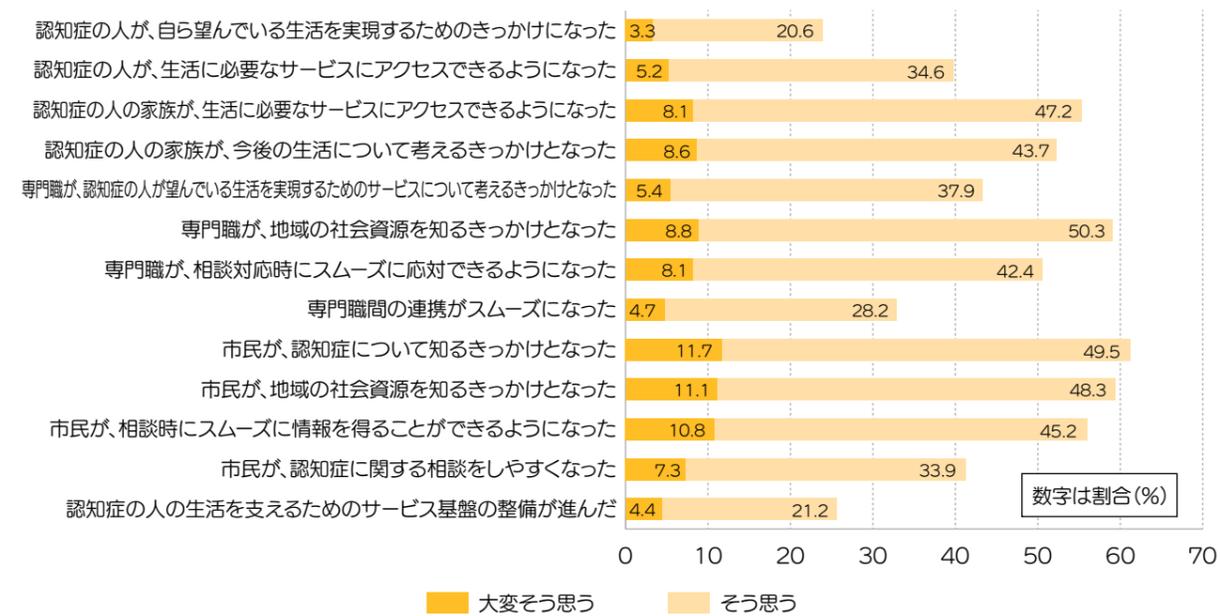
工夫

スーパーや郵便局、薬局等においてもらい、誰でも手に取れるようにしています

住民がよく立ち寄る場所に設置することで、認知症に関する相談件数が増えたという報告がありました。上記の他には、コンビニや銀行といった回答もありました。

認知症ケアパスの「効果」は？

全国調査において認知症ケアパスの作成・普及の効果について確認したところ、「市民が、認知症について知るきっかけとなった」、「市民が、地域の社会資源を知るきっかけとなった」、「専門職が、地域の社会資源を知るきっかけとなった」、「市民が、相談時にスムーズに情報を得ることができるようになった」、「認知症の人の家族が、生活に必要なサービスにアクセスできるようになった」、「認知症の人の家族が、今後の生活について考えるきっかけとなった」といった項目において、半数以上の自治体が「大変そう思う」、「そう思う」と回答しました。



認知症ケアパスが作成されて間もない自治体の回答も含まれており、また活用状況も自治体によって様々ではありますが、回答を見る限り認知症ケアパスの作成・活用を通じて認知症や社会資源について知るきっかけになったと感じている自治体が半数以上です。

とはいえ、認知症ケアパスの本来の目的からすると、**認知症の人やその家族が必要な情報を得ることができたのか、社会資源を活用しながら希望を持って暮らしているかが重要**です。認知症の人や家族に必要な情報が掲載されているかを確認し、更新時に情報を見直していきましょう。

認知症ケアパスの更新のタイミングは？

「認知症ケアパス」は狭義の意味で「社会資源の整理表」であり、介護保険事業計画等に基づき、様々な社会資源が整備されていることや、認知症施策の推進に伴い、様々な支援・サービスが増えていること、医療の進歩等を踏まえると、**認知症ケアパスに掲載している情報は、定期的に確認・更新されていくことが望ましい**といえます。ただし、単に新しく整備された社会資源を追記するのではなく、社会資源全体の活用状況を確認したり、必要な情報が盛り込まれているかについて、認知症の人や家族に確認しながら進めましょう。

更新の理想は年度ごとですが、最低でも3年に1度、基本計画期間にあわせて内容の確認をすることをお勧めします。

(参考)

認知症ケアパスを作成している1,086件の自治体のうち、初版作成後に「すでに更新をしている」と回答した自治体は585件(53.9%)で、「今年度更新する予定」と回答した自治体も113件(10.4%)と、全体の6割以上でした。

すでに更新をしている、または今年度する予定の698件に対し、更新をする時期を決めていたかを確認したところ、「決めていた」と回答したのは185件(26.5%)で、そのうち「年度ごと」と回答したのは95件、基本計画期間ごとと回答したのは28件でした。また、更新の時期を決めていなかった場合に更新をした理由としては、「情報の追加」が最も多く、223件でした。

業務多忙で更新の時間がありません

認知症ケアパスの更新は、担当職員一人だけの業務ではありません。地域の関係者、皆で作りに上げていくものです。一人で抱え込むのではなく、職員や機関ごとに役割を分担したり、集中して意見交換を行うなど、皆の協力を得て行うようにしましょう。また、もしどうしても時間が取れないようであれば、「今年は●●」、「次年度は▲▲」というように、年度ごとにテーマを決めて更新する方法もあります。

認知症ケアパスをどのように活用するとよいでしょうか？

認知症と診断された人やその家族が少しでも早く有益な情報にたどり着くために、地域の医療機関や行政窓口の相談支援職、認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員等が中心となり、診断直後から空白の期間にある認知症の人やその家族に認知症ケアパスを紹介していくことが望ましいでしょう。

また、認知症カフェや本人ミーティング、家族会等、様々な場を活用し、認知症ケアパスを見ながら、自分はどのような生活を送りたいか話し合ったり、必要としている支援・サービスが地域にあるかを確認し、行政に伝えていくなどの機会を作ることで、地域の認知症ケアパスの整備・活用に向けた前向きな意見を収集するといった活用方法もあります。

地域の社会資源（＝地域の認知症ケアパス）は年々変化していますし、一人ひとりが希望する暮らし（＝個々の認知症ケアパス）も多様であるため、「完璧」な認知症ケアパスを作成することは難しいです。しかし、様々な場面で認知症ケアパスを活用し、定期的に更新することで、より洗練され、地域のニーズに合ったものが出来上がっていくでしょう。

認知症の人から、「認知症ケアパスは役に立たない」と言われました

認知症ケアパスに興味・関心を持ってくださったからこそのご意見ですね。ぜひその方にご協力頂き、どのような認知症ケアパスがあると役に立てるか、確認しましょう。

この手引きでお伝えしていることと違うご意見をお持ちかもしれません。その場合には、「地域住民」の意見を優先し、認知症ケアパスの更新に役立てましょう。

参考となる認知症ケアパスを紹介してください

令和2年度の老健事業の一環として、「認知症ケアパスコンテスト」を開催しました。その結果を参考資料として添付していますので、ぜひ参考にしてください。

なお、受賞自治体の認知症ケアパスを、自地域の認知症ケアパスに取り入れる（引用・転載）する際には、参考にした自治体に必ず一報を入れ、著作権について確認するとともに、掲載の可否について確認をとるようにしましょう。

留意したい点として、皆様の地域で暮らす認知症の人や家族のニーズは、必ずしも他の自治体で暮らす認知症の人や家族のニーズと同じではありません。また、支援者や活用できる社会資源も同じではないことから、他自治体の認知症ケアパスを参考等した場合においても、皆様の地域で暮らす認知症の人や家族、様々な関係者と十分議論をし、地域の実情に合わせて作成・更新していくことが重要です。

（参考）参考、引用、転載の違いは？

「参考」：他自治体の認知症ケアパスを見た、確認した場合です。他自治体の認知症ケアパスを見て、そこから案を得て作成していく場合などが当てはまります。

「引用」：他自治体の認知症ケアパスの文や事例などを、そのまま掲載することです。この場合、引用部分がわかるよう、区別をし（例：鍵かっこでくる、□で囲む、脚注をつけるなど）、あわせて出典を明記しなければなりません。

また、引用の際には、元の文章を変えることはできませんのでご注意ください。なお、他自治体の認知症ケアパスの多くの部分を引用する場合は、「転載」となります。

「転載」：引用と同じように、他自治体の認知症ケアパスの内容等を、自地域の認知症ケアパスで紹介することで、ほぼ同じ内容の場合です。

官公庁が周知を目的として作成した資料は無断転載できるものがありますが、著作権の確認は必須なので、必ず転載元の自治体に一報を入れ、確認をしてください。

なお、引用、転載ともに、出典の明記は必須ですので、ご注意ください。

1 これまでの認知症施策の流れとこれからの認知症施策

2 認知症ケアパスコンテスト 優秀賞・特別賞の紹介

参考1:これまでの認知症施策の流れとこれからの認知症施策

認知症に関する国の取組は1980年代後半より始まり、2000（平成12）年に介護保険法が制定されたことをきっかけに、医療・介護の専門職に対する認知症に特化した研修を開始したり、用語を「痴呆」から「認知症」に変更するなど、様々な変遷を経て現在に至っています。ここでは「認知症ケアパス」の言葉に焦点を当て、ここ10年程の認知症施策の流れを振り返ります。

(1) 「今後の認知症施策の方向性について」と認知症施策推進5か年計画（オレンジプラン）

「認知症ケアパス」という言葉が国の認知症施策に初めて登場したのは2012（平成24）年6月に厚生労働省認知症施策検討プロジェクトチームが発表した「今後の認知症施策の方向性について」です。このプロジェクトチームは、介護保険法施行後、過去10年間の認知症施策の再検証を行った上で、今後目指すべき基本目標とその実現のための認知症施策の方向性について検討を行い、そのまとめとして以下の基本目標を掲げました。

【今後目指すべき基本目標 —「ケアの流れ」を変える—】

このプロジェクトは、「認知症の人は、精神科病院や施設を利用せざるを得ない」という考え方を改め、「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のよい環境で暮らし続けることができる社会」の実現を目指している。

この実現のため、新たな視点に立脚した施策の導入を積極的に進めることにより、これまでの「自宅⇒グループホーム⇒施設あるいは一般病院・精神科病院」というような不適切な「ケアの流れ」を変え、むしろ逆の流れとする標準的な認知症ケアパス（状態に応じた適切なサービス提供の流れ）を構築することを基本目標とするものである。

資料：厚生労働省認知症施策検討プロジェクトチーム 「今後の認知症施策の方向性について」（平成24年6月18日）
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12300000-Roukenkyoku/0000079273.pdf>

この基本目標を掲げた背景として、それまでの認知症ケアは、認知症とともに生きる人たちの行動・心理症状等が生じた際の「困りごとを中心とした事後的な対応」が中心であり、本人の希望や願いをかなえたり、意思決定支援が難しい状況であったことが挙げられます。しかし、今後は行動・心理症状がおこる前の「早期支援」と「危機回避支援」を中心に行うことで、「住み慣れた地域の良い環境の中で暮らし続ける社会を作る」ことを目指し、当時行われていた施策に対する意見や批判を踏まえ、地域で医療、介護サービス、見守り等の日常生活の支援サービスが包括的に提供される体制を目指し、「認知症施策5か年計画（通称：オレンジプラン）」を策定し、以下の7つの視点に立って認知症施策を目指すこととしました。

認知症施策推進5か年計画（オレンジプラン）



体を支えるよう取り組む」こととし、塩崎厚生労働大臣（当時）より、「①早期診断・早期対応とともに、医療・介護サービスが有機的に連携し、認知症の容態に応じて切れ目なく提供できる循環型のシステムを構築すること、②省庁横断的な総合的な戦略とすること、そして③認知症の方ご本人やそのご家族の視点に立った施策を推進すること」が発表されたことを受け、2015（平成27）年1月に「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」が策定されました。

認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン） ～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～の概要 （平成27年1月）

資料：厚生労働省

- ・ 高齢者の約4人に1人が認知症の人又はその予備群。高齢化の進展に伴い、認知症の人はさらに増加
2012（平成24）年462万人（約7人に1人）⇒（新）2025（平成37）年約700万人（約5人に1人）
- ・ 認知症の人を単に支えられる側と考えるのではなく、認知症の人が認知症とともによりよく生きていくことができるような環境整備が必要。

新オレンジプランの基本的考え方
認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指す。

- ・ 厚生労働省が関係省庁（内閣官房、内閣府、警察庁、金融庁、消費者庁、総務省、法務省、文部科学省、農林水産省、経済産業省、国土交通省）と共同して策定
- ・ 新プランの対象期間は団塊の世代が75歳以上となる2025（平成37）年だが、数値目標は介護保険に合わせて2017（平成29）年度末等
- ・ 策定に当たり認知症の人やその家族など様々な関係者から幅広く意見を聴取

- 七つの柱
- I 認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進
 - II 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供
 - III 若年性認知症施策の強化
 - IV 認知症の人の介護者への支援
 - V 認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進
 - VI 認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデル等の研究開発及びその成果の普及の推進
 - VII 認知症の人やその家族の視点の重視

そして、「標準的な認知症ケアパスの作成・普及」は1つ目の柱として位置づけられ、「認知症の人やその家族が、認知症と疑われる症状が発生した場合に、医療や介護サービスへのアクセス方法やどのような支援を受けることができるのかを早めに理解することが、その後の生活に対する安心感につながる」ものであり、「標準的な認知症ケアパス」とは、「いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいのかをあらかじめ標準的に決めておく」こととし、市町村において認知症ケアパスの作成を行うことが求められました。

(2) 認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）

わが国が「認知症施策5か年計画（オレンジプラン）」を策定した同じ頃、世界でも特に高齢化が進んでいる先進国を中心に、認知症施策が国家戦略として取り上げる国が増えてきました。そこで、認知症への対応を世界レベルで協議・協力すべく、2013（平成25）年11月にイギリスにて先進国首脳会談（当時）のメンバーであるイギリス、アメリカ、ドイツ、フランス、イタリア、カナダ、ロシアと日本の8か国の保健担当大臣が集まり「認知症サミット（G8 Dementia Summit）」が開催されました。その際、2014（平成26）年の間に参加国において後継イベントを開催する運びとなり、わが国は「新しいケアと予防」をテーマに2014（平成26）年11月に東京にて「認知症サミット 日本後継イベント」を開催しました。

その際、安倍首相（当時）より、認知症施策を「厚生労働省だけでなく、政府一丸となって生活全

認知症ケアパスは2つ目の柱である「認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供」において、「医療・介護等の有機的な連携の推進」として「地域ごとに『認知症ケアパス』を確立し、認知症の人やその家族、医療・介護関係者等の間で共有され、サービスが切れ目なく提供されるようにその活用を推進する」と記されています。

(3) 認知症施策推進大綱

国は認知症施策のより一層の推進に向け、「認知症施策推進関係閣僚会議」を2018（平成30）年末に立上げ、関係省庁の連携を図るとともに、医療・介護・福祉といった特定分野だけでなく、認知症の人の生活を支える様々な分野（例：小売業、金融、交通、住まい、見守り等）のステークホルダーを巻き込んだ取組の推進に向けて2019（平成31）年1月に「認知症施策推進のための有識者会議」の第1回会議を開催しました。その後、2回の議論と関係するステークホルダー等への聞き取りを踏まえ、2019（令和元）年6月に「認知症施策推進大綱」を発表しました。その基本的考え方と概要は以下の通りです。

認知症施策推進大綱(令和元年6月18日認知症施策推進関係閣僚会議決定)(概要)

【基本的考え方】
 認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し、認知症の人や家族の視点を重視しながら「共生」と「予防」を車の両輪として施策を推進
※1「予防」とは、「認知症にならない」という意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を遅やかにする」という意味

世界の認知症戦略

英国
 ・認知症戦略2019
 ・2009年に認知症戦略を5年計画として発表、2015・2016年に国家認知症イニシアチブを策定し、2020年までの5年計画を策定

フランス
 ・認知症戦略2018
 ・2011年に認知症に関する国家戦略を策定、2014年2月に認知症に関する国家戦略を策定、2015年から2019年までの5年計画を策定

世界各國において、政府による認知症戦略策定が進展

米国
 ・認知症に関する国家戦略
 ・2012年に認知症に関する国家戦略を策定、2015年から2019年までの5年計画を策定

オーストラリア
 ・認知症に関する国家戦略
 ・2012年に認知症に関する国家戦略を策定、2015年から2019年までの5年計画を策定

我が国の認知症有病率等について

認知症有病率は、65歳以上の高齢者人口に占める割合を示す指標として、2015年調査の結果は、65歳以上の高齢者人口に占める割合は、22.4%であった。これは、2010年調査の結果である19.4%から、3.0%増加した。また、65歳以上の高齢者人口に占める割合は、2010年調査の結果である19.4%から、3.0%増加した。

コンセプト

認知症は誰もがなりうるものであり、家族や身近な人が認知症になることなど多岐にわたる。多くの人が、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指す。認知症の人や家族の視点を重視しながら「共生」と「予防」を車の両輪として施策を推進する。

具体的な施策

認知症の発症を遅らせる取組(一次予防)の推進
 早期発見・早期対応(二次予防)、発症後の進行を遅らせる取組(三次予防)の推進

認知症の人本人の視点に立った「認知症/バリアフリー」の推進

1) 普及啓発・本人発信支援
 ・認知症に関する理解促進
 ・認知症の人本人からの発信支援
 ・認知症の人本人が主たる「認知症と向き合える希望者」の創出

2) 予防
 ・認知症予防に関する可能性のある運動の推進
 ・認知症予防に関する可能性のある食生活の推進
 ・認知症予防に関する可能性のある生活習慣の推進

3) 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援
 ・早期発見・早期対応、医療体制の充実
 ・医療従事者等の認知症対応力向上の推進
 ・介護サービス基盤整備、介護人材確保
 ・介護従事者等の認知症対応力向上の推進
 ・認知症の人への介護者の負担軽減の推進

4) 認知症バリアフリーの推進、若年性認知症の人への支援・社会参加支援
 ・バリアフリーのまちづくりの推進
 ・認知症の人や家族の視点を重視したまちづくりの推進
 ・交通安全の確保の推進
 ・住宅の確保の推進
 ・地域支援体制の強化
 ・認知症の人や家族の視点を重視したまちづくりの推進
 ・認知症の人や家族の視点を重視したまちづくりの推進
 ・認知症の人や家族の視点を重視したまちづくりの推進

5) 研究開発・産業促進・国際展開
 ・認知症予防や進行の遅延の遅延、予防法、診断法、リハビリテーション、認知症の人や家族の視点を重視したまちづくりの推進
 ・認知症の人や家族の視点を重視したまちづくりの推進
 ・認知症の人や家族の視点を重視したまちづくりの推進

認知症ケアパスは3つ目の柱である「医療・ケア・介護サービス・介護者への支援」の中に位置づけられ、KPIとして「認知症ケアパス作成率100%」が掲げられているとともに、1つ目の柱である「普及啓発・本人発信支援」における「相談先の周知」において、「認知症に関する相談体制を地域ごとに整備」し、認知症ケアパスを「積極的に活用し、認知症に関する基礎的な情報とともに、具体的な相談先や受診先の利用方法等が明確に伝わるようにする」と記されている。

参考2: 認知症ケアパスコンテスト 優秀賞・特別賞の紹介

令和2年度老人保健健康増進等事業「認知症ケアパスの作成と活用の促進に関する調査研究」において、全国の自治体に認知症ケアパスの提出を依頼し、「認知症ケアパスコンテスト」を開催しました。

認知症ケアパスコンテスト エントリー期間	令和2年10月20日(火)～12月7日(月) (全国調査の日程と同じ)
認知症ケアパスの提出方法	ウェブ調査の回答時にアップロード、もしくは郵便にて送付、ファックスにて提出 等
エントリー数	177件(認知症ケアパスの提出のあった自治体:604件)

<選考委員会(検討委員会)委員>

地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター 認知症未来社会 創造センター長	栗田 圭一
公益財団法人 日本医師会 常任理事	江澤 和彦
公益社団法人 日本看護協会 専務理事	勝又 浜子
公益社団法人 認知症の人と家族の会 代表理事	鈴木 森夫
一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ	丹野 智文
一般社団法人 日本介護支援専門員協会 副会長	濱田 和則
国立長寿医療研究センター 病院長	◎鷲見 幸彦

*50音順 ◎:委員長

※優秀賞、特別賞として紹介している認知症ケアパスは、受賞対象のものです。その後、改編・更新をしている自治体がありますので、ご注意ください。

認知症ケアパスの作成にあたっては、皆様の地域で暮らす認知症の人やその家族の声を聴き、関係者に協力を仰ぎながら進めていくことが重要です。

<優秀賞・特別賞の選出方法>

優秀賞

<p>1. 提出された認知症ケアパスのページ数別にA～Dの4つのカテゴリーに分類</p> <p><small>*ページ数によって、掲載情報の種類や詳細が異なると考えられるため</small></p> <p>A:29ページ以上 B:9～28ページ C:8ページ以下</p> <p>D:複数提出(例:本人編、家族編など)</p>																
<p>2. 確認項目(別紙)に沿って得点化 <small>*全国調査の回答をベースに得点化</small></p> <p>「①当事者視点」 「②地域で支える視点」 「③社会資源の整理」 「④内容の充実」</p> <p>「⑤利便性」 「⑥活用・評価」 「⑦わかりやすさ/デザイン」 「⑧機能性」</p>																
<p>3. 一次選考:確認項目のうち、以下の項目にて満点の自治体を選出</p> <p>A:「①当事者視点」の「I. 認知症とともに生きる人や家族から、意見収集やニーズの把握を行い反映しているか」:3点満点</p> <p>B:「②地域で支える視点」の「多職種で認知症ケアパスの作成・検討が行われているか」→ケアパス作成時の協力機関・者数を調査回答から積算:10点以上</p>																
<p>4. 二次選考:上記以外の確認項目に以下の基準点を設けて整理</p> <table border="1"> <tr> <td>①当事者視点</td> <td>6点</td> <td>⑤利便性</td> <td>6点</td> </tr> <tr> <td>②地域で支える視点</td> <td>6点</td> <td>⑥活用・評価</td> <td>3点</td> </tr> <tr> <td>③社会資源の整理</td> <td>6点</td> <td>⑦わかりやすさ/デザイン</td> <td>5点</td> </tr> <tr> <td>④内容の充実</td> <td>18点</td> <td>⑧機能性</td> <td>6点</td> </tr> </table> <p><small>*ただし、「④内容の充実」については、8ページ以下の自治体については基準点を15点とした。</small></p>	①当事者視点	6点	⑤利便性	6点	②地域で支える視点	6点	⑥活用・評価	3点	③社会資源の整理	6点	⑦わかりやすさ/デザイン	5点	④内容の充実	18点	⑧機能性	6点
①当事者視点	6点	⑤利便性	6点													
②地域で支える視点	6点	⑥活用・評価	3点													
③社会資源の整理	6点	⑦わかりやすさ/デザイン	5点													
④内容の充実	18点	⑧機能性	6点													
<p>5. 4の基準点が6つ以上達している自治体を優秀賞として選出</p>																

特別賞

<p>全国調査の回答にて、他自治体から「参考にした」と名前の挙がった自治体のうち、上位3市を特別賞に選出</p>
--

(別紙) 認知症ケアパスコンテスト 確認項目

大項目	評価項目
①当事者視点	I 認知症とともに生きる人や家族から、意見収集やニーズの把握を行い反映しているか
	II わかりやすい表現や言葉使い等の配慮が行われているか
	III 社会資源等を活用しながら地域で暮らしていく自分や家族の姿がイメージできそうか
②地域で支える視点(様々なステークホルダーの参加)	I 作成委員会や既存会議の活用等を通じ、作成・アップデートが行われているか
	II 多職種で認知症ケアパスの作成・検討が行われているか
③社会資源の整理	I 地域包括ケアの考えに基づく、予防、生活支援、介護、医療、住まいの5つの視点があるか
	II 地域の社会資源が体系的に整理され、その役割がわかりやすく説明しているか
④内容の充実	I 最新の情報となるよう適宜アップデートに努めているか
	II 本人の意向や意思決定支援等にかかる情報は掲載されているか
	III 認知症に関する基礎的な情報が掲載されているか
	IV 介護保険以外の情報が充実しているか (認知症サポーター、認知症カフェ、認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員、家族支援、経済的支援 等々)
	V 早期発見・早期対応の重要性や認知症の進行を緩やかにすると考えられている情報が掲載されているか
	VI 具体的な相談先や受診先に関する情報が掲載されているか
	VII 若年性認知症の本人のニーズにも応えられる内容となっているか
⑤利便性	I 様々な場所に配布されているか
	II ウェブサイトに掲載されているか
	III 手に取りやすい工夫がされているか
⑥活用・評価	I 認知症ケアパスを活用しているか
	II 認知症ケアパスの効果を測る方法・指標を設けているか
⑦わかりやすさ/デザイン	I 文字の大きさ、色使い、挿し絵、キャラクターの活用など工夫があるか
	II サービスの活用のイメージが湧きやすい内容となっているか
⑧機能性	I 相談につながる工夫があるか
	II 早期診断につながる工夫があるか

*上記のうち、橙色字は全国調査への回答を転記し、得点化。それ以外は認知症ケアパス本体を確認したほか、全国調査の自由記述における記載を元に得点化。

優秀賞

ページ数：29ページ以上

千葉県 柏市

福岡県 久留米市

長野県 小諸市

長崎県 諫早市

愛知県 豊橋市

長崎県 大村市

千葉県 柏市

人口規模	42.6万人	
高齢化率	25.7%	
アピールポイント	パスの内容を整理し、認知症対応ガイドブックと統合して、一冊で情報を整理・把握できるようにした。さらに巻末に介護者ノート機能をつけ、さらに情報を一本化、活用できるようにした。	
URL	https://www.city.kashiwa.lg.jp/chikihokatsu/kaigo/ninchisho/guidebook.html	※PDFコピー不可

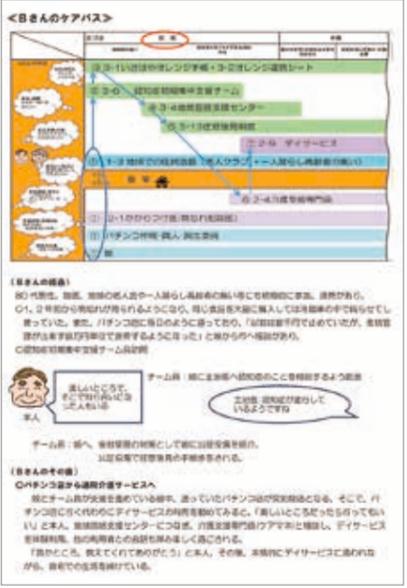
長野県 小諸市

人口規模	4.2万人	
高齢化率	32.2%	
アピールポイント	小諸市に暮らす認知症の方とご家族がケアパスを支援者と一緒に活用することで、住み慣れた地域で自分らしい生活が継続できる⇒『自分らしさの花を咲かせる』ことを目的に作成しました。	
URL	https://www.city.komoro.lg.jp/soshikikarasagasu/hokenfukushibu/koreifukushika/1/3/nintisyo/8667.html	

愛知県 豊橋市

人口規模	37.6万人	
高齢化率	25.4%	
アピールポイント	<p>認知症ではないかと不安な方、認知症と診断されて不安であろうご本人ご家族へ向けて作成しました。認知症当事者の直筆メッセージも盛り込み、手に取って頂きやすいよう「知って安心」というタイトルをつけました。</p>	
URL	https://www.city.toyohashi.lg.jp/41934.htm	

長崎県 諫早市

人口規模	13.6万人	
高齢化率	29.8%	
アピールポイント	<p>諫早市では市全域の「共通版認知症ケアパス」と地域ごとに住民同士の見守り、支援の状況や医療介護施設等の多少などに地域差があるため、「地域別認知症ケアパス」を項目を分けて作成し、一冊に盛り込んだ。</p>	
URL	https://www.city.isahaya.nagasaki.jp/post24/23332.html	

福岡県 久留米市

人口規模	30.5万人	
高齢化率	27.1%	
アピールポイント	<p>一人でも多くの皆さんが、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、また、認知症の人やその家族を支援する際の手引きとしても活用いただきたいと思い、作成しました。</p>	
URL	https://www.city.kurume.fukuoka.jp/1070kenkou/2030kourei/kaigo/3010kourei/2016-0706-1345-34.html	

長崎県 大村市

人口規模	9.7万人	
高齢化率	25.1%	
アピールポイント	<p>大村市版は市民だけでなく医療介護の専門職等も活用できる内容としています。認知症についてや認知症に関与する医療・介護の社会資源の他、警察の協力のもと免許返納等についてや民間サービス情報も掲載しています。</p>	
URL	https://www.city.omura.nagasaki.jp/choujuseisaku/kenko/fukushi/koresha/ninchisho/carepass.html	

優秀賞

ページ数：9～28ページ

秋田県 美郷町

東京都 板橋区

東京都 葛飾区

静岡県 沼津市

静岡県 御殿場市

静岡県 東伊豆町

愛知県 半田市

大阪府 豊中市

兵庫県 伊丹市

福岡県 大牟田市

福岡県 飯塚市

秋田県 美郷町

人口規模	1.9万人	
高齢化率	39.0%	
アピールポイント	<p>全年齢の利用を想定したので「見やすさ」「わかりやすさ」を優先しています。地域の人々で支え合う認知症支援について、町のキャラクターと手描きのイラストを用いて温かさと優しさが伝わるようデザインしました。</p>	
URL	(なし)	

東京都 板橋区

人口規模	57.3万人	
高齢化率	23.1%	
アピールポイント	<p>地域包括支援センターや関係機関と意見交換を行い作成したケアパスです。認知症を取り巻く様々な施策の変化や、サービス等の変更などに対応するため、毎年情報を更新しています。</p>	
URL	https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/ninchisho/ninchisho/1003763.html	

東京都 葛飾区

人口規模	46.5万人	
高齢化率	24.5%	
アピールポイント	<p>デザインや表現を工夫し、見やすさを重視しています。また、本人やその家族、医療、介護関係者にインタビューを行い、認知症に対するマイナスイメージを排除するよう心掛けました。</p>	
URL	https://www.city.katsushika.lg.jp/kurashi/1000052/1017409/1017378.html	

静岡県 御殿場市

人口規模	8.7万人	
高齢化率	24.9%	
アピールポイント	<p>毎年更新・作成しており、協議会にて内容を協議するとともに、隔年で関係機関等へアンケートをとり、最新の情報を掲載しています。今回新たに医療機関等への相談時に使用する「物忘れ相談シート」を追加しました。</p>	
URL	https://www.city.gotemba.lg.jp/kenkou/c-2/c-2-4/1292.html ※HPへは2021年3月現在のVol.6を掲載しています。	

静岡県 沼津市

人口規模	19.4万人	
高齢化率	31.3%	
アピールポイント	<p>「認知症になっても安心して暮らすことのできる街 沼津」をコンセプトに認知症の理解・相談窓口掲載の他、チームオレンジの活動を通じて集められた支援者達の声や思いまでもを形にした担当者渾身の一品です。</p>	
URL	https://www.city.numazu.shizuoka.jp/kurashi/fukushi/kaigo/supporter/doc/ninchisyoguide.pdf	

静岡県 東伊豆町

人口規模	1.2万人	
高齢化率	46.2%	
アピールポイント	<p>本人、家族の声を基に、当町の認知症支援に関係する職種で組織する「共に」「生きる」連絡会ニューサマーオレンジにて検討を重ね作成しました。前回のものに比べ実用的な物になっています。</p>	
URL	https://www.town.higashiizu.shizuoka.jp/bg/life/ent/2047.html	

愛知県 半田市

人口規模	11.9万人	
高齢化率	24.2%	
アピールポイント	<p>認知症の進行に伴う、症状の変化や本人・家族の思い、利用できるサービスなどを一連の流れとして、地元の高校生の協力を得て読みやすい漫画形式です。イラストを多く掲載する等市民向けに読みやすくまとめました。</p>	
URL	https://www.city.handa.lg.jp/kaigo/documents/carepath.html	

兵庫県 伊丹市

人口規模	19.8万人	
高齢化率	26.0%	
アピールポイント	<p>利用する人が理解しやすいように、認知症の症状、認知症の人への接し方、受診・サービス等掲載。名称を「認知症おたすけガイド」とし、イラストを多く使用し、カラー刷りの明るい雰囲気のものを作成した。</p>	
URL	http://www.city.itami.lg.jp/SOSIKI/KENKOFUKUSHI/KAIGO/sonotasabisu/1461658110147.html	

大阪府 豊中市

人口規模	40.9万人	<p>*PDFコピー不可</p>
高齢化率	25.7%	
アピールポイント	<p>認知症に関するあらゆる情報を1冊にまとめることにこだわりました。見やすさ、使いやすさを重視し、インデックスが見やすいようにA4仕上がり16頁(4p+6p+6p)、中トジ(ずらし)の仕様としています。</p>	
URL	https://www.city.toyonaka.osaka.jp/kenko/kaigo_hukushi/nijinetto/nijinetto2.files/otasukemappu201803.pdf	

福岡県 大牟田市

人口規模	11.2万人	
高齢化率	36.8%	
アピールポイント	<p>認知症のご本人や家族、支援者など様々な方に親しんでお読みいただけるよう工夫をして作成しました。診断後の生活に具体的なイメージが持てるよう、ご本人たちが人生を楽しんでいる写真や体験談を載せています。</p>	
URL	<p>(なし)</p>	

福岡県 飯塚市

人口規模	12.7万人	
高齢化率	31.6%	
アピールポイント	<p>認知症の人と接した市民の方が、「困ったな～?」「どう接したらいい?」「どこに相談したらいい?」と迷った時に、誰もが安心して見守り支えるための「道しるべ」となるようにとの思いを込めて、制作しました。</p>	
URL	https://www.city.iizuka.lg.jp/korehokatsu/nintisyo/carepass.html	

優秀賞

ページ数：8ページ以内

茨城県 日立市

三重県 松阪市

長野県 諏訪市

大阪府 交野市

長野県 駒ヶ根市

岡山県 高梁市

愛知県 東海市

香川県 観音寺市

茨城県 日立市

人口規模	17.7万人	
高齢化率	32.2%	
アピールポイント	<p>色使いを明るく、見出し等を目立たせることで相談先等の内容が一目で分かるようにした。また、チェックリストを表紙に掲載したり、認知症の進行に応じた家族の接し方を掲載し、市民目線での活用しやすさを重視した。</p>	
URL	https://www.city.hitachi.lg.jp/shimin/003/001/003/p081576.html	

長野県 駒ヶ根市

人口規模	3.2万人	
高齢化率	31.2%	
アピールポイント	<p>A3を折りたたんで配布する形で、気軽に読めるケアパスを目指した。「標準的な支援の流れ」以上に、</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.早期の相談・受診・支援が重要 2.まずは相談窓口のどこかに繋がってほしい…という部分に重点を置き作成した。 	
URL	https://www.city.komagane.nagano.jp/gyosei/kenko_fukushi/koreishashien_kaigo/koreishashien/ninchisyo/3767.html	

長野県 諏訪市

人口規模	4.8万人	
高齢化率	30.4%	
アピールポイント	<p>昨年より月一回認知症に関する4コマ漫画を新聞に掲載しており、ほっこりした画風のその漫画を使うことで市民の方にも「認知症の本人の思いを尊重すること」をわかりやすく伝えられる。</p>	
URL	http://www.lifedoor-suwa.jp/	

愛知県 東海市

人口規模	11.4万人	
高齢化率	22.2%	
アピールポイント	<p>多くの方に見ていただけるよう、A3を三つ折りにした手にとりやすいサイズにしました。症状の段階に合わせた相談先と連絡先を色分けし、わかりやすいようにしています。</p>	
URL	http://www.city.tokai.aichi.jp/13009.htm	

三重県 松阪市

人口規模	16.2万人	
高齢化率	29.6%	
アピールポイント	<p>認知症ケアパス作成にあたり医療・介護機関等の各関係機関、認知症介護家族等様々な方にご意見をいただき、一般市民の方にも活用していただけるようにわかりやすく表示をするなどの工夫をしています。</p>	
URL	https://www.city.matsusaka.mie.jp/uploaded/attachment/38911.pdf	

岡山県 高梁市

人口規模	2.9万人	
高齢化率	40.5%	
アピールポイント	<p>「もの忘れ？うまくつきあうための手引き」として、表紙に認知症のチェック表、相談方法、受診時のポイントを載せました。観音開きをあけると認知症の経過と対応が一覧で確認できるように工夫しました。</p>	
URL	https://www.city.takahashi.lg.jp/soshiki/20/takahasisininchishoucarepass.html	

大阪府 交野市

人口規模	7.7万人	<p>※PDFコピー不可</p>
高齢化率	27.0%	
アピールポイント	<p>色々な媒体、家族会や多職種等、様々な方から伺った意見等を反映させたことと、ケアパスの見やすさ等も考え作成しました。</p>	
URL	https://www.city.katano.osaka.jp/docs/2018052300014/	

香川県 観音寺市

人口規模	5.9万人	<p>※PDFコピー不可</p>
高齢化率	32.7%	
アピールポイント	<p>認知症ご本人の気持ち、家族の気持ち、多職種、認知症カフェ等市民ボランティアの気持ち、みんなの思いが詰まったケアパスです！市民の皆様からも相談時にとってもわかりやすいと大好評です。</p>	
URL	https://www.city.kanonji.kagawa.jp/soshiki/49/15978.html	

優秀賞

複数作成・提出

千葉県 松戸市
大阪府 守口市
岡山県 津山市

山口県 萩市
山口県 岩国市
長崎県 佐世保市

千葉県 松戸市

人口規模	49.9万人	
高齢化率	25.6%	
アピールポイント	R2年は認知症の人、家族に寄り添う支援を担うボランティア活動等の参加型支援、認知症早期発見支援、道に迷う高齢者に対する支援の3本柱で新資料を作成。認知症の人や家族、ボランティアの両方にとって見どころが満載。	
URL	https://www.city.matsudo.chiba.jp/matsudodeikiiki/mokuteki/ninchisho/keapasu.html	

大阪府 守口市

人口規模	14.3万人	
高齢化率	28.7%	
アピールポイント	多職種、家族会の方などの意見を反映させ、活動風景やイラストでイメージしやすく親しみを持ってもらえるよう心掛けています。また家族や事業所向けのガイドブック、高齢者にも見やすい簡易版を作成しています。	
URL	http://www.city.moriguchi.osaka.jp/kakukanoannai/kenkofukushibu/koreikaigoka/fukushi/1525242314665.html	

岡山県 津山市

人口規模	10.0万人	
高齢化率	30.6%	
アピールポイント	手に取った方が必要な情報にアクセスしやすいように見開きに具体的なガイドを記載。市民目線で分かりやすい表現を意識しました。津山市にある具体的な認知症支援に関する情報を網羅しています。	※PDFコピー不可
URL	https://www.city.tsuyama.lg.jp/life/index2.php?id=6600	

山口県 岩国市

人口規模	13.2万人	
高齢化率	35.3%	
アピールポイント	認知症疾患医療センターと圏域市町で「活用できるケアパス」を目標に協議し、「市民向けケアパス（主にアルツハイマー型認知症）」と「支援者用ケアパス（認知症の代表的な4疾患）」を作成した。	
URL	https://www.city.iwakuni.lg.jp/site/koureioken/13400.html	

山口県 萩市

人口規模	4.5万人	
高齢化率	43.7%	
アピールポイント	認知症ケアパスとその概要版を作成し、毎年テーマをかえてガイドブック（A3リーフレット）を全世帯に配布。これまでに本人編、家族支援編等を作成し、認知症の人を支える地域づくりのために活用している。	
URL	https://www.city.hagi.lg.jp/soshiki/37/h14019.html	

長崎県 佐世保市

人口規模	24.7万人	
高齢化率	31.8%	
アピールポイント	平成26年度より作成し、制度やサービスの創設・変更に伴い併せ、改訂しています。これまで約2万部を配布し、この認知症ケアパスを用いて、健康教育や個別の相談など対象者別にわかりやすく説明するよう心がけています。	
URL	https://www.city.sasebo.lg.jp/hokenhukusi/chojyu/keapasu.html	

特別賞

東京都 町田市
京都市
仙台市

東京都 町田市

人口規模	42.9万人	高齢化率	27.1%
アピールポイント	認知機能と生活機能をタイプ分けし、利用できるサービスをイラストや漫画を用いて紹介。医療関係者や介護専門職も活用できる充実した内容で、認知症当事者と作った、認知症にやさしいまちの目指すべき姿の文章も掲載しています。		
URL	https://www.city.machida.tokyo.jp/iryu/old/shiminnokatae/ninchishojoho/shitte.html		

8 タイプ別早わかり表

～認知機能低下と生活機能低下のタイプ別による生活上のポイント～

分類	症状	生活上のポイント
① 認知機能低下が顕著なタイプ	<ul style="list-style-type: none"> ● 物忘れがひどい ● 物や場所、名前、顔の覚えがなくなる ● 日常生活が支障をきたす 	<ul style="list-style-type: none"> ① 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ② 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ③ 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。
② 認知機能低下が軽微なタイプ	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知機能低下が軽微 ● 日常生活に支障をきたさない 	<ul style="list-style-type: none"> ① 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ② 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ③ 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。
③ 認知機能低下が顕著なタイプ	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知機能低下が顕著 ● 日常生活に支障をきたす 	<ul style="list-style-type: none"> ① 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ② 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ③ 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。
④ 認知機能低下が軽微なタイプ	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知機能低下が軽微 ● 日常生活に支障をきたさない 	<ul style="list-style-type: none"> ① 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ② 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。 ③ 認知症ケアセンターへ相談し、適切なサービスを受けよう。

コラム 認知症当事者とつづいた 16のまちだアイステートメント

町田市では、認知症にやさしいまちの目標の共有を目的に、認知症当事者とその家族をはじめ、医療福祉関係者、行政、民間企業、NPO、研究者など幅広いメンバーで、「16のまちだアイステートメント(文章)」を策定しました。

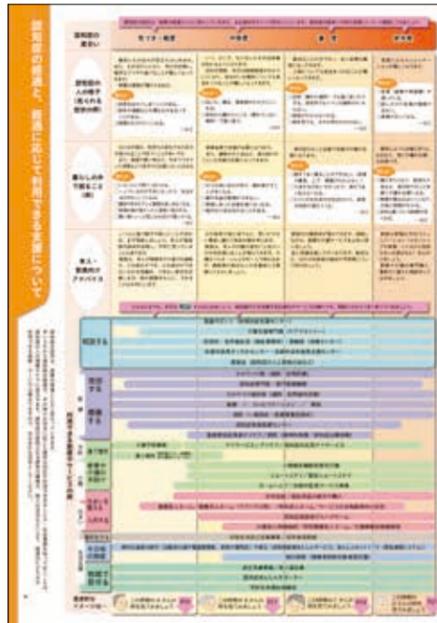
通常、目標は、「認知症サポーター養成講座を50か所で開催する」といったアウトプットで設定されることが多いですが、「アイステートメント」は、当事者の視点を重視し「認知症となった」私は、地域で仕事や役割をもって暮らすことができる」といった形とし、取り組みをした結果、認知症の人の状態や暮らしがどのようになるのかといったアウトカムで表現しています。このアイステートメントを活用し、立場の異なる人たちが対話を進め、すでにやっている取り組みの点検や、まだ取り組めていない領域について検討していきます。

※16のまちだアイステートメントをまとめたコンセプトブック(本人たちが作る認知症フレンドリーまちだ)。

※詳細はまちだマップ(裏表紙参照)をご覧ください。

京都市

人口規模	145.8万人	高齢化率	28.2%
アピールポイント	初版の認知症ケアパスは、「専門職が認知症の人や家族の相談対応で利用しやすいツール」というコンセプトで作成したものです。		
URL	-		



※多くの自治体に参考にしていただいた旧バージョンの認知症ケアパスです。

京都市では、令和3年2月、認知症ケアパスの改訂を行いました。

認知症に漠然と不安を持っている全ての方に、「認知症になっても希望を持って生きていける」ことをお伝えし、「認知症とともに自分らしく暮らし続ける」ための手引きになればと考え、作成しました。

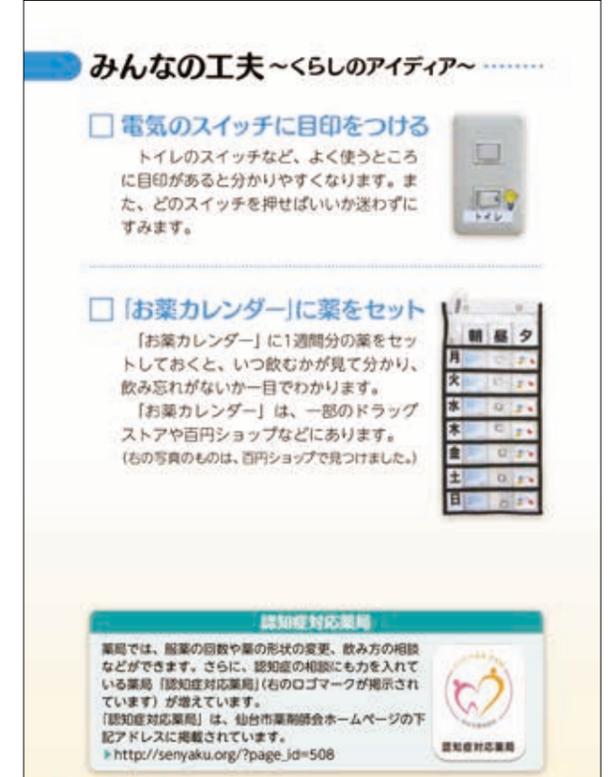
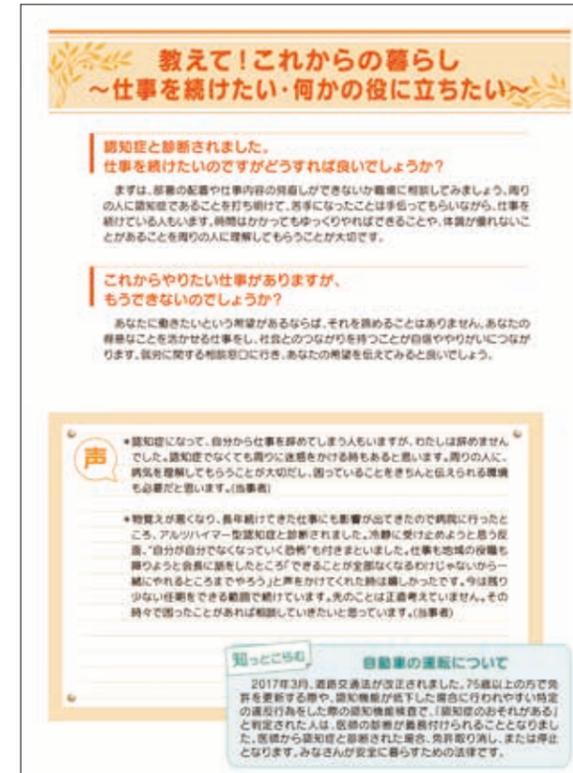
改訂版のケアパスでは、これまで好評であった内容(とりわけ「認知症の経過」及び「経過に応じて利用できる制度・サービスの例」)を活かしつつ、「気づき・つながり・ともに生きる」をコンセプトに認知症の本人・家族の視点や声を更に重視するとともに、表裏表紙には若年性認知症の当事者ご本人による写真・文を、また冊子の随所に認知症の本人・家族からのメッセージを掲載しています。

URLより、デジタル冊子をぜひご覧ください。

→<https://www.city.kyoto.lg.jp/digitalbook/page/0000001266.html>

仙台市

人口規模	106.1万人	高齢化率	24.8%
アピールポイント	認知症の本人・家族だけでなく、多くの方に向けた「全市版ケアパス」と、特に認知症と診断されて間もない方に向けた「個人版ケアパス」を作成しています。どちらも本人・家族と一緒に作成しました。		
URL	http://www.city.sendai.jp/kaigo-suishin/kurashi/kenkotofukushi/korenokata/ninchisho/shiryo/carepasu.html		



認知症ケアパスの作成と活用の促進に関する調査研究 検討委員会・ワーキング委員会

地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター	認知症未来社会創造センター センター長	栗田 圭一
公益財団法人 日本医師会	常任理事	江澤 和彦
公益社団法人 日本看護協会	専務理事	勝又 浜子
公益社団法人 認知症の人と家族の会	代表理事	鈴木 森夫
一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ		丹野 智文
一般社団法人 日本介護支援専門員協会	副会長	濱田 和則
諫早市役所健康福祉部健康福祉センター	参事補兼主任	岩本 節子
町田市保健所健康推進課	担当課長兼健康推進係長	古川 歌子
豊田市福祉部高齢福祉課	担当長	本田 由香
国立長寿医療研究センター	病院長	鷲見 幸彦

【事務局】

国立長寿医療研究センター	企画戦略局長	松原 徳和
国立長寿医療研究センター	企画戦略局リサーチコーディネーター	進藤 由美
国立長寿医療研究センター	企画戦略局 研究補助	山本 亜希子
国立長寿医療研究センター	企画戦略局 研究補助	平川 文乃
国立長寿医療研究センター	企画戦略局 研究補助	伊藤 恵子

【オブザーバー】

厚生労働省老健局認知症施策・地域介護推進課

令和2年度厚生労働省老人保健健康増進等事業
認知症ケアパスの作成と活用の促進に関する調査研究

2021 (令和3) 年3月

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター

〒474-8511 愛知県大府市森岡町七丁目430番地
TEL: 0562-46-2311 (内: 2698) / FAX: 0562-87-3685
<http://www.ncgg.go.jp>



認知症ケアパス 作成と活用の手引き

認知症ケアパスの作成と活用の促進に関する調査研究
検討委員会・ワーキング委員会
(国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター)

認知症ケアパス作成プロジェクトの流れ

令和6年5月16日	第1回全体会議	事業目的の共有・方向性の確認
-----------	---------	----------------

↓

令和6年5月 日	第1回コア会議	ケアパスに掲載する項目の検討
----------	---------	----------------

↓

認知症ケアパス素案作成

↓

令和6年7月 日	第2回コア会議	素案の修正点・追加項目の検討
----------	---------	----------------

↓

認知症ケアパス素案修正

※認知症ケアパスのプレテスト使用・アンケート

(委員の皆さまに、同僚、友人、家族、利用者等に試験的に試していただく)

↓

令和6年9月 日	第3回コア会議	デザインも含め最終検討
----------	---------	-------------

↓

令和6年10月 日	第2回全体会議	ケアパスの最終確認、今後の予定
-----------	---------	-----------------

認知症ケアパスの最終調整(第1版完成)

↓

(令和6年11月)広報きりゅう・広報みどり・マスコミで周知／ホームページへの掲載

(同時にフォーラムの周知も行う)

(令和6年11月)桐生市医師会例会での配布及び行政からの主旨説明

医療機関、居宅介護支援所、地域包括支援センター等関係機関へ配布(郵送)

↓

(令和6年12月)桐生・みどり地区認知症フォーラムの開催(仮)

随時メールにて情報共有・意見交換

認知症ケアパス項目(案)

I 認知症の知識

- 認知症の特徴(類型)
- 認知症ともの忘れの違い➡前橋市認知症ケアパス参照

II 予防に関すること

- 運動、食生活、交流の大切さ➡水戸市認知症ケアパス参照

III 認知症の方への接し方

- 周囲の人が心がけること➡千代田区認知症ケアパス参照
- 具体的な接し方➡水戸市認知症ケアパス参照

IV チェックシートなど

- チェックシート エビデンス、本人も活用できるもの
- フローチャート➡松戸市認知症ケアパス参照

V 受診の必要性・重要性

- 早期受診のメリット
- 受診時のポイント➡前橋市認知症ケアパス参照

VI 認知症ケアパス

- 見開きで作成 シンプルかつ見やすく、単語は市民が理解できるもの

VII 相談窓口・社会資源

- 桐生市・みどり市地域包括支援センター
- 行政(桐生市・みどり市)
- 認知症疾患医療センター
- その他

12の変化を見逃さない!

忙しいときや落ち込んでいるときにも、同様の症状が出る場合があります。認知症かどうかの判断のポイントはこれまでと比べて、①回数が増えているか、②程度がひどくなっているか、③症状が複合的に出ているかです。変化を見逃さずに、「おかしいな?」と感じたら医師の診断を受けましょう。

1 探し物が増えた

財布や鍵などの置き場所を忘れ、探すことが多くなった。

2 「あれ、なんだっけ?」が増えた

5分前の話が思い出せない、今したいと思っていたことを忘れる。

3 単語が出てこない

言葉がすぐに出てこなくて、話に「あれ」「これ」が多くなった。

4 同じ話が多くなる

最近、まわりから「いつも同じことを聞く」と言われる。



5 言い訳が多くなった

失敗が多くなり、言い訳をするようになった。



6 怒りっぽくなる

温厚な性格だったのに、怒りっぽくなってきた。



7 外出を嫌がる

人づき合いを避けたり、外出をおっくうがるようになった。



8 関心がなくなる

続けてきた趣味にも関心がなくなり、なげやりになってきた。



9 落ち込みがちになった

とくに理由が見当たらないのに、気分がふさぐようになった。



10 だらしがなくなる

着る物に無頓着になり、どことなくだらしが無い。

11 家にある物も買う

必要がないのに同じ物を買ってくるが増えた。

12 日にちが出てこない

今日の日付と曜日がすぐに出てこないことがある。

出典:「家族と病院と地域で支える 家族のための認知症Q&A」
新井平伊 監修(つちや書店)より一部改変

2 認知症の気づきチェックリスト (介護者記入用)

認知症初期症状 11 質問票

最近1か月の状態について、日々の生活の様子から判断して、あてはまるものに○を付けてください。(ただし、原因が痛みなど身体にあるものは除きます。)

①	同じことを何回も話したり、尋ねたりする	
②	出来事の前後関係がわからなくなった	
③	服装など身の回りに無頓着になった	
④	水道栓やドアを閉め忘れてたり、後かたづけがきちんとできなくなった	
⑤	同時に二つの作業を行うと、一つを忘れる	
⑥	薬を管理してきちんと内服することができなくなった	
⑦	以前はてきばきできた家事や作業に手間取るようになった	
⑧	計画を立てられなくなった	
⑨	複雑な話を理解できない	
⑩	興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などを止めてしまった	
⑪	前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなった	
認知症初期症状 11 質問票 合計項目数「1 項目 1 点」		

次の2項目も、あてはまるものに○をつけてください。

被害妄想 (お金を取られる) がありますか	
幻視 (ないものが見える) がありますか	

認知症初期症状 11 質問票 マニュアル

- 目的 : 認知症早期発見のためのスクリーニングです。
当質問紙は、認知症の診察の必要性の目安として用います。
- 記入 : 介護者などが、対象者の最近1か月の状態について、日々の生活の様子から判断して、あてはまるものに○を付けます。
(ただし、原因が痛みなど身体にあるものは除きます。)
記入は、同居のかたなど、対象者の生活状況を良く知っているかたにお願いします。認知症を発症すると、病識が低下するので、本人が記入したものではありません。

判断基準: 医療機関では、3点以上で認知症を強く疑います。地域での認知症スクリーニングでは4点以上で受診を勧めます。点数が高いから直ちに認知症ということではありません。なお、被害妄想などの妄想や、幻視・幻聴がある場合には、点数にかかわらず、受診・精査を勧めます。

6 家族がつくった認知症早期発見の目安 (公益社団法人 認知症の人と家族の会)

下記は認知症の症状やその特徴を記載しています。認知症は早めの対応が、進行を遅らせたり、症状を軽減したりすることにつながります。医学的な診断基準ではありませんので、該当する項目がある場合は、かかりつけ医や地域包括支援センター(P.19)などに相談しましょう。

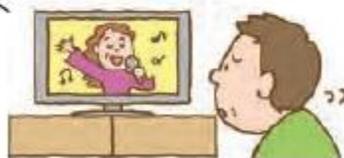
もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった



時間・場所が分からない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある



人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた



不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる



このチェックリストはご本人だけでなく、ご家族など周囲の方にもチェックしていただくことが大切です。ご本人に認識がなくとも、認知症の場合は周囲の人が日常の変化に気づいている場合が多くあります。

“認知症支援のてびき”

もしかしたら

認知症？

かな

～今、認知症は身近な病気です～

認知症は単なる老化現象ではありません！

やってみましょう！

認知症は誰にでも起こる病気です。

気軽にできる「認知症の気づきチェックリスト」

◆あてはまる項目に✓をしてください。

<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、ガス栓の締め忘れ、 火の用心ができなくなった。
<input type="checkbox"/> ⑤ だらしなくなった。	<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 夜中に急に起きだして騒いだ。
<input type="checkbox"/> ⑦ 時間や場所の感覚が不確かになった。	

国立長寿医療センター 内科総合診療部 部長 遠藤英俊氏 作成

◆3項目以上ある場合は、認知症が疑われ、さらに詳しい検査が望ましい状態だと考えられます。
かかりつけ医に相談してみましょう。

認知症について正しく理解し、早期に適切な支援を受けられることで、認知症になっても
住み慣れた地域で安心して暮らしていけます。

認知症について詳しく知りたい方は [堺市認知症](#) [検索](#)



大阪府堺市

「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」 をやってみましょう！

「ひょっとして認知症かな？」と気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。ご家族や身近な方がチェックすることもできます。

最もあてはまるところに○をつけてください

チェック①	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか 	1点	2点	3点	4点
5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか 	1点	2点	3点	4点
周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか 	1点	2点	3点	4点
今日が何月何日かわからないことがありますか 	1点	2点	3点	4点
言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか 	1点	2点	3点	4点
貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか 	1点	2点	3点	4点
一人で買い物に行けますか 	1点	2点	3点	4点
バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか 	1点	2点	3点	4点
自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか 	1点	2点	3点	4点
電話番号を調べて、電話をかけることができますか 	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、①から⑩までの合計を計算 ➡ 合計点 点

20点以上の場合、**認知機能や社会生活に支障が
でている可能性があります。**

裏表紙で紹介しているお近くの高齢者総合相談センターに、相談してみましょう。

出典：東京都福祉保健局高齢社会対策部 在宅支援課「知って安心 認知症」(令和3年11月発行)
※印刷転載禁止

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で
医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断
には医療機関での受診が必要です。
※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性が
あります。



東京都新宿区

認知症ケアパスとは・・・

認知症になっても自分らしく生きていくために、認知症の進行や状態に合わせて相談先やサービスをまとめたものです。



認知症ってどんな病気？

認知症は、脳の細胞が死んでしまったり働きが悪くなったりすることで、生活する上で支障が出てくる状態のことをいいます。誰にでも起こりうる「脳の病気」です。

認知症の症状

「中核症状」と「行動・心理症状 (BPSD)」に分けられます。

中核症状

- 脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状
- ・ものごとを思い出せない、覚えられない
 - ・時間や場所がわからなくなる
 - ・判断力、理解力、思考力などが低下する

性格
素質

環境
心理状態

行動・心理症状

- 本人の性格や生活環境・人間関係によって起こる症状
- 不安 うつ状態 幻覚
 - 妄想 徘徊 興奮・暴力
 - 不潔行為 他



もの忘れの違い

加齢によるもの忘れ

- もの忘れの自覚がある
- 目の前の人の名前が思い出せない
- 何を食べたか思い出せない
- 曜日や日付を間違えることがある

認知症によるもの忘れ

- もの忘れの自覚がない
- 目の前の人が誰だかわからない
- 食べたことじたいを忘れている
- 月や季節を間違えることがある

認知症簡易チェック…3種

もの忘れ？認知症？と思った時に簡単に確認ができる『認知症簡易チェックサイト』を市のホームページに開設しています。

- ①これって認知症？…20問
- ②わたしも認知症？…10問
- ③運動機能は？…14問



スマートフォン内蔵2次元コード



認知症は早期発見が大切です

- 認知症の原因となる病気は様々ですが、治療により進行を遅らせたり回復する認知症もあります。
- 症状が軽いうちから本人や家族が認知症の理解を深め、利用できる制度やサービス等について調べておく事は、今後の生活に必要な

認知症の相談窓口

○認知症かもしれない。



○認知症について知りたい。予防したい。
○認知症の家族や知人のことで相談したい。



かかりつけ医



連携

地域包括支援センター



主任ケアマネジャー



保健師・看護師



社会福祉士

連携

連携

○認知症疾患医療センター

認知症の専門相談や診断、救急対応などを行う。



○専門医医療機関

認知症の診断や治療・生活指導などを行う専門外来

・神経内科 ・脳神経外科 ・精神科 ・心療内科 など



認知症を予防できる街♥まつど

認知症になっても安心して暮らせる街♥まつど

松戸市認知症ガイドブック

もの忘れ・認知症相談窓口マップ版

認知症は誰でもなる可能性のある身近な病気です。
自分のこと、家族、知人のことで、心配や困りごとがありましたら
ひとりで抱えずに早めに専門機関へ相談しましょう。



認知症を早期に発見し、必要な治療や相談、サービスを受けることによって、症状や進行をゆるやかにすることが可能な場合があります。それは安心して生活できることや、将来に備えることにつながります。



認知症の相談窓口

もの忘れが増えてきた……認知症かもしれない

医療機関を受診したい
医師に診てもらいたい
必要な検査や治療を受けたい

相談したい
認知症予防について知りたい
制度・サービスについて知りたい
家族や知人のことで相談したい

かかりつけ医がいる

かかりつけ医がない

●**かかりつけ医**に相談する
病気の経過や生活環境等を知ったうえで、認知症についての診療相談を行います。必要に応じて、専門医療機関への紹介をします。

●**高齢者いきいき安心センター** (P1参照)
(地域包括支援センター)
●**松戸市役所地域包括ケア推進課**
●**ケアマネジャー** に相談する

互いに連携し、治療や介護に関する情報共有や支援を行う

- 専門医療機関** (P5参照)
専門外来(もの忘れ外来・精神科・神経内科など)のある機関です。
- 認知症サポート医** (P2、4参照)
認知症の診療に習熟し、かかりつけ医への助言や支援を行い、専門医療機関や市町村等との連携を行う医師です。
- 認知症疾患医療センター** (P5参照)
認知症の専門医療相談ができる機関です。

★受診を希望する場合は、**まずはかかりつけ医へ相談**しましょう。

★かかりつけ医がない場合やどこへ受診したらよいかわからない場合は、**高齢者いきいき安心センター**や担当の**ケアマネジャー**へご相談ください。

★主な認知症の相談機関については、**中面**をご覧ください。

千葉県松戸市

認知症ガイドブック

桐生市認知症ケアパス

認知症ケアパスとは…

認知症の状態や進行の程度に応じた対処(ケア)を、いつ、どこで、どのようなサービスを受ければよいのか等、その道筋(パス)をわかりやすく示したものです。



キノピー

認知症とは……………	1
認知症になるとどのように感じるの? ……	2
早期発見・治療が大切なわけ……………	3
もの忘れ相談票……………	4
認知症の経過と、経過に応じて利用できる支援の一覧表(認知症ケアパス) ……	5
相談窓口……………	6・7



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(記憶する、時・場所・人などを認識する、計算するなどの機能)が低下し、長期(およそ6か月以上)にわたり生活に支障が出ている状態を指します。

中核症状	具体例
記憶障害 	新しいことが覚えられない、出来事を忘れる、同じものを何度も買ってしまう
見当識障害	時間や場所がわからない、近所で道に迷う、目の前の人が誰なのか分からなくなる
理解・判断力の障害	考えるスピードが遅くなる、銀行のATMなどが使えない
実行機能障害	段取りが立てられない、言葉がうまく使えない 

若年性認知症・・・認知症は一般に高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症したものを「若年(性)認知症」と呼びます。この年代は、働き盛りであることが多く、仕事への影響、若い配偶者や子どもがいる場合の介護負担や心理的影響も大きくなる可能性があります。

若年性認知症コールセンター(電話)0800-100-2707

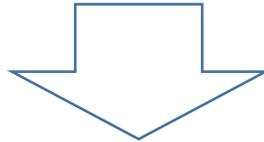
10:00～15:00 月～土曜日(年末年始・祝日除く)の相談窓口があります。



認知症になると どのように感じるの？

認知症の人の気持ち

- * わからないことへの不安を感じている
- * いつも、いつも怒られている
- * 自分が言うことを信じてもらえない
- * 自分でも何かおかしいことはわかっている
- * 色々とできないけれども認めたくない



まずは、コミュニケーションを深め関係を築くことが大切です。

- * 本人の気持ちを理解して接しましょう
(見守る、余裕をもって対応しましょう。)
- * 本人の尊厳を大事にして、出来ることを生かしながら
お手伝いしましょう
(相手の言葉に耳を傾けてゆっくりと聴きましょう。)
(相手に目線を合わせてやさしい口調で話しましょう。)





早期発見と治療の大切なわけ

認知症の早期発見・診断・治療は、他の病気と同じようにとても重要です。

●準備ができる

早期の診断を受け、症状が軽いうちに本人や家族が病気と向き合い話し合うことで、介護サービスの利用や治療を受ける場合の希望の確認など、将来の生活に備えることができます。少しでも心配があればまず相談が必要か**次ページの「もの忘れ相談票」**を利用してみましょう。

物忘れ相談票：身近なかかりつけ医師に相談するときに記入することで、伝えたい内容を整理するのに役立ちます。

●治療ができる

認知症の原因となる病気には、早めに治療すれば改善が可能なものもあります。早めに受診をして原因となっている病気の診断を受けることが大切です。

●遅らせることができる

原因となる病気によって、治療方法が異なります。適切な治療を受けることによって、進行を遅らせることができる場合もあります。



もの忘れ相談票

記入日： 年 月 日

(フリガナ) 対象者氏名	生年月日	(歳)	性別	男・女
住所	電話番号			
世帯状況	<input type="checkbox"/> 一人暮らし <input type="checkbox"/> 高齢者世帯 <input type="checkbox"/> その他()			
記入者	<input type="checkbox"/> 家族:続柄() <input type="checkbox"/> 相談機関:施設名()		<input type="checkbox"/> 支援者:関係()	
	(フリガナ) 氏名	連絡先		

●御家族・相談機関・介護関係者が記入してください。

1 最近1か月の状態について当てはまるところに○をつけてください。

()	同じことを何回も話したり、尋ねたりする。
()	置き忘れやしまい忘れがある。
()	出来事の前後がわからなくなった。
()	服装など身の回りに無頓着になった。
()	水道栓やドアを閉め忘れたり、後片付けがきちんとできなくなった。
()	同時に二つの作業を行うと、一つを忘れる。
()	薬を管理してきちんと内服することができなくなった。
()	以前はてきぱきできた家事や作業に手間取るようになった。
()	計画を立てられなくなった。(例:遊びに行く、何かを作るなどの段取りができなくなった)
()	複雑な話を理解できない。
()	興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などを止めてしまった。
()	前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなった。
()	大切なものを盗まれたと言う。

2 その他の症状や困っていることがあれば、具体的にお書きください。

3 上記の症状が出始めた時、または「今までと違う」と思ったのはいつごろですか？

年 月頃

病歴	無 ・ 有 (病名:)
治療	無 ・ 有 (薬名:)

4 家族の疲労度はどのくらいか、あてはまるところに○をつけてください。

1	2	3	4	5
かなり疲れている	やや疲れている	普通	あまり疲れていない	疲れていない

見方：右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態です

	正常な状態	認知症の疑い	認知症は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・介護が必要	常に介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> *体調管理や介護予防に努めましょう！ *かかりつけ医を決めておきましょう！ 	<ul style="list-style-type: none"> *薬の飲み忘れ、鍋焦がし等あるが、金銭管理や買い物等を含め日常生活は自立している。 	<ul style="list-style-type: none"> *薬の飲み忘れ、鍋焦がし等の頻度が増え、買い物や金銭管理にもミスが生じ始めるが、日常生活は、ほぼ自立。 	<ul style="list-style-type: none"> *日付や曜日が分からない。 *食べたことを忘れてしまう。 *徘徊、妄想、興奮などが生じ、電話や訪問者への対応が一人では難しい。 	<ul style="list-style-type: none"> *妄想が多い、すぐ興奮する、また、着替え、食事、トイレ等がうまくできない。 	<ul style="list-style-type: none"> *ほぼ寝たきり、意思疎通困難。 *家族や身近な人のことがわからない。 *身の回りのことがほとんどできない。
予防	一般介護予防事業、長寿センター地域のサロン活動					
	高齢者介護サポーター					
相談	地域包括支援センター、民生委員児童委員					
	居宅介護支援事業所、認知症コールセンター、認知症カフェ					
	認知症疾患医療センター（岸病院内）					
医療	認知症初期集中支援チーム（桐生メディカルセンター内）					
	医療機関（病院・診療所等）					
介護	介護保険による各種のサービス、訪問介護、通所介護、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護・療養介護、小規模多機能型居宅介護 など					
	介護予防・生活支援サービス（訪問型・通所型サービス他）					
生活支援	認知症サポーターの養成、介護予防サポーターの養成					
	認知症等高齢者見守りSOSネットワーク					
	徘徊高齢者探索システム助成事業・福祉用具貸与、高齢者支援家庭ごみ個別収集事業、「食」の自立支援事業					
	任意後見制度			在宅ねたきり高齢者紙おむつ等支給事業		
	成年後見制度（法定後見制度）					
	日常生活自立支援事業					
住まい	高齢者日常生活用具給付等事業、緊急通報装置の貸与、福祉用具貸与・特定福祉用具販売					
	住宅改修、高齢者住宅改造・補修費補助事業					
	介護用車両購入費補助事業					
	有料老人ホーム・サービス付き高齢者向け住宅					
	認知症対応型共同生活介護（グループホーム）					
	介護老人保健施設（要介護1～5） 特別養護老人ホーム（要介護3～5）					



身近な相談窓口

認知症について相談したい、介護保険サービスを利用したい

【地域包括支援センター】《桐生市の委託事業》

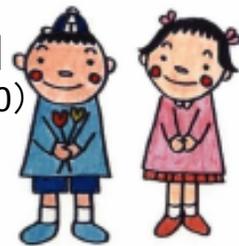
高齢者の介護や福祉の総合相談窓口です。
まずは地域包括支援センターにご相談ください。

センター名	担当地区	電話番号
山育会	1区（本町1丁目～3丁目・横山町）、2区（本町4丁目～6丁目）、9区（永楽町・小曾根町・宮本町）、10区（東久方町・西久方町・天神町・平井町）、14区（梅田町）	46-6066
社協	3区（稻荷町・錦町・織姫町・美原町・清瀬町）、4区（新宿・三吉町・小梅町・琴平町）、5区（浜松町）、8区（末広町・宮前町・堤町・巴町・元宿町）	46-4411
菱風園	6区（仲町・川岸町・泉町・東町・高砂町・旭町）、7区（東）、17区（菱町）	32-3321
ユートピア広沢	11区（境野町）、13区（広沢町4丁目～7丁目・広沢町間ノ島）	53-1114
思いやり	16区（川内町）	32-5889
思いやり黒保根	22区（黒保根町）	46-8847
にいさと	19区・20区・21区（新里町）	74-3032
のぞみの苑	15区（相生町2丁目～5丁目）	54-9537
神明	12区（広沢1丁目～3丁目・桜木町一部）、18区（相生町1丁目・相生町2丁目一部・桜木町一部）	32-3162



【在宅医療介護連携センターきりゅう(認知症初期集中支援チーム)】 《桐生市の委託事業》 電話 0277-32-5222(月～金 9:00～17:30)

認知症サポート医と医療・介護の専門職(看護師、社会福祉士等)が認知症の方(または疑いがある方)の初期支援を行います。
まずは、上記の地域包括支援センターにご相談ください。



＜イメージキャラクター＞
つなぐ君とつなぐちゃん

* 上記のほか、介護保険のサービスを利用している人は、担当ケアマネジャーにご相談ください。

専門医や医療機関について知りたい

【かかりつけ医】

気になることをまとめておきましょう！

どんな変化が何時ごろあらわれたか
具体的に困っている症状は何か
既往歴
服薬の状況 など

4ページ もの忘れ相談票をご活用ください

【桐生市役所 健康長寿課 新里支所 黒保根支所】

介護保険や高齢者福祉に関する相談等を行います。

桐生市役所健康長寿課	電話 0277-46-1111
新里支所市民生活課	電話 0277-74-2904
黒保根支所市民生活課	電話 0277-96-2112

【認知症の人と家族の会 群馬県支部】

認知症の人と家族のための電話相談

群馬県社会福祉総合センター(月～金 10:00～15:00)

電話 027-289-2740

消費者被害の相談がしたい

【消費生活センター】

桐生市末広町13番地の4 桐生保健福祉会館4階(桐生駅北口)

電話 0277-40-1112(月～金 9:00～16:00)

認知症の人、家族、誰でも集えるカフェ（認知症カフェ）

カフェ登録事業をH28年10月からスタートしました。開催場所については、桐生市ホームページをご覧ください。

千代田区

認知症 ガイドブック

認知症
ケアパス



千代田区

このページを開かれた方へ

「認知症ケアパス」とは、認知症の状態に合わせて、いつ・どこで・どのようなサービスを利用できるのか、支援情報をまとめたものです。

千代田区は、認知症であっても、なくても、一人ひとりが住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる「認知症にやさしいまち千代田」を目指し、皆さまと共に歩んでいきます。



「認知症と共に生きる」ということ

このガイドブックは、認知症の本人や家族の視点を取り入れることで、認知症になったときの不安を少しでも和らげたいという思いから作成しました。

認知症の診断を受けた方、認知症に対して心配がある方、いつか訪れるかもしれない将来のため、たくさんの方に活用していただけたらうれしいです。

千代田区では、このガイドブックとあわせて、認知症の本人や家族、支援者と共に作成した別冊パンフレット『いまのわたしで生きていく』を配布しています。

認知症になっても、いまの自分を受け入れ、自分らしく生きる。

いまのわたしで生きている皆さまの声を、ぜひお聞きください。



WEBサイトでも
閲覧できます



認知症の本人から、皆さまへ

わたしは自分が認知症になり、できないことも増えましたが、できることもたくさんあることに気がつきました。認知症になっても、楽しみや張り合いのある暮らしを送ることができます。わたしは57歳になって絵をはじめ、62歳からピアノを習いました。できなくなることも多いですが、自分は自分です。認知症になったからこそ、他人の目を気にせず、他人と比較することなく自分の好きなことに時間を使います。

人間の価値は、「これができる」「あれができる」という有用性で決定されるものではありません。何ができなくとも尊い存在です。多くの人に助けられて、ここまでこられたことに感謝します。わたしはこれからも認知症のひとりとして、このように考えて生きていくことを広く社会に訴えていきたいと思っています。

そして、お伝えしたいことは次の3点です。

- 1 認知症になっても、不便であるが不幸ではない
- 2 失った機能を数えたり嘆いたりするのではなく、残された機能に感謝して自分の能力を信じて生きる
- 3 試練には、必ず脱出の道があると信じて希望を持って生きる

日本認知症本人ワーキンググループ理事
佐藤雅彦さん



認知症かな…? と思った日から

認知症 かもしれない

少しの工夫と周りのサポートで
自分らしくいきいきと

1 認知症本人の症状と、
周囲の人が心がけること

2 つどいの場、交流の場

 はあとサロン・ふれあいサロン

3 はじめて
相談したいときに

 高齢者あんしんセンター(麴町・神田)
 かがやきプラザ相談センター(麴町・神田)

4 認知症への備えと診断

 認知症予防・介護予防事業
 認知症初期集中支援チーム
 かかりつけ医
 認知症サポート医
 九段坂病院(認知症予防外来)

5 知っているようで
知らない? 認知症のこと

 かがやきプラザ研修センター  千代田保健所

6 いろいろ使える!
千代田区のサービス

 ふたばサービス
 ふれあい収集
 高齢者食事支援サービス
 自動通話録音機
 救急通報システム
 救急医療情報キット

7 安全・権利・財産、
大切なものを守りたいときに

 消費生活相談
 福祉サービス利用支援
 成年後見制度(任意後見・法定後見)

8 自宅での生活が
難しくなったら

認知症支援サービスマップ

介護が必要になったら

積極的に外へ出て
楽しみや張り合いを持って過ごす

住み慣れたこの地域で
最期まで暮らし続けたい

-  認知症カフェ
-  実桜の会（認知症本人ミーティング）
-  公益社団法人 認知症の人と家族の会

-  三井記念病院（認知症疾患医療センター）
-  順天堂医院（認知症疾患医療センター）

-  東京都若年性認知症総合支援センター
-  特定非営利活動法人 若年認知症サポートセンター

-  定期巡回・随時対応型訪問介護看護
-  訪問介護
-  認知症対応型通所介護
-  小規模多機能型居宅介護
-  デイサービス
-  訪問リハビリテーション
-  通所リハビリテーション
-  訪問看護
-  ショートステイ
-  居宅療養管理指導
-  福祉用具の貸与・購入

-  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
-  介護医療院
-  有料老人ホーム

ページ
▼

5
6

7

8

9
10

11
14

15

16

16

17
18

1 認知症本人の症状と、 周囲の人が心がけること



あの人の名前が
思い出せない…
歳のせいかな？

通帳はどこ？
ちゃんとしまった
はずだけど…



今日は燃えるゴミの日
だったはずなのに…
今日は火曜日
じゃないの？

記憶力の衰え

が見られるようになります

自分が今までと違うことに気づき、「なん
だかおかしい」と感じる場合があります

時間や曜日の 見間違いがあります

「この先どうになってしまうだろう」「家
族に迷惑をかけているのでは…」と、
不安を感じるようになります

本人の気持ちを大切に、寄り添うことを心がけましょう

「認知症になると、何も分からなくなる」という考えは、大きな間違いです。本人の意思を繰り返し確認するなどの工夫をして、本人の尊厳を大切に、できることを尊重しながら、さりげなく支援しましょう。

少しの工夫と周りのサポートで、自分らしくいきいきと

認知症になっても、突然すべてのことができなくなるわけではありません。

失敗すると自信がなくなったり、不安になることがあるかもしれませんが、

できることはたくさんあります。

378円? 小銭が
ちょっと分からない…
1万円札でお釣りを
もらっちゃおう



旅行が
趣味だったけど
外出がおっくう…



⋮
**思考力や
判断力に衰えが
見られるようになります**

失敗が増え、それまでできていたことができなくなると、気分が沈みがちになってしまうことがあります

⋮
**気分が沈むと
意欲が低下します**

今までやっていた趣味や活動をやめてしまったり、人とのコミュニケーションが減ったりしてしまいます



2

つどいの場、交流の場

千代田区には、認知症の本人や家族が情報交換をしたり、日ごろの悩みを分かち合える交流の場があります。ほっと一息つくことができる場所で、一緒にこころの羽を伸ばしませんか？

☀️ 認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症のある・なしにかかわらず、「認知症」について皆さんで情報共有しながら交流ができる場です。

話しづらいと思われることでも、専門のスタッフがいて個別に相談できるので、家族の方も安心してお越しいただけます。



くわしくは
こちら

歳の近い人と共通の思い出話を
できて安心した。懐かしい思い出を、
同じくらいの世代の方と話せるのはよい。

参加者より



☀️ みお実桜の会（認知症本人ミーティング）

みおの会は、認知症と診断された本人や認知症が心配な方、認知症の方を介護している家族などが、それぞれの席で日ごろの想いや悩みなどを語り合う会です。



くわしくは
こちら

家族の認知症のことを
素直に話せました。
話すことは大事だと思います。

参加者より



☀️ はあとサロン ふれあいサロン

社会福祉協議会や地域の皆さまが運営するサロンが、区内に30か所以上あります。

さまざまなプログラムがありますので、お気軽にご参加ください。

☀️ 公益社団法人 認知症の人と家族の会

全国47都道府県に支部がある、介護家族や専門職などで構成される団体です。

①つどいの開催、②会報の発行、③電話相談の受付を3本柱として活動を行っています。



相談についての秘密は守ります、安心してご相談ください。



3 はじめて相談したいときに

今、心配ごとや不安はありませんか？ 人に相談するのは勇気がいることですが、まずは適切な相談窓口を見つけ、悩みを軽くすることが大切です。小さなことでも、ひとりで抱えこまず、一緒に考えていきましょう。

くわしくは
こちら



つどいの場
交流の場

はじめて
相談したいときに

高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）

高齢者あんしんセンターでは、皆さまが住み慣れた家・地域で安心して暮らし続けられるよう、介護・在宅医療・認知症などの相談を受け付けています。

麴町地域・神田地域のそれぞれに、認知症支援の専門家である「認知症地域支援推進員」がおり、支援を行っています。

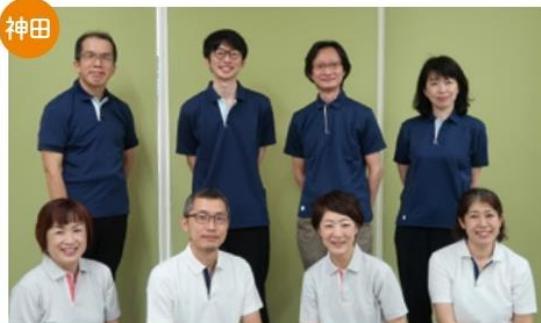
地域	住所	電話	FAX
麴町	千代田区一番町12 いきいきプラザ一番町1階	03-3265-6141	03-3265-6138
神田	千代田区神田淡路町2-8-1 かんだ連雀1階	03-5297-2255	03-5297-2256

※受付日時：月曜日～土曜日（祝日を含む） 午前9時～午後6時

麴町



神田



高齢者総合サポートセンター かがやきプラザ相談センター

日常生活や介護のことなど、さまざまな相談に24時間365日対応しています。

支援が必要な方に対し、それぞれのサービスを調整して、安心して生活できるようサポートします。



住所	電話	FAX
千代田区九段南1-6-10 高齢者総合サポートセンター1階	03-3265-1165	03-3265-1163

※受付日時：24時間365日対応

4 認知症への備えと診断

Q 認知症って予防できるの？

認知症は、誰もがなる可能性があります。しかし、症状の進行を遅らせたり、緩和させることはできても、完全な予防はできません。

そのため、生活習慣病（糖尿病・高血圧症・高脂血症など）を予防することが、認知症になりにくい身体をつくることにつながります。

食生活に気をつける

塩分控えめ、
お酒はほどほどに、
栄養バランスよく



適度な運動

ウォーキング、
体操などの
運動を継続的に！



日々の生活を楽しむ

読書・趣味など
自分が好きな活動を
楽しみましょう



積極的に人と交流する

地域の活動や区が開催する
教室に参加しましょう



Q どうやって備えたらいいの？

- ①元気なうちから認知症のことを語り合える仲間に出会いましょう。
- ②これからの生活や今後の希望を、家族・周りの人に伝えられるようにしましょう。
- ③生活の困りごとがあったときに、どのような支援が受けられるか調べておきましょう。

Q 早めに気づくことで、どんなメリットがあるの？

- ①原因によっては、治る認知症や一時的な症状の場合があります。
- ②薬の服用や生活習慣の見直しで、進行を遅らせることができる場合があります。
- ③早期に診断することで、本人も家族も今後のことを考える時間ができます。

認知症への備えを知ることは大切

認知症の正しい知識を持つことで、本人も家族も、今後のことを考えられます。

地域でのサポート体制も整っています。

認知症になっても安心して暮らせるように、準備をしていきましょう。

Q どんなサポートを受けられるの？

①認知症予防・介護予防事業

区では、認知症予防・介護予防に役立つさまざまな体操教室・講座を開催しています。開催情報は、月に2回発行している「広報千代田」やホームページにてお知らせしています。

積極的に参加して、適度な運動や人と交流する機会を増やしましょう。



教室・講座の
ご案内



②地域の交流の場・相談窓口

くわしくは  「つどいの場、交流の場」  「はじめて相談したいときに」
をご覧ください。

③認知症初期集中支援チーム（ちよだはあとチーム）

高齢者あんしんセンターの認知症地域支援推進員を中心に、医療・介護・福祉の専門職相談員と地域の医師がチームとなって、認知症に関する専門相談支援を行っています。

必要に応じて、医療機関をご紹介します。

くわしくは
こちら



④医療機関

もの忘れや認知症が気になりはじめたら、かかりつけの先生や認知症サポート医に相談してみましょう。

また、早期治療につなげるための認知症予防外来や、認知症の診断ができる専門の病院（認知症疾患医療センター）もあります。病院を受診するときは、あらかじめ予約をしましょう。かかりつけの先生がいる方は、紹介状があるとスムーズです。

くわしくは
こちら



機関名	住所	電話
三井記念病院（認知症疾患医療センター）	千代田区神田和泉町1	03-3862-9133
順天堂医院（認知症疾患医療センター）	文京区本郷3-1-3	03-5684-8577
九段坂病院（認知症予防外来）	千代田区九段南1-6-12	03-3262-9191

※受付日時は各機関によって異なります

5 知っているようで知らない？ 認知症のこと

朝ごはん何食べた？

加齢によるもの忘れ



認知症によるもの忘れ



※症状は、人によって異なります

認知症は、誰でもなりうる身近な病気

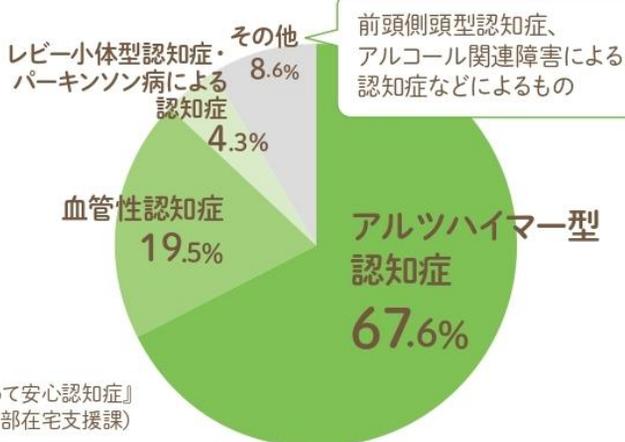
誰でも年齢とともに、もの覚えが悪くなったり、人の名前が思い出せなくなることがあります。しかし「認知症」は、加齢によるもの忘れとは違います。「認知症」は、脳の病気や障害などのさまざまな原因により、認知機能が低下し、日常生活に支障が出てくる状態や症状の総称です。

認知症では、食べたことを忘れてしまう記憶障害だけでなく、脳にある満腹中枢の働きが衰えることにより、満腹感が感じられなくなる場合があります。いくら周りの人から「さっき食べた」と説明されても本人は納得できず、ただ否定されたという気持ちだけが残り、不安や怒りにつながる恐れがあります。

そんなときは、まず本人の気持ちを受け止めてください。「お腹が空いてるんだね」「これから準備するよ」などの柔らかい声かけが大切です。また、「一緒にごはんの買い物に行こう」など、ほかのことに気持ちを向けることもひとつの方法です。

認知症の原因となるおもな疾患

認知症には、おもに「アルツハイマー型認知症」「血管性認知症」「レビー小体型認知症・パーキンソン病による認知症」の3つがあり、もっとも多いのがアルツハイマー型認知症です。



グラフの出典：令和3年11月発行『知って安心認知症』（東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課）

軽度認知障害(MCI)

認知症とまではいかないけれど、最近もの忘れが心配…。

そんな人は、軽度認知障害(MCI)の可能性があります。

早めに気づき、行動することで、発症を遅らせることができたり、場合によっては回復することもあります。

心配なことがあれば、「はじめて相談したいときに」「認知症への備えと診断」などの機関にご相談ください。

●軽度認知障害(MCI)のおもな特徴

1

以前と比べてもの忘れなどの認知機能の低下がある。

2

本人・家族が認めるもの忘れがある。

3

日常生活にはそれほど大きな支障をきたしていない。

若い方でも、認知症になる場合があります！

「若年性認知症」とは、一般的に65歳未満で発症した認知症のことを指します。

平均的な発症年齢は54.4歳で、初期の診断では、うつ病や更年期障害と間違われることもあります。子育てや働き盛りの世代で発症するため、本人だけでなく、家族への影響が大きくなりやすい特徴があります。

しかし、早めの診断・治療により、症状の進行を遅らせ、今後の生活を整える準備ができます。

「おかしいな」と感じたら、まずは専門機関に相談してみましょう。

くわしくは
こちら



仕事や家事がうまくいけなくなったりすることで、一番不安を感じているのは本人です。

認知症を正しく理解して、その人に合ったサポートや声かけを心がけましょう。



若年性認知症相談窓口

機関名	住所	電話
千代田保健所 健康推進課	千代田区九段北1-2-14	03-5211-8175
東京都若年性認知症総合支援センター	目黒区碑文谷5-12-1TS碑文谷ビル3階	03-3713-8205
特定非営利活動法人 若年認知症サポートセンター	新宿区新宿1-9-4 中公ビル御苑グリーンハイツ605	03-5919-4186 受付日時：月・水・金曜日 午前10時～午後5時

※受付日時は、各機関によって異なります

✦ 今後の暮らしのための制度

若年性認知症の症状・程度に応じて、通院に要した費用の助成や、税金の控除が受けられる場合があります。



認知症についてもっと学びたい人へ

高齢者総合サポートセンター かがやきプラザ研修センター

認知症に関する講座・講演会をはじめ、介護が必要な方の支援者（介護者、介護・福祉・医療従事者）に対する介護カウンセリングも実施しています。

認知症についてもっと知りたい方、より正しい知識を身につけたい方は、ぜひお問合せください。

くわしくは
こちら



住所	電話	FAX
千代田区九段南1-6-10 高齢者総合サポートセンター4階	03-6265-6560	03-3265-1162

※受付日時：月曜日～金曜日（祝日を除く） 午前8時30分～午後5時

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の本人とその家族をあたたかく見守りながら、声かけやちょっとした手助けができる地域の応援者です。

養成講座を受講した方には「認知症サポーターカード」をお渡しします。

くわしくは
こちら



6 いろいろ使える！ 千代田区のサービス

日常生活の支援

サービスの種類	内容	担当部署
ふたばサービス	専門技術を必要としない日常生活の困りごと（掃除・洗濯・買い物などの家事や、病院・外出の付き添い）を、地域住民などが支援します。	千代田区社会福祉協議会 地域支援係 ☎03-6265-6520 FAX 03-3265-1902
ふれあい収集	65歳以上の高齢者や障害者のみ世帯で、ごみ・資源を自力で集積所に出すことが困難な方に、戸別収集を行います。	千代田清掃事務所 ☎03-3251-0566 FAX 03-3251-4627
高齢者食事支援サービス*	ひとり暮らしまたは高齢者のみ世帯で、外出や調理がままならず食事の確保ができない方に、昼食・夕食の配達を行います。	在宅支援課 ☎03-6265-6485 FAX 03-3265-1163
自動通話録音機*	振り込め詐欺の被害を未然に防ぐため、電話の呼び出し前に警告メッセージを流し、会話内容を自動で録音する機器を設置します。	
救急通報システム*	電話回線を利用し、急病・火災などの緊急事態に24時間体制で対応する安否確認システムです。	
救急医療情報キット	家族が留守の場合や、ひとり暮らしの方が救急車を呼んだときのために、医療情報を入れる容器を配布しています。	

※65歳未満で障害等のある方は、同様のサービスを受けられる場合がありますので、障害者福祉課（☎03-5211-4128）へお問合せください

介護保険サービス

「介護保険サービス」とは、40歳以上の方が加入する保険です。介護が必要となったとき、心身の状態に応じた要介護認定・要支援認定を受けることで、さまざまなサービスを利用することができます。

介護保険サービスの利用には、事前に申請が必要です。くわしくは、お住まいの地域の高齢者あんしんセンター・相談センターへお問合せください。

→  「はじめて相談したいときに」

すでにサービスを受けている方は、ケアマネジャーにお尋ねください。

自宅で受けるサービス

- 訪問介護
- 訪問看護
- 訪問リハビリテーション
- 居宅療養管理指導
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

施設で受けるサービス

- デイサービス
- ショートステイ
- 通所リハビリテーション
- 認知症対応型通所介護

自宅と施設を 組み合わせるサービス

- 小規模多機能型居宅介護

その他

- 福祉用具の貸与・購入

7 安全・権利・財産、大切なものを守りたいときに

サービスの種類	内容	担当部署
消費生活相談 ※電話・来所での相談のみ	消費生活における「商品の購入」や「サービス利用」の契約に関する相談をお聞きし、問題解決に役立つ情報提供や助言、事業者との交渉などを行います。	千代田区 消費生活センター ☎03-5211-4314 FAX 03-3261-5908
福祉サービス利用支援	高齢・障害などの理由で判断能力に不安がある方が、権利侵害を受けたり尊厳が損なわれたりしないよう、書類手続きや金銭管理などの支援を行います。	千代田区社会福祉協議会 ちよだ成年後見センター ☎03-6265-6521 FAX 03-3265-1902
成年後見制度 (任意後見・法定後見)	成年後見制度に関する相談や、申立手続き事務支援を行います。また、親族がいない方などは、審査の上、後見人等候補者をつけることができます。 元気なうちから自分の将来のことを書きとめておく千代田区版エンディングノート「私の歩みノート」の活用をすすめています。	

8 自宅での生活が難しくなったら

グループホーム

- 要支援2以上
- 複数人での共同生活
- 家庭的な雰囲気

介護療養型医療施設

- なんらかの医療処置を常時必要とする方
- 長期療養施設(病院)

※令和6年3月末までに、介護医療院などに移行予定

有料老人ホーム

- 民間事業者が運営
- サービスの特徴や利用料は多種多様

特別養護老人ホーム

- 原則、要介護3以上
- 常時介護が必要で、自宅での生活が困難な方

介護老人保健施設

- 要介護1以上
- 入居期間は原則3か月
- リハビリをしながら自宅に戻るのが目的

介護医療院

- なんらかの医療処置を常時必要とする方
- 長期療養施設(病院)



認知症支援

行政機関・相談窓口

- 1 千代田区役所
- 2 高齢者総合サポートセンターかがやきプラザ
 - ・相談センター
 - ・社会福祉協議会
 - ・研修センター
 - ・高齢者活動センター
 - ・在宅支援課
- 3 千代田保健所
- 4 麴町出張所
- 5 富士見出張所
- 6 神保町出張所
- 7 神田公園出張所
- 8 万世橋出張所
- 9 和泉橋出張所
- 10 高齢者あんしんセンター麴町
(いきいきプラザ一番町)
- 11 高齢者あんしんセンター神田
(かんだ連雀)

医療機関

- 1 三井記念病院
(地域連携型認知症疾患医療センター)
- 2 九段坂病院(認知症予防外来)

認知症カフェ

- 1 いきいきはあとカフェ(いきいきプラザ一番町)
- 2 神田はあとカフェ(かんだ連雀)
- 3 神田はあとカフェ(岩本町ほほえみプラザ)
- 4 きのこカフェ(ジロール麴町)
- 5 メモリーカフェ(三井記念病院)

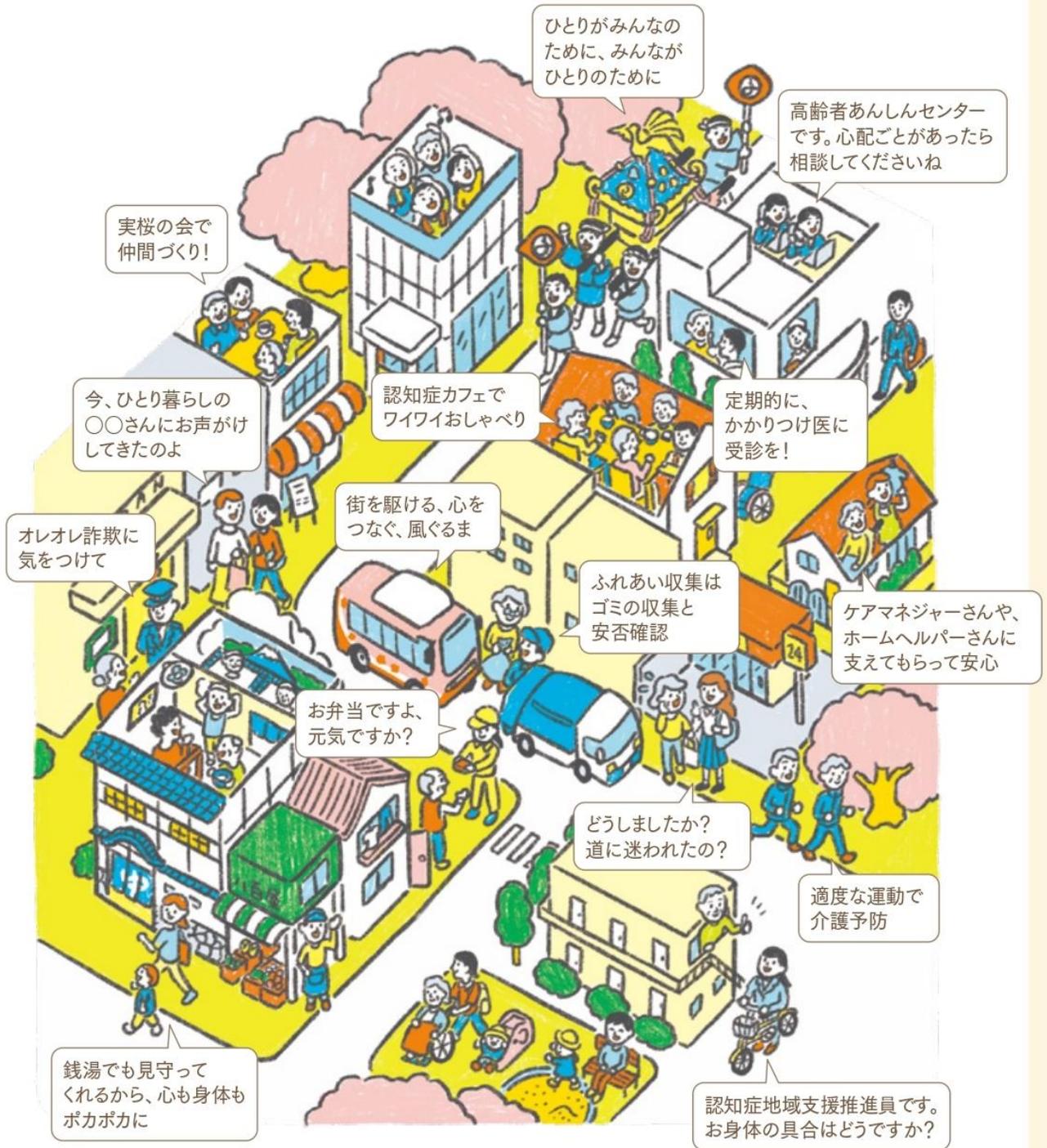


麴町地域

サービスマップ



認知症にやさしいまち千代田



千代田区認知症ガイドブック（認知症ケアパス）

編集・発行 千代田区保健福祉部在宅支援課
発行年 令和4年3月
監修 地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター研究所
問合せ 千代田区保健福祉部在宅支援課
☎03-6265-6485



千代田区
ホームページ
（認知症支援
サービス）

認知症を知るためのはじめての一步

認知症

いち・に・さん

1

知って

2

予防して

3

みんなで
支える

水戸市

知る

認知症とは？

- ① 「原因となる病気」がもとで脳に障害が起き、脳の働きが低下します。
- ② 記憶力の低下など「中核症状」が生じ、日常生活に徐々に支障が出てきます。
- ③ また、本人を取り巻く生活環境や人間環境などの影響を受けて、不安や怒りやすさ、気持ちの落ち込み、被害妄想などの「行動・心理症状」が生じることがあります。

これら、「中核症状」や「行動・心理症状」のために、さまざまな生活のしづらさが現れる状況を認知症といいます。



認知症は、誰にでも起こりえます。
まずは、正しく知ることが大切です。

認知症の人の気持ち ～1つ1つ理由があります～

認知症の人は、日々の生活の中で、このような気持ちになることもあります。

不安を感じる

日付や曜日がわからなくなる、やろうとしていたことを忘れてしまうことがあります。その状況に「どうしよう、大丈夫かな?」と不安を感じる場合があります。



あれ、今日は何曜日だろう?
次にすることが思い出せない。
どうしよう…

気持ちが落ち込む

火の始末を忘れて鍋を焦がしてしまう、友人との約束を忘れてしまうことがあります。その状況に自信がなくなり、気持ちが落ち込む場合があります。



いつも失敗ばかりで、
諦めるようになりました
「火の始末ができないから
やめて!」って、
料理もさせてもらえない
のがつらい…

感情が不安定になる

ご飯を食べたことを忘れてしまう、聞いていたことを忘れてしまうことがあります。そのことを指摘された時に、どうしたらいいかわからずに混乱し、イライラしたり、不機嫌になる場合があります。



良かれと思って
やっているのに
なぜ責められるのだ!

本人の声



人の名前が覚えられない、物の置き忘れ、物忘れが増えたことに自分で気がつきました。妻には年のせいだと言われましたが、「病院で診てもらいたい」と思いました。かかりつけ医から専門医を紹介され受診し、認知症と診断されました。早期に受診をして服薬を始めたので、進行が遅い*のだと思っています。

*薬の効果は個人差があります。



家族も誰も教えてくれな
いけれど、自分のことだ
から…。今、自分の症状がど
の段階まで進んでいるのか
知りたくて、受診をしました。

以前とは何かが違う、その変化に気づいて対応することが大切です。
もしも気になるようでしたら、早めにご相談ください。

予防する

認知症の発症や進行は、生活習慣に密接な関わりがあるとされています。
生活習慣病（高血圧症、糖尿病など）を予防し、運動や食事などの生活習慣を整えましょう。

運動

を心がけましょう



食生活

に気をつけましょう



人と交流

しましょう



本人の声



認知症には、運動と交流が良いと聞きました。
運動のため近くの公園を歩いています。
普段は人との交流が少ないので、散歩の時は出会う人にあいさつをしています。



(認知症カフェに参加して) 初めは楽しいと思いませんでした。今は、みんなと語りあえるのでここに来るのがとても楽しいです。



「予防」とは、認知症にならないという意味ではなく、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」という意味があります。

みんなを支える

認知症の人への接し方 ～こんな風に接してもらえると安心します～

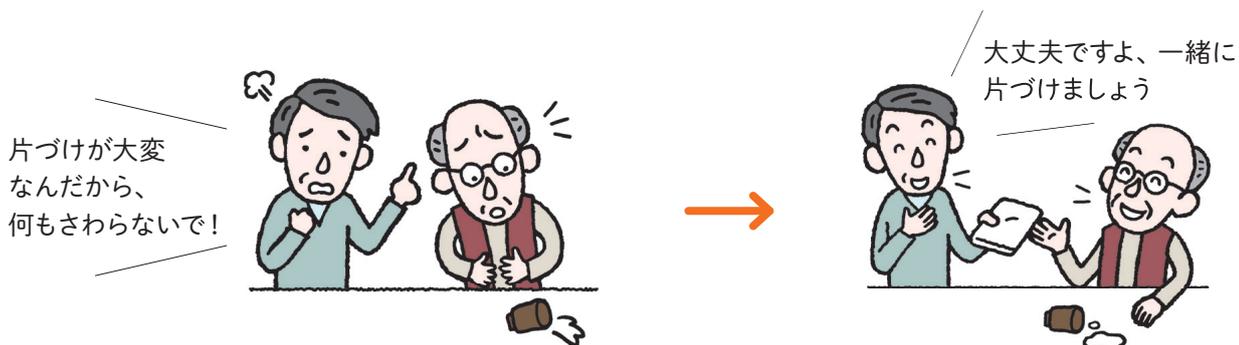
「認知症の人は何もわかっていない」は間違いです

認知症だからと言って、すべてのことがわからなくなるわけでも、できなくなるわけでもありません。今までわかっていたことがわからなくなり、誰より混乱しているのは本人です。周りの人がすべてやってしまうのではなく、本人ができることを生かしながら、声かけやお手伝いをしましょう。



否定ではない声かけと笑顔で安心感を

認知症の人の中には、日常動作がうまくできず、不安や混乱を取り除こうとするために場に合わない言動をしてしまうこともあります。そのような時に否定したり怒ったりすると、心が不安定になりやすくなります。気持ちを制止させられた違和感が心に残り積み重なっていくことで、孤独感や不安感が募り、本人の意欲を低下させてしまうこととなります。本人が間違ってしまったとしても「大丈夫ですよ」と笑顔で対応することで安心感を得ることができます。



こんな場所
 こんな支援者

【認知症カフェ】認知症の人やその家族、地域の人、専門職等が集い、交流し、認知症の理解を深める集いの場です。

【認知症サポーター】認知症についての正しい知識を学び、地域で認知症の人やその家族の手助けをする応援者です。

認知症になっても安心して暮らせるまち—水戸
 をみんなで一緒につくりましょう。

知りたい! これからの生活のこと

サービスの内容など、詳しくはお住まいの地区の高齢者支援センターでご案内します。(連絡先は裏表紙掲載)



水戸市では、サービス利用の手引き「お年寄り便利帳」を発行しています。この冊子に詳しい情報が載っています。高齢者支援センターや高齢福祉課でお渡ししていますので、あわせてご覧ください。

「認知症ケアパス」は、認知症の発症予防から人生の最終段階まで、認知症の容態に応じた適切なサービスの流れを示したものです。認知症について理解するとともに、認知症になっても住み慣れたこのまちで自分の望む生活を送っていくために、この認知症ケアパスをお役立てください。

	認知症の疑い (気づきの時期)	見守りが必要 (発症した時期)	日常生活に手助けが必要 (症状が多くなる時期)	常に介護が必要 (身体の障害も複合する時期)
どこに相談 したらいいの?	まずは相談! お住まいの地区の高齢者支援センター、かかりつけ医、水戸市医師会物忘れ相談医、認知症疾患医療センター など			
予防 交流 活動	いきいき健康クラブ、シルバーリハビリ体操、脳の健康教室、元気アップ・ステップ運動教室など(介護予防に関する教室) 地域のサロン(集いの場)、高齢者クラブ(高齢者が地域を基盤として活動する自主組織) など 認知症チェックセミナー(認知症早期対応のための講座)	介護予防デイサービス(日帰りで受ける機能訓練や日常生活の支援サービス)、通所型介護予防事業(介護予防に関する教室) など	通所介護(日帰りで受ける介護サービス)、通所リハビリ(日帰りで受ける機能訓練サービス)、短期入所生活介護(短期間入所して受ける介護サービス) など	
医療・介護 を受けたい	水戸市医師会物忘れ相談医、認知症疾患医療センター、かかりつけ医、歯科医、薬局 など	介護予防通所リハ(日帰りで受ける機能訓練のサービス)、介護予防訪問看護(看護師などによる訪問サービス) など	通所介護(日帰りで受ける介護サービス)、通所リハビリ(日帰りで受ける機能訓練サービス)、短期入所(短期間入所して受ける介護サービス) 訪問看護(看護師などによる訪問サービス)、訪問介護(ヘルパーなどによる訪問サービス) など	
見守り・生活支援 (家族支援・権利擁護) に関するサービスを受けたい	在宅見守り安心システム(自宅での緊急時に通報機器を使用し助けを求めることのできるサービス)、日常生活用具給付(電磁調理器など自立生活に必要な用具の給付) など	行方不明高齢者等SOSネットワーク(登録者が行方不明になった時に協働機関が捜索し保護する仕組み)、認知症高齢者等家族支援位置探索サービス(GPS端末機を貸出して行方不明時に所在位置を探索して知らせるサービス)、認知症高齢者等おでかけあんしん保険(認知症の人が起こした偶発的な事故などに関する法律上の損害賠償保険を市が契約するもの)	家族介護用品給付(紙おむつ等の給付)、生活支援配食サービス(夕食の配達) など	さわやか理美容(理容師・美容師による訪問サービス) など
住まいは?	民生委員、愛の定期便(乳製品を持参する定期的な訪問)、高齢者クラブ(高齢者が地域を基盤として活動する自主組織)、認知症サポーター(認知症の人と家族を見守る応援者)	認知症カフェ(本人や家族の集いの場)、認知症の人と家族の会(本人・家族同士の情報交換や交流、相談などができる場)	消費生活相談(契約トラブルなどの相談)【問合せ先】水戸市消費生活センター ☎029-226-4194	日常生活自立支援事業(判断能力が不十分な人の日常的な金銭管理やサービス利用手続きなどの援助) 成年後見制度(成年後見人等が判断能力の不十分な人に代わって財産管理やサービスの利用契約などを行う制度)
自動車運転 が不安	安全運転相談ダイヤル【茨城県警察本部運転免許センター】☎#8080(シャープハレバレ)、☎029-240-8127			特別養護老人ホーム(常に介護が必要で自宅での介護が困難な人の施設)



どこに相談すればいいの？ はい、「高齢者支援センター」です！

「最近、物忘れが心配。家族にも相談できない」「認知症について知りたい」「予防するための活動を教えて欲しい」「家族が認知症かもしれない」「どこの病院に行ったらいいの？」「どんなサービスがあるの？」「同じ認知症の人と会ってみたい」など悩みや心配ごとはひとりひとり違うものです。

高齢者支援センターでは、専門職員が必要な情報の提供やサービスの紹介を行います。水戸市内の高齢者支援センターは次のとおりです。それぞれに担当する中学校区がありますので、ご連絡の際はお住まいの地区を確認してください。

あなたがお住まいの 中学校区	センター名	電話番号
第一・第二中	中央高齢者支援センター	306-9582
第三・千波中	東部高齢者支援センター	246-6216
第四中	南部第一高齢者支援センター	246-5690
緑岡・見川・笠原中	南部第二高齢者支援センター	241-4821
飯富中・国田義務教育 学校・第五・石川中	北部高齢者支援センター	246-6003
赤塚・双葉台中	西部高齢者支援センター	246-6333
常澄中	常澄高齢者支援センター	246-6155
内原中	内原高齢者支援センター	257-5466

本人・家族の
安心と笑顔を地域でサポートする

認知症ケアパス

みんなで知ろう! 学ぼう!

身近な

認知症



監修: 順天堂大学大学院
医学研究科 精神・行動科学
教授・医学博士 新井 平伊



前橋市 (令和5年度版)

はじめに

認知症は高齢になるほど発症する可能性が高まる病気であることから、高齢化が進む今後も、その増加傾向は続くといえます。誰もが認知症になる可能性があり、また、かかわることになるかもしれない身近な病気です。

しかし、認知症は、早く気付いて対応することで、その症状を軽減できたり、進行を遅らせたりすることができます。

「認知症ケアパス」とは、認知症の進行に応じて「いつ」「どこで」「どのような医療や介護サービスが受けられるのか」といったケアの流れを説明するものです。

一人でも多くの認知症の人やその家族が、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症という病気をご理解いただき、認知症の進行に応じた対応やサービスなどを紹介する認知症ケアパスをご活用ください。



もくじ

①	認知症とはどんな病気？	03
②	認知症の受診と治療・ケア	06
③	認知症を予防する	14
④	前橋市の認知症ケアパス	16
①	こんな時、どこに相談したらいいの？	18
②	認知症の相談ができる医療機関	22
③	「若年性認知症」について相談したい	24
④	権利擁護・見守りサービス	26
⑤	認知症予防・閉じこもり予防のために利用できるサービス	29
⑥	家族がつくった認知症早期発見の目安	裏表紙



1

認知症とはどんな病気？

認知症とは、記憶障害やさまざまな状況に対する判断が適切になるなど、生活する上での支障が少しずつ増えていく脳の病気です。



1
ど
認
知
症
と
は
？

最初は区別がつきにくいですが、次第に違いがはっきりしてきます

認知症と加齢によるもの忘れの違い

「昨日の夕飯の内容が思い出せない」「何時に約束したか忘れた」、こんなことがあると「認知症では？」と心配になりそうですが、「昨日はコロッケを食べた」「5時の約束だよ」と言われ、ああそうだったと思い出せるのは、加齢によるもの忘れです。しかし認知症の場合は、夕飯を食べたこと・約束をしたこと自体を忘れてしまいます。



加齢によるもの忘れ

体験の「一部」を忘れる

「何を食べたか」思い出せない

「約束をうっかり」忘れてしまった

目の前の「人の名前」が思い出せない

物を置いた場所を「しばしば」思い出せない

「ヒントがある」と思い出せる

認知症によるもの忘れ

体験の「全部」を忘れる

「食べたこと自体」を忘れる

「約束したこと自体」を忘れる

目の前の人「誰なのか」分からない

置き忘れ、紛失が「頻繁」になる

「ヒントがあっても」思い出せない

※これらはあくまで目安です。当てはまらない人もいます。

認知症の始まりは家族の気付きも大切

認知症の始まりは、本人よりも家族が気付くことが少なくありません。ポイントは下記のような症状が以前に比べて頻度が高まっているか、程度が重くなっているかなどの変化です。



切ったばかりの電話の相手を忘れる



テレビのリモコンの簡単な操作に戸惑う



慣れた道で迷う

他にもこんな症状が気付きのポイント

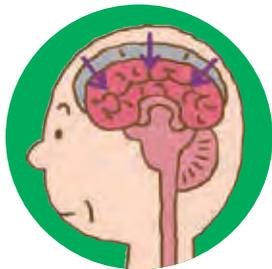
- 料理や片付けができなくなってきた
- 運転などのミスが多くなり車に傷が増えてきた
- 身だしなみを構わなくなった
- 外出をおっくうがる
- 怒りっぽくなった

認知症の種類と特徴

認知症は原因となる病気によって、さまざまな特徴があります。

一番多い認知症

アルツハイマー型認知症



女性に多く、進行は緩やか。記憶障害が著しく、特に最近の記憶(短期記憶)が不得意になります。うつ状態がみられることもあります。

特徴的な症状の例

- 同じ質問を何度も聞く
- 物事の段取(食事の準備など)が悪くなる
- 日にちが分からなくなる
- 約束をすっぽかす など

脳梗塞、脳出血などが引き金

血管性認知症



男性に多く、脳の血管障害で脳細胞が死滅することで発症します。脳血管障害のリスクとなる高血圧や糖尿病などの治療・改善が予防につながります。

特徴的な症状の例

- 意欲が低下する
- もの忘れがあるわりにはしっかりしている(まだら認知症)
- 手足の麻痺がある など

幻視が起こるのが特徴

レビー小体型認知症



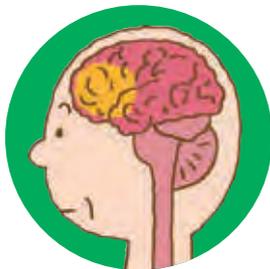
初期のころはもの忘れより、うつ状態、失神、震えといった症状が出たり、幻視(目の前に無いはずのものが見える)を認めたりすることがあります。

特徴的な症状の例

- 子どもや虫が見えると言う
- 夢を見て反応し大声を出す
- もの忘れは軽い など

性格や行動上の変化が主な症状

前頭側頭型認知症(ピック病)



もの忘れの症状は軽く、意欲や理性、感情をコントロールすることが難しくなります。万引きや無銭飲食などで周囲を困惑させることも少なくありません。

特徴的な症状の例

- 同じ時間に同じ行動をとる
- 同じ食品を際限なく食べる
- 周囲を顧みず自己本位な行動が目立つ など

症状から、認知症と「間違われやすい」病気もあります!!

認知症のような症状がでて、治る病気や一時的な場合もあります

気付きのポイント

- **2~3カ月**で、もの忘れが**急激**に進行した
- 最近、**転んで頭を打って**から、もの忘れが出てきた
- 身近な人の死などの**心理的な変化**の後に、もの忘れが増えた

などの場合は、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺ホルモンの異常、うつ病などの可能性もあります。適切な治療により、もの忘れが治る場合もありますので、早めに受診してください。



認知症と間違えやすい病気に注意

認知症と似た症状から間違われやすい病気に、「うつ病」や「せん妄」などがあります。治療法や対処法が異なるため、正しく区別することが重要です。

憂うつ、気分が落ち込んだ状態が2週間以上続く「うつ病」

高齢になると、自分や身近な人の病気や、経済的な不安などからストレスを抱えやすく、それがうつ病の誘因になることもあります。症状としては、意欲や集中力の低下、認知機能の低下などが多く見られます。



1
ど
認
知
症
と
は
？

意識障害が原因で起こる「せん妄」

病気によって体調不良になると意識が障害され、つじつまの合わない言動・記憶障害・幻覚などが現れることがあります。認知症と異なって発症時期がはっきりしており、症状も日によって変わります。適切な対応で、改善します。

❶ 薬の影響で認知症に似た症状が出る場合も

持病などの薬の影響で、認知症に似た症状が現れることがあります。たとえ正しく薬を服用していても、飲み合わせによって起こることもあります。

認知症予備群のうちに引き返しましょう

認知症はいきなり発症するわけではなく、一歩手前のグレーゾーンがあります。その段階のことをMCI(軽度認知障害)といい、認知症予備群です。もの忘れなどが気になる人は、かかりつけ医などに相談してみましょう。

認知機能は緩やかに低下していきます。
MCI(軽度認知障害)での対処が大切です！



2

認知症の受診と治療・ケア

あれ？ おかしいと思ったらまず受診。対処が早いほど生活の質をよい状態で保てます。MCI(軽度認知障害)の段階で見つければ、認知機能の回復・維持も期待できます。

早期受診はメリットが大きい

適切なケアや治療の開始により、進行を遅らせたり、症状を軽減することができます。さまざまな制度・サービスの情報収集やその利用計画も、本人の意思を反映させるなど余裕を持って立てられます。



受診のコツを知っておこう

コツ①

まずかかりつけ医に相談

かかりつけ医は、本人や家族を日頃から知っている強みがあります。必要に応じて専門医療機関(認知症疾患医療センター(P.24)など)を紹介してくれます。

本人と家族に心強い、かかりつけ医

- 早期段階での発見や気づき
- 専門医療機関の受診の勧め、紹介
- 日常的な身体疾患の治療や健康管理
- 本人や家族の不安の理解、アドバイス
- 地域の認知症介護サービス機関との連携 など

かかりつけ医がない場合は、認知症対応医療機関(P.22)を参照してください。



認知症初期集中支援チームがあります

医療や介護につなげるため、専門職からなる「認知症初期集中支援チーム」が訪問します。詳しくはP.20をご参照ください。



コツ②

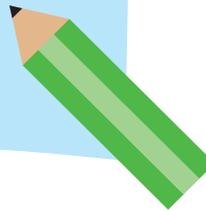
気になることをまとめておく

診断に欠かせないのが、本人や家族からの情報です。本人の話はもちろん、家族からの視点、それぞれの話の食い違いなども重要な手掛かりになります。医師に伝えたい内容をまとめておくとスムーズです。

事前に整理しておくポイント

- 性格や習慣などにどんな変化がいつごろから現れたか
- 具体的に困っている症状は何か
- 日や時間帯によって変化があるか
- 既往歴(高血圧や糖尿病などがあるか)
- 飲んでいる薬とその服用期間 など

本人のことをよく知る身近な人の付き添いは重要なポイントです



コツ③

受診へのためらいを上手にとる

本人も納得して受診することがベストですが、ためらいがある場合や、自覚がない場合は、表現を工夫してみましょう。

本人に自覚があるなら

最近、もの忘れが増えてきて…



何かの病気かもしれないから検査してみましょう

早く発見できたら治るかもしれないし、進行も遅らせられます

(子どもから)ずっと元気でいてほしいから受診してください

本人に自覚がないなら



私の健康診断に付き添ってください

一緒に健康チェックに行きましょう

どうしても受診してくれないときは、かかりつけ医から勧めてもらったり、地域包括支援センターに相談を!



認知症と分かったら知っておきたいこと

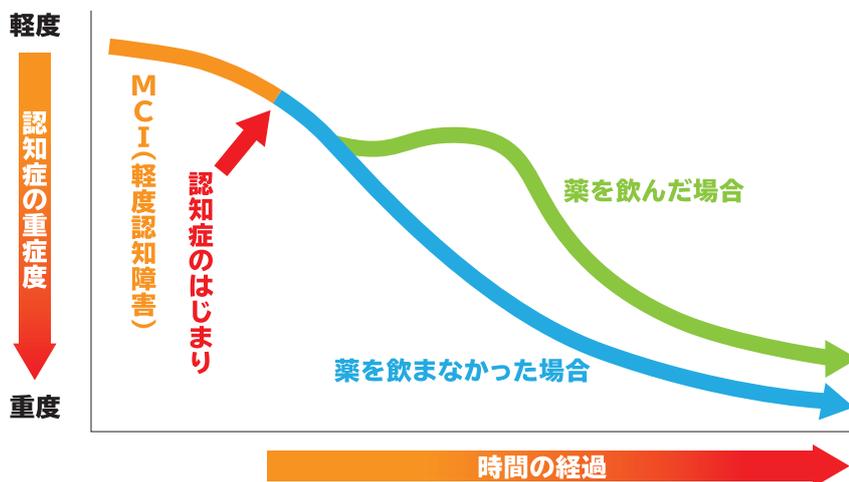
本人も家族も、認知症を受け入れることは容易いことでは^{たやす}ありません。しかし、現在は薬とケアによって進行や症状を抑えたり、さまざまな支援・サービスが連携することで、よりよい介護環境を築くことができます。認知症の人への接し方の工夫やポイントも理解しておけば介護負担も軽減できます。

知っておきたいこと ① 薬による治療

～進行を遅らせ、行動・心理的症状の緩和のために～

薬による治療で、記憶などの認知機能の障害を改善したり、悪化を緩やかにします。不安や興奮、暴力などの症状にも薬が処方されることがあります。効果には個人差がありますが、効果が感じられないから、あるいは効果が出たからといって、勝手に服用量を減らしたりせず、まずは処方を受けた医師などに相談しましょう。

薬による治療効果のイメージ



認知症の薬は錠剤の他、ゼリータイプや貼るタイプなどがあり、服用する人の便宜に合わせてすることができます



かかりつけ薬局を持ちましょう

処方箋の薬はいつもここ! というかかりつけ薬局を持ちましょう。重複処方や危険な飲み合わせをチェックしてもらえたり、分からないことは気軽に相談したりできます。



かかりつけ薬局を選ぶポイント

こんな条件が整っていると安心です

- 立地や開局時間などの利便性がよい
- 相性がよく、相談しやすい薬剤師がいる
- 服薬の回数や方法など説明してくれる
- 店内が明るく清潔感がある
- 店舗責任者や薬剤師、時間外などの問い合わせ先が明確に表示されている



知っておきたいこと② リハビリによるケア

～生きがいを持ち、認知機能の低下を遅らせるために～

脳の残された機能を活かしたり、使われていない部分の活性化につながるリハビリ。ストレスを感じずに、家族や仲間と一緒に楽しみながらできるリハビリを行うことで、その人の意外な得意分野が発見できたり、精神を安定させることも期待できたりします。

本人にあったリハビリを発見しよう

STEP 1 振り返ってみる

昔からの趣味や旅行など、楽しかったこと



STEP 2 勧めてみる

日頃の会話を通じて興味がありそうなことを勧める



STEP 3 試してみる

継続できそうなリハビリを試してみる



脳のリハビリの例

回想法

子どものころ遊んだ道具や、楽しかった行事、流行したものなどについて話し、脳を刺激するリハビリ。



絵画療法

絵画、粘土細工、手芸などで感性や創造性が活性化。手先を動かすことで脳も刺激されます。



音楽療法

合唱したり、簡単な楽器を演奏したりします。楽しみやすいリハビリです。



介護保険サービスの
デイサービスなどを活用
するのもポイントです



家での役割が日々のリハビリに

家事や買い物、散歩などできることは今まで通り続けることがリハビリに。役割があるということは気持ちの安定にもつながります。

お母さん、
ありがとう
助かるわ



知っておきたいこと③ 主な症状と対処法

～本人の気持ちを尊重し、介護負担の軽減につなげるために～

認知症には必ず現れる「中核症状」と、本人の性格や環境、人間関係などの影響で出現する精神・行動上のさまざまな症状「BPSD＝行動・心理症状」があります。

中核症状

治すことが
難しい



- 物の忘れ
- 状況判断ができない
- 計算ができない
- 時間・場所・人が認識できない
- 手順よく物事を進められないなど



- 無気力になる
- 物が盗まれたと騒ぐ
- 徘徊
- 怒りっぽい・怒鳴る
- なかなか寝付かないなど



改善することが
できる

BPSD(行動・心理症状)

BPSDは中核症状をもとに、本人のもともとの性格や心の状態、人間関係、生活環境などの要因が絡み合って出てきます。介護者の接し方や適切な薬物治療により改善が可能です。

介護負担の軽減のためにも、それぞれの症状別によく見られるケースと対処法を具体的に知っておきましょう。



覚えておきたい症状とそのときの対応

家族を悩ませる不可解な行動、困った行動にも本人なりの理由があります。健常者の常識や事実を押し付けるのは逆効果。認知症の進行に応じた症状であることを理解し、気持ちに寄り添って接することが大切です。

[中核症状が起こす行動]

ケース① 軽度障害

日時感覚の混乱
「今日は何日？」

対応のポイント

答えられなくても
問題視しないこと

日にちは健常者でも分からないことがある位なので、まずはご家族が「今日は何日？」などの質問でテストをして不安を増強しないようにしましょう。大きな日めくりカレンダーをかけておくこともよいかもしれません。



ケース② 中等度障害

全体の記憶の障害
「ごはんまだ？」

対応のポイント

話題を変えて
納得してもらう

食べた、という事実を理解してもらうのではなく、本人がいかに納得するかがポイントです。「もうすぐできるから待っていてね」「できるまでこれ(お茶やお菓子など)を食べて(飲んで)いてね」と話題を変えてみましょう。



ケース③ 中等度障害

季節が分からない
「服装が変」

対応のポイント

一緒に選ぶ、
褒めて勧める

みっともない、汚い、などとたしなめることはせず、適切な衣服と一緒に選んでみてください。「お似合いですよ」と勧めると素直に着替えてくれることも。体調面で不都合がなければおおらかに目をつぶることも大切です。



ケース④ 高度障害

家族を忘れる
「あなた誰？」

対応のポイント

なりきって振る舞う

家族の名前を忘れたり、別の人と間違えるなど、目の前の人自分とどういう関係なのか分からなくなります。「あなたの娘なのに」と言い聞かせず、別人を演じてしまいましょう。



2 認知症の受診と
治療・ケア



[BPSDで見られる言動]

ケース①

物盗られ妄想
「財布を盗まれた!」

対応のポイント

同じ感情を共有して、
味方になる

盗まれたと思い込んでいます。反論せず「それは困りましたね、一緒に探しましょう」と共感する。本人以外の方が財布を見つけた場合、ここにありましたとは言わず、「このあたりを探してみませんか」と言い、本人に見つけてもらうことが大事です。



ケース②

家に帰りたい願望
「そろそろ失礼します」

対応のポイント

気持ちを認め、
落ち着かせる

「ここが家ですよ」と引き止めると不安や不信感が募ります。「そこまで送りますよ」と一緒に散歩したり、「お茶だけでも飲んでいってください」と気分を変えて落ち着かせます。



ケース③

人柄が攻撃的に変化
「バカにしてるのか!」

対応のポイント

できる限り感情を
いたわる

気持ちを表現できる言葉が出てこない、相手の言葉が理解できないことなどから、もどかしい気持ちを抱えています。日頃から本人を尊重する言葉をかけるとともに、投げられて危険なもの、困るものは目の届くところに置かず、ティッシュの箱などを置いておく。



ケース④

排泄トラブル
「トイレまで
間に合わなかった」

対応のポイント

排泄のリズムを
作ってトイレに誘導

尿や便の失禁や弄便(便を弄ぶ行為)は決してわざとされていることではありません。トイレの場所が分からなくなったり、便意や尿意を感じなくなっていたり、服の脱ぎ方が分からなくなっているなどの原因が考えられます。本人は失敗によってすでに傷付いています。責めたりせず、定期的にトイレに誘導しましょう。

ケース⑤

幻覚におびえる
「そこに誰か
立っている」

対応のポイント

話を合わせて
恐怖感を取り除く

虫がいる、泥棒が入ってきたなどと幻覚におびえたり混乱する場合は、否定せずに「もう出て行きましたよ」と話を合わせ、安心させてあげます。音が聴こえたり(幻聴)、景色が見える場合もありますが、本人が楽しそうならそっと見守ってもいいでしょう。

まとめ

認知症の人との接し方 10カ条

少しずつ進行する認知症の症状に合わせて、介護する側も認知症への理解を深め、接し方10カ条を基本に、認知症の人の心理や行動を少しずつ受け入れていきましょう。

1 ゆっくり 1つずつ簡潔に

穏やかにゆっくり話すように心掛けるとともに、1つずつ簡潔に伝えるようにしましょう。

2 余裕を持って穏やかな気持ちで対応

雰囲気は敏感に察知しています。介護者のいら立ちは伝わることを理解しておきましょう。



3 思い出させない、間違いを正さない

無理に思い出させようとせず、言い分をよく聞いて、話を合わせます。



4 がんばり過ぎない、抱え込まない

悩みは家族だけで抱え込まないこと。また介護者の健康管理もしっかりしておきましょう。



5 本人の視界に入ったところで声をかける

突然声をかけられるとびっくりします。視界に入ったところで、目を見て話すようにします。



6 信頼関係を大切にする

介護に信頼関係は不可欠です。いつも味方、という態度できちんと接しましょう。



7 しかったり、命令しない

介護者が感情的な物言いをしたり、命令口調だとBPSDを助長しかねません。

8 自尊心を大切に、敬意を払う

症状が進んでも恥ずかしい、つらい思いは本人も同じ。プライドを傷つけないようにします。

9 受け入れて 共感する

無理のない範囲で受け入れることで、双方のイライラや不安が抑えられます。

10 行動パターンを観察し、早めにフォロー

一日の生活パターンを観察し、転倒や火災といった事故防止策、排泄などの対策を立てます。

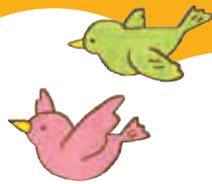


2 認知症の受診と 治療・ケア



3

認知症を予防する



認知症のリスクを高める習慣は「あまり食べない」「あまり体を動かさない」「あまり外に出ない」などです。さあ、今日から、予防のための3原則を実践しましょう。

いただきます!!

認知症予防に特別な食事は必要ありません。バランスよく、規則正しくが肝心です。年をとったら粗食が一番!と思っている人がいるかもしれませんが、大きな誤解。栄養状態の低下は老化のスピードを加速させ、認知機能低下のリスクを高めます。

認知症予防 原則①よく食べる

1日10品目をバランスよく食べて脳を活発に



たんぱく質 (肉・魚・卵・大豆) **+** エネルギー (炭水化物) **は特に大事な栄養素です**

脳のためにも口腔ケアを忘れずに

65歳以上で歯がほとんどなく、入れ歯も使っていない人は、歯が20本以上残っている人に比べ、認知症になるリスクが約2倍になることが分かっています。歯を失ったら入れ歯を作り、入れ歯は歯科医に定期的に調整してもらって、きちんとかんで食べられるようにしましょう。

自分の歯がほとんどなく、入れ歯を使っていない人

認知症のリスクが約2倍

歯が20本以上残っている人

歯や歯茎、入れ歯の不調は全身の不調を招きます。

- 食欲が低下し栄養摂取量が減る ▶ 低栄養
- 筋力が減り活動量が低下する ▶ 転倒、骨折
- 口臭が気になって外出を控える ▶ 閉じこもり



これらは全て寝たきりの原因にもなります!!



認知症予防

原則② よく体を動かす

軽く汗をかく程度のウォーキングを日課に



まず歩こう!!

すぐにできる有酸素運動の代表といえばウォーキング。歩幅を広げて姿勢よく歩くことを心掛けます。併せて、筋肉を使うトレーニングを習慣にすると転倒リスクも遠ざけられます。

プラス 転倒予防に効果的! 筋力アップ体操



3 認知症を予防する

認知症予防

原則③ よく外に出る

お出掛けのきっかけづくりはここから

社会に参加しよう!!

外に出る機会が減っていませんか? 外出が減ると、人との交流や会話が少なくなり、気分的に落ち込み、うつ傾向になる場合があります。また、社会との関わりが活発でないことが、認知症の発症リスクを上げるともいわれています。

着替え

起きたら着替えて、いつでも外出できるように

生活リズム

昼夜逆転など外出や交流を難しくしていませんか

運動習慣

転倒や骨折を防ぎ、外出時の不安を解消しましょう

地域参加

ボランティアや地域の催しに参加しましょう

交流会

趣味のグループ活動や同好会、健康教室に思い切って参加

情報収集

世の中の動きに関心を持ち、新聞や図書館などで情報を収集



4

前橋市の認知症ケアパス



認知症の段階	元気	認知症の疑い 軽度認知症(MCI)
本人の様子	<p style="text-align: center;">自立</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 健康づくりや介護予防に取り組む ● 地域とのつながり(社会参加)を大事にする ● 健診を定期的を受け、生活習慣病などの改善に取り組む 	<ul style="list-style-type: none"> ● もの忘れが増えるが自覚もある(人からも言われ始める) ● 日常生活は自立しているが、計算間違いや漢字のミスなどが増える
家族の心得・対応のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ● 本人と一緒に認知症予防に関する取り組みを実践 	<ul style="list-style-type: none"> ● 年齢のせいにはせず、気になり始めたら、早めにかかりつけ医や各種窓口相談 
介護保険サービス		
相談機関	地域包括支援センター(P. 18~19) 認知症相談窓口(P. 20~21)	
医療機関		
権利擁護・安否確認・見守り		
認知症予防・閉じこもり予防	認知症を語るカフェ・ 介護予防教室・ピンシャン!元気体操・ピンシャン体操クラブ・ふれあいいきいきサロン(P. 29~30)	



認知症は下表のように進行していきます。その段階ごとに、適切な支援や利用できるサービスがあります。認知症ケアパスを見ると、認知症の進行に応じて「いつ」「どこで」「どのような医療や介護サービス」が受けられるか、といったケアの流れが具体的によく分かります。

認知症(初期)

認知症(中期)

認知症(後期)

誰かの見守りがあれば
日常生活は自立

日常生活を送るには
支援や介護が必要

常に専門医療や
介護が必要

- 同じことを何度も聞くようになる
- 物や人の名前が出てこない
- 置き忘れやしまい忘れが増える
- 料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる

- 「物を盗られた」などの発言をする
- 洋服の着替えがうまくできなくなる
- 家までの帰り道が分からなくなる
- 書字・読字が苦手になる
- もの忘れの自覚がない

- 食事、トイレ、お風呂、移動などの日常生活に関することが、誰かの助けがないと難しい
- 車いすやベッド上での生活が長くなる
- 言葉数は少なくなるが、感覚(目・耳・鼻などの機能)は残っている

- 同じことを聞かれても、きちんと返答
- 何でもかんでも取り上げず、本人ができることだけをサポート
- 認知症についての勉強や介護保険サービスの利用を開始する

- さまざまな症状が現れてきて疲れる時期。人の助けを借りよう
- 通所系サービスのみでは困難、訪問系や泊まり系サービスなどの検討を

- 本人が安心できる環境づくりを心掛ける
- 最期の迎え方について家族間で話し合いをしておく



介護保険サービス(P. 18)

車の運転・免許返納(P. 21)

若年性認知症(P. 24~25)

悪質商法(P. 27)

認知症初期集中支援チーム(P. 20)

認知症対応医療機関(P. 22~23)

認知症疾患医療センター(P. 24)

行方不明者の手配(P.28) 見守りキーホルダー登録事業(P.28) GPS端末貸出事業(P. 29)

日常生活自立支援事業(P. 27)

成年後見制度(P. 26)

前橋市はつらつカフェ・認知症サポーター・オレンジパートナーまえばし・本人ミーティング(P. 30~31)

① こんな時、どこに相談したらいいの？

認知症に関する相談をしたい。
介護保険サービスを利用したい。

●地域包括支援センター

●地域包括支援ブランチ

地域の高齢者のみなさんを、総合的に支援するための総合相談窓口です。

介護保険制度のことや高齢者が地域で安心して暮らしていくためのさまざまな心配ごとは、お住まいの地域の地域包括支援センターまたは地域包括支援ブランチへご相談ください。

地域包括支援センター12か所、
地域包括支援ブランチ10か所
設置しています



●おうちで療養相談センターまえばし

医療と介護をつなぐ架け橋として、前橋市医師会が設置し市から委託を受けて連携事業を実施しています。経験のある看護師・介護支援専門員等が在宅医療に関する相談に対応します。

相談時間：月～金(祝日・休日、年末年始は除く) 9:00～17:00

電話：027-233-2264

住所：前橋市岩神町二丁目3-5

●認知症伴走型支援拠点(ibasho いばしょ)

認知症の人とその家族への認知症に係る相談や助言を行うとともに、地域の既存資源を活用して社会参加を促す等の認知症の人の生きがいにつながるような支援を行います。

相談時間：月・水・金 10:00～15:00(祝日・休日、年末年始は除く)

住所：前橋市朝日町三丁目21番11-2号

日赤病院跡地のパークサイドカフェ内

電話：080-2721-3240

介護保険サービス

介護保険のサービスを上手に使うことで、本人の認知症の進行を予防したり、家族の介護負担を軽減することにつながります。

介護保険サービスにはデイサービス(施設への通い)・ショートステイ(短期宿泊)・ホームヘルパーの訪問などにより、食事や入浴といった日常生活上の支援などが受けられます。受けられるサービスは、本人に必要な介護の程度(要介護度)に応じて、ケアマネジャー等がケアプランを作成します。

地域包括支援センター・地域包括支援ランチ連絡先

相談日:月～金(祝日・休日、年末年始は除く)

圏域	包括・ランチ名	住所	電話番号
文京南部	前橋市地域包括支援センター中央	大手町二丁目12-1 前橋市役所2F	027-898-6275
北部中部	前橋市地域包括支援センター中央西	紅雲町一丁目7-13 群馬中央病院附属 介護老人保健施設1F	027-288-0462
	地域包括支援ランチ岩神	岩神町二丁目5-5	027-235-5181
	地域包括支援ランチシャリティエ	表町二丁目18-8	027-221-6517
若宮城東中川	前橋市地域包括支援センター中央東	日吉町二丁目20-14 特養恵風園1F	027-260-6815
上川淵下川淵	前橋市地域包括支援センター南部	朝倉町830-1 前橋協立病院生協会館1F	027-265-1700
	地域包括支援ランチ春日の里	上佐鳥町774	027-265-6688
桂萱	前橋市地域包括支援センター桂萱	江木町1251-1 赤城野荘1F	027-264-0808
東	前橋市地域包括支援センター東	川曲町536 特養あじさい園1F	027-280-5590
	地域包括支援ランチあずま荘	上新田町603-1	027-255-1511
元総社総社清里	前橋市地域包括支援センター西部	大友町三丁目22-9 老年病研究所附属病院南	027-255-3100
	地域包括支援ランチきよさと	青梨子町503	027-254-1400
南橋	前橋市地域包括支援センター南橋	関根町668 特養せきね園1F	027-235-3577
	地域包括支援ランチ創春館	日輪寺町342-1	027-289-0854
永明	前橋市地域包括支援センター永明	天川大島町三丁目705 特養えいめい1F	027-290-2880
城南	前橋市地域包括支援センター城南	上増田町600 特養上毛の里1F	027-267-9898
	地域包括支援ランチすみれ荘	富田町1180-1	027-268-5564
大胡宮城粕川	前橋市地域包括支援センター東部	堀越町1658-1 前橋市社会福祉協議会 大胡支所	027-283-8655
	地域包括支援ランチあゆみの里	粕倉町2189-223	027-280-2520
	地域包括支援ランチ元気の郷	粕川町月田400	027-280-9111
芳賀富士見	前橋市地域包括支援センター北部	富士見町小沢207-1 特養サンホームふじみ1F	027-288-7770
	地域包括支援ランチほのぼの荘	金丸町252-1	027-269-1207

4 前橋市の
認知症ケアパス

① こんな時、どこに相談したらいいの？



訪問してもらいたい。

●前橋市認知症初期集中支援チーム

認知症が疑われる人やその家族に対し、早期診断・早期対応に向けた支援を集中的に行うことを目的とした、医療や介護の専門職によるチームです。チーム員は、認知症の医療や介護の専門知識と経験のある専門職が従事しています。

チーム員が家庭訪問し、受診や介護サービスにつなげるためにお手伝いをしたり、対応の方法についてご家族へアドバイスをします。

認知症の専門医がチーム員に指導・助言をしています。

★担当地区の地域包括支援センター(P.19)へお申し込みください。

40歳以上の在宅生活をしている人が、認知症状などで介護や対応にお困りの場合、『**認知症初期集中支援チーム**』がご家庭へお伺いしてサポートします！

例えば・・・

- ・介護サービスを利用してほしいけど、なかなかうまくつながらない
- ・物忘れが進んで、薬やお金の管理、家事動作などがうまくできなくなってきた
- ・認知症による症状が強く、介護や対応に困っている
- ・認知症疾患の診断を受けてほしいが、うまく受診につながらない など



最近、おばあちゃんのもの忘れがはじまったようで、どうしたらよいか困っています。



それは心配ですね。認知症初期集中支援チームが訪問して、詳しくお話を聞かせていただいてもよろしいですか？

認知症の人の介護経験のある家族に話を聞いてほしい。
介護経験のある人と会って情報交換をしたい。

●認知症の人と家族の会 群馬県支部

◎認知症の人と家族のための電話相談…認知症の人や家族からの相談に応じています。

相談時間：月～金（祝日・休日、年末年始を除く）10:00～15:00 電話番号：027-289-2740

◎つどい、会報の発行、介護家族支援講座、認知症理解の促進などを行っています。

電話番号：027-289-2740 FAX：027-289-2741

住所：前橋市新前橋町13-12 群馬県社会福祉総合センター7F

【県央（前橋・高崎）のつどい】

毎月第4日曜日10:00～12:00 群馬県社会福祉総合センター

●認知症の人と家族の会 本部

フリーダイヤルによる電話相談です。研修を受けた介護経験者が対応します。

相談時間：月～金（祝日・休日、年末年始を除く）10:00～15:00 電話番号：0120-294-456

（携帯電話からは050-5358-6578（有料））

電話で相談できるところを知りたい。

●群馬県地域密着型サービス連絡協議会

地域密着型サービス事業所(グループホーム・小規模多機能型居宅介護事業所・認知症対応型通所介護事業所)に勤務する認知症介護の専門職が相談に対応します。

下記の連絡先でお近くの相談窓口事業所を紹介します。

相談時間:月~金(祝日・休日、年末年始を除く) 9:00~17:00 電話:027-289-0908 FAX:027-289-0909

住所:前橋市新前橋町13-12 群馬県社会福祉総合センター7F

●認知症110番(公益財団法人認知症予防財団)

認知症に関する相談に専門家が答えます。認知症一般の医学的相談は予約し、大学の専門医に直接相談できます。

相談時間:月曜と木曜(月曜が休日時は原則翌火曜) 10:00~15:00 電話:0120-654-874

認知症の人の車の運転について相談したい。

●安全運転相談

◎加齢に伴う視力や筋力の低下、認知症や脳卒中等の病気で運転に不安な方やその家族等の方はお気軽にご相談ください。

《問い合わせ先》群馬県総合交通センター適性検査係 シャープハレバレ 電話: # 8080 (通話料は利用者負担となります。)

相談時間:月~金(祝日・休日、年末年始を除く) 8:30~17:15

住所:前橋市元総社町80-4 群馬県総合交通センター(1F)

●免許返納窓口

- (1) 群馬県総合交通センター 1F 運転免許課窓口 電話:027-253-9300
受付時間:月~金(祝日・休日を除く) 8:30~11:00 13:00~16:00
- (2) 前橋東交通安全協会 電話:027-243-3231
受付時間:月~金(祝日・休日を除く) 8:30~11:00 13:00~16:00
- (3) 大胡分庁舎 運転免許窓口 電話:027-283-0110
受付時間:水(祝日・休日を除く) 8:30~11:00 13:00~16:00

4

前橋市
の
認知症
ケア
バス

1

こんな時、どこに相談したらいいの？



② 認知症の相談ができる医療機関

物忘れが気になりはじめたら、まずは、かかりつけ医に相談しましょう!

● 認知症対応医療機関

認知症に関する相談ができる医療機関一覧です。(前橋市医師会提供)

令和5年7月1日現在

地域	No.	医療機関名	所在地	電話番号
北部 ・ 中部	1	木村医院	平和町2-1-7	231-3070
	2	清宮医院	紅雲町2-12-10	221-6518
	3	込谷クリニック	岩神町4-2-5	231-0366
	4	神宮医院	岩神町3-18-17	289-0500
	5	田中醫院	千代田町1-5-5	231-2443
	6	長崎医院	住吉町2-12-5	231-3274
	7	前橋ふえきクリニック	表町2-27-22	224-2818
	8	村山医院	表町1-13-17	221-4643
	9	老年病研究所附属高玉診療所	本町1-17-4	223-1414
文京 ・ 南部	10	あづまクリニック	六供町566-1	220-1220
	11	安部内科医院	南町3-39-9	221-2339
	12	家崎医院	南町2-10-10	221-7888
	13	おおしまクリニック	文京町4-21-19	289-0030
	14	齋藤医院	南町2-66-27	221-0258
	15	塩崎内科医院	文京町3-10-10	221-8063
	16	下田内科医院	南町3-64-13	221-3155
	17	中村外科医院	文京町1-33-18	221-3951
	18	はしづめ診療所文京町	文京町2-10-26	220-5720
若宮 ・ 城東 ・ 中川	19	うぶかた循環器クリニック	城東町2-10-4	231-2511
	20	齋藤医院	朝日町4-20-15	224-7134
	21	清王寺クリニック	日吉町3-23-1	234-4313
	22	春山医院	日吉町2-8-5	233-1551
	23	前橋協立診療所	城東町3-15-28	231-6060
	24	みずしま脳神経内科・内科クリニック	朝日町1-19-8	289-6788
	25	山下医院	城東町4-11-17	231-3726
	26	若宮内科	日吉町4-44-47	234-6001
上川淵 ・ 下川淵	27	うめだ内科クリニック	鶴光路町396-1	212-0678
	28	大山クリニック	山王町2-20-16	266-5410
	29	小林内科胃腸科クリニック	朝倉町930-3	290-3200
	30	定方医院	亀里町1103-1	265-0345
	31	山王リハビリテーション病院	山王町133	266-8622
	32	すえまる内科	新堀町1038-1	212-5162
	33	はしづめ診療所	公田町515-1	226-1806
	34	二子山クリニック	朝倉町1-3-18	263-1331
	35	前橋協立病院	朝倉町828-1	265-3511
	36	前橋赤十字病院	朝倉町389-1	265-3333
	37	前橋プライマリ泌尿器科内科	上佐鳥町51-3	289-4651
	38	やなぎさわファミリークリニック	朝倉町893-2	265-0050
桂萱	39	赤城病院	江木町1072	269-5111
	40	厩橋病院	江木町1241	269-2530
	41	江木町クリニック	江木町98-5	263-1101
	42	大塚内科医院	三俣町1-19-25	231-2399
	43	かたひら内科医院	下沖町335-1	230-8811

地域	No.	医療機関名	所在地	電話番号
桂 萱	44	狩野脳神経外科医院	上泉町698-3	269-5454
	45	小坂橋医院	上泉町354-2	261-2122
	46	永島内科医院	三俣町2-11-20	232-6435
	47	馬場内科医院	上泉町101-1	223-5301
	48	福山内科	東片貝町97-7	243-1380
	49	前橋脳外科クリニック	東片貝町720	221-8145
	50	吉野医院	三俣町2-13-10	232-3333
東	51	青山医院	古市町350	251-2861
	52	いわさき内科・皮ふ科	稲荷新田町222-8	212-1010
	53	木村神経科医院	箱田町463	254-1110
	54	木村内科医院	箱田町463	253-8883
	55	さとり循環器・内科クリニック	大利根町2-32-4	225-2327
	56	すぐた医院ゆう子キッズクリニック	光が丘町10-6	251-5622
	57	つちや内科クリニック	小相木町1-1-4	256-7770
	58	富沢医院	江田町580	251-5414
	59	中田クリニック	箱田町1039-4	251-1360
	60	八代医院	川曲町25-4	255-0846
元総社 ・ 総社 ・ 清里	61	うしいけ内科クリニック	元総社町1770-4	289-0841
	62	おおつか内科クリニック	大友町3-23-4	252-6006
	63	木暮医院	清野町104-1	251-9101
	64	こなか医院	総社町総社2628	280-5570
	65	さるきクリニック	青梨子町178	210-7171
	66	周東クリニック	元総社町1200-1	280-5550
	67	すがの内科医院	総社町植野328-5	256-8121
	68	富沢内科医院	石倉町2-7-4	251-4779
	69	平井外科医院	大友町2-16-7	251-5803
	70	老年病研究所附属病院(認知症疾患医療センター)	大友町3-26-8	252-7811
南 橋	71	市川クリニック	下小出町2-52-4	212-5122
	72	伊藤内科医院	下小出町2-49-16	232-0537
	73	岡野内科胃腸科医院	荒牧町1-13-10	237-1200
	74	小野内科クリニック	川原町2-22-4	212-8852
	75	斉藤内科泌尿器科医院	上小出町2-42-5	231-1069
	76	上武呼吸器科内科病院	田口町586-1	232-5000
	77	瀬田医院	龍蔵寺町103	232-5658
	78	外山内科・循環器内科クリニック	荒牧町2-33-9	232-8000
	79	豊田内科医院	上小出町1-30-1	234-1223
	80	富士たちばなクリニック	日輪寺町342-2	230-1155
	81	前橋北病院	下細井町692	235-3333
	82	宮石内科医院	上細井町1955-1	234-1876
永 明	83	金子クリニック	東上野町20-1	212-5085
	84	上毛病院(認知症疾患医療センター)	下大島町596-1	266-1814
	85	関内科医院	天川大島町1-7-12	224-4680
城 南	86	善衆会病院	筑井町54-1	261-5410
	87	たけい内科クリニック	小屋原町582-4	280-8080
	88	中嶋医院	小屋原町976-1	266-1601
	89	萩原内科医院	荒子町1585-2	268-1415
	90	前橋東クリニック	下大屋町558-9	268-2260
	91	もてぎ内科医院	上増田町510	266-5671
大胡・宮城・粕川	92	江沢医院	粕川町女淵348-1	285-6777
	93	深沢内科クリニック	堀越町1193-1	283-0003
芳 賀・富士見	94	佐治内科医院	端気町374-15	264-3500
	95	武田クリニック	富士見町時沢1869-1	226-1114
	96	北條内科クリニック	嶺町88-104	269-5503

4 前橋市の
認知症ケアパス

2 認知症の相談ができる医療機関



● 認知症疾患医療センター

認知症疾患に関する鑑別診断、認知症専門医療の提供と介護サービス事業所等との連携を図ります。

《市内の認知症疾患医療センター》 ※受診の前に電話でご相談ください。

病院名	住所	センター連絡先	若年性認知症支援コーディネーター
群馬大学医学部附属病院	昭和町三丁目39-15	027-220-8047	
上毛病院	下大島町596-1	027-266-1814	*
			※若年性認知症相談 メールアドレス jakunen@jnk.jp
老年病研究所附属病院	大友町三丁目26-8	027-252-7811	*

※ *印の認知症疾患医療センターには **若年性認知症支援コーディネーター** が配置されています。

③ 「若年性認知症」について相談したい

● 若年性認知症とは？

若年性認知症とは、65歳未満で発症した認知症のことをいいます。

働き盛りの世代の認知症の発症は、経済的な問題、身体的・精神的な負担等、ご本人だけでなく、ご家族の生活に与える影響が大きくなります。

● 若年性認知症支援コーディネーターとは？

若年性認知症支援コーディネーターは、ご本人やご家族の支援をワンストップで行います。

専門医療に関すること、利用できる各種制度やサービスに関すること、介護に関することなどの情報提供や、必要に応じて関係機関との連携・調整を行います。

※若年性認知症支援コーディネーターは、上記*印の認知症疾患医療センターに配置されています。

ご相談ください!



本人・家族が集える場や
家族会などはあるの？

若年性認知症の人の
子供に対するケアは？

医療費助成、障害年金など利用
できる制度について知りたい。

どんな医療機関を
受診したらいいの？

障害福祉や介護保険の
サービスは受けられるの？

仕事を続けたいけれど
どうしたらいいの？



●若年性認知症コールセンター

専門教育を受けた相談員が対応します。

相談時間：月～土曜日 10:00～15:00 ただし水曜日 10:00～19:00 (年末年始、祝祭日除く)

電話番号：0800-100-2707 (フリーコール・無料)

メール相談：<https://y-ninchisyotel.net/> の専用フォームからご入力ください。

●若年認知症ぐんま家族会

◎若年性認知症の本人・家族と支援者(賛助者)で構成し、本人・家族の安息並びに心豊かな生活づくりを目指して、研修、情報交換、野外活動、広報活動などを行っています。

事務局 メールアドレス:jngkazokukai@outlook.jp

住所:〒376-0005 桐生市三吉町二丁目2-14

【若年認知症ぐんま家族会】… 詳細はメールで確認してください。

定例会の開催:相談会・研修会・介護体験交流会:毎月第2月曜日 14:00～16:00

会場:主たる会場は、前橋市総合福祉会館

●若年性認知症の人が受けられる主な制度

若年性認知症の人が受けられる主な制度	
介護保険サービス	65歳未満の人でも、認知症と診断され、要介護認定を受けた場合「介護保険サービス」を利用することができます。(P.18参照)
精神障害者 保健福祉手帳	若年性認知症の方が、一定の障害の状態にあることを証明するものです。この手帳により税の控除、各種割引などが受けられます。 ※若年性認知症の方でも診断名により申請できない場合があります。 お問い合わせ先 前橋市役所保健予防課 こころの健康係(保健所1F) 電話:220-5787
自立支援医療 (精神通院医療)	若年性認知症のため、指定の医療機関等で継続的な通院治療を必要とする場合に医療費の負担が軽減される制度です。 ※若年性認知症の方でも診断名により申請できない場合があります。 お問い合わせ先 前橋市役所保健予防課 こころの健康係(保健所1F) 電話:220-5787
障害年金	病気やケガによって障害を受けた時に支給されます。受給には障害の程度のほか、保険料の納付状況など一定の要件があります。 お問い合わせ先 前橋年金事務所 お客様相談室 電話:231-1709(音声案内後1⇒2を押す) 前橋市役所 市民課年金係 電話:898-6254
特別障害者手当	日常生活において常時介護を必要とする20歳以上の在宅の方(社会福祉施設入所中や病院等に3か月以上入院している人を除く)に手当てを支給します。所得制限があります。 お問い合わせ先 前橋市役所障害福祉課 福祉サービス係(保健所1F) 電話:220-5711



4 権利擁護・見守りサービス

権利擁護について相談したい。

成年後見制度

認知症の人の日常生活の支援や財産管理、悪質商法によって被害を受けないようにするなど、家庭裁判所が選んだ後見人などが本人の保護や支援を行います。支援の内容は本人の判断能力によって異なります。

法定後見制度（本人の判断能力がすでに不十分）

後見	本人の判断能力が欠けているのが通常の状態、普段の買い物なども難しい
保佐	本人の判断能力が著しく不十分で、大切な財産の管理などが難しい
補助	本人の判断能力が不十分で、大切な財産の管理が不安

任意後見制度

（本人がまだ
しっかりしている）

判断能力が十分なうちに、あらかじめ「だれ」に「何」を頼むか決めることができる制度です。

《成年後見制度に関する相談窓口》

●地域包括支援センター

担当地区の地域包括支援センター(P.19)へご相談ください。

●前橋市社会福祉協議会(あんしんサポートまえばし) 成年後見専門相談

成年後見制度に関する質問や、利用に対しての相談、申請手続きに関する助言、関係機関への案内など、専門的な立場から支援します。

相談時間：月～金（祝日・休日、年末年始を除く）8:30～17:15

電話：027-237-1261（前橋市社会福祉協議会 地域福祉課 生活支援係）

※専門職（弁護士・司法書士・社会福祉士）による相談は予約が必要です。ご相談ください。

●法テラス群馬（日本司法支援センター群馬地方事務所）

営業時間：月～金（祝日・休日、年末年始は除く）9:00～17:00 電話：0570-078320

住所：前橋市千代田町二丁目3-12 しののめ信用金庫前橋営業部ビル4F

●高齢者・障がい者向け無料電話相談「ひまわりあんしんダイヤル」(群馬弁護士会)

相談時間：月～金（祝日・休日、年末年始は除く）9:00～12:00 13:00～17:00 電話：027-234-9321（初回20分無料）

●(公益社団法人)成年後見センター・リーガルサポート群馬（群馬司法書士会）

相談時間：月～金（祝日・休日、年末年始は除く）9:00～12:00 13:00～17:00 電話：027-224-7773

●公益社団法人コスモス成年後見サポートセンター群馬県支部（群馬県行政書士会）

相談時間：月～金（祝日・休日、年末年始は除く）10:00～15:00 電話：027-234-3677

●権利擁護センターぱあとなあ群馬（群馬県社会福祉士会）

相談時間：月～金（祝日・休日、年末年始は除く）9:00～12:00 13:00～17:00 電話：027-212-8388

日常的な金銭管理等の支援をお願いしたい。

●日常生活自立支援事業

認知症高齢者など、自分ひとりで契約などの判断をすることが不安な人やお金の管理に困っている人が、地域において自立した生活が送れるよう、利用者との契約に基づき福祉サービス利用援助などを行います。

「あなたに代わって、銀行へ行ってきます」…払戻し、支払い、手渡し

「あなたといっしょに、お手紙を読みます」…手続き、受取り

前橋市社会福祉協議会 地域福祉課 生活支援係 電話:027-237-1261

悪質商法等について相談したい。

●前橋市消費生活センター

消費生活センターは、契約に関するトラブルの相談など消費者のための相談や情報提供を行っています。悪質商法の被害にあいやすい認知症の方にとって頼りになる相談機関です。

相談時間 月～金(祝日・休日、年末年始は除く) 9:00～17:00 電話:027-898-1755

FAX:027-221-6200

住所:前橋市大手町二丁目12-1 前橋市議会庁舎1F

高齢者虐待について相談したい。

●地域包括支援センター

高齢者に対する虐待を見たり聞いたりした場合、または虐待があると疑われた時は、担当地区の地域包括支援センター(P.19)へ連絡してください。

※通報した人の個人情報厳守します。

高齢者虐待防止法では、「虐待を受けたと思われる高齢者に生命または身体に危険が生じている場合には通報する義務がある」「生命または身体に危機が生じていない場合には、通報するように努めなくてはならない」とされています。

《虐待の種別》

身体的虐待、介護・世話の放棄・放任、経済的虐待、精神的虐待、性的虐待



4

前橋市の
認知症ケア
パス

4

権利擁護・見守りサービス



認知症の見守りサービスについて知りたい。

●行方不明者の手配(メール配信)

高齢者が行方不明になった時は、すぐ最寄りの警察署へ届けてください!

前橋警察署 電話:027-252-0110

前橋東警察署 電話:027-225-0110

※家族のご希望により、行方不明者情報を前橋市「まちの安全ひろメール」や群馬県警察「上州くん安全・安心メール」から配信することができます。また、前橋市の防災ラジオでも行方不明者情報を放送しています。

メールの登録をお願いします!

前橋市「まちの安全ひろメール」
群馬県警察「上州くん安全・安心メール」の登録方法

- ① インターネット接続が可能な端末(携帯電話・パソコン等)から空メールを送信してください。
※二次元コード対応機種については二次元コードを読み取ると便利です。

まちの安全ひろメール



touroku.maebashi-city@raiden.ktaiwork.jp

上州くん安全・安心メール



josyu@sg-m.jp

- ② 「仮登録受付完了」メールが届きます。
 - ③ 「仮登録受付完了」メールを開くと登録用のURLが掲載されています。
 - ④ 登録画面にて必要な事項を登録します。
 - ⑤ 「本登録完了」のメールが届き登録完了となります。
- 「上州くん安全・安心メール」で該当の警察署管内「SOSネットワーク」を選択→必要に応じて、行方不明者手配メールの24時間配信や、選択した警察署管内以外の手配メールが配信されます。

●見守りキーホルダー登録事業

【内容】 認知症等により行方不明となるおそれのある高齢者等に対し、見守りキーホルダーを配布し、高齢者等が行方不明となった際に、早期発見、早期保護できるよう緊急連絡先や身体的特徴、顔写真などを事前に登録します。

【対象者】 (1) 65歳以上の高齢者で、行方不明になるおそれがある方
(2) 40歳以上65歳未満で、認知症、高次脳機能障害及びその他の認知機能低下をきたす疾患により、行方不明になるおそれがある方

※市外転居、特別養護老人ホーム入所、行方不明になるおそれなくなった等の場合、登録取消しとなり、キーホルダーは返還していただきます。

【登録窓口】 市長寿包括ケア課(市役所2階35番窓口)

【申請書類】 前橋市見守りキーホルダー登録事業申請書及び同意書、ご本人の写真1枚(申請書類は市ホームページからダウンロードできます)

※登録した内容(申請書・写真)を管轄警察署等に情報提供します。



※キーホルダーは緑と青があり、登録される方の居住地により色分けされています。

《問い合わせ先》 前橋市役所 長寿包括ケア課 地域支援係 電話:027-898-6275

●GPS端末貸出事業

認知症により行方不明となるおそれがある高齢者等に対し、人工衛星を利用した行方不明高齢者等の位置情報検索用の端末(GPS端末)を貸し出します。

- 【内 容】**
- ・ GPS機器を携帯することで介護しているご家族等が行方不明高齢者等の位置情報を検索することができます。
 - ・ コールセンターが24時間365日体制で、ご家族等に位置情報を提供します。

【対 象 者】 GPS端末の維持管理(充電等)を代行でき、行方不明となった場合に、位置情報の確認後、迎えに行くことができるご家族等がいる方で、次のいずれかに当てはまる方

- (1) 在宅の65歳以上の高齢者で、行方不明になるおそれがある方
- (2) 在宅の40歳以上65歳未満で、認知症、高次脳機能障害及びその他の認知機能低下をきたす疾患により、行方不明になるおそれがある方

※各種施設に入所している場合は該当になりません。

【自己負担額】 月額1,000円(靴などの装着品は別途実費となります)



《問い合わせ先》 前橋市役所 長寿包括ケア課 地域支援係 電話:027-898-6275

5 認知症予防・閉じこもり予防のために利用できるサービス

●介護予防教室

65歳以上の方を対象に、いきいきと元気に自分らしい生活を送るための介護予防・認知症予防の教室を開催しています。

教室の内容や開催日時は「広報まえばし」等でご確認の上、お申し込みください。

《申し込み・問い合わせ先》

前橋市役所 長寿包括ケア課 介護予防係 電話:027-898-6133 FAX:027-223-4400

●ふれあい・いきいきサロン

身近な地域で開催されるふれあい・いきいきサロンは、誰もが気軽に参加できる憩いの場として多くの方に利用されています。

《問い合わせ先》

前橋市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係 電話:027-237-1142 FAX:027-219-0337

まえばしハツラツマップ♪

前橋市にある通いの場は、Googlemap上で確認できるものがあります。

こちらからご確認ください。⇒

※情報は随時更新中です。詳しい情報は、実施事業所等へご連絡ください。



●ピンシャン!元気体操

前橋市では誰でも簡単に行えるオリジナルの介護予防体操「ピンシャン!元気体操」を下記の会場で実施しています。各会場では、体操のほかに健康相談や健康教室を随時実施しています。

会 場		連絡先
総合福祉会館 日吉町二丁目17-10	健康増進室	TEL:232-3161
しきしま老人福祉センター 荒牧町1154-1	体操室	TEL:233-2121 FAX:234-0232
ひろせ老人福祉センター 広瀬町二丁目16	体操室	TEL:261-0880 FAX:261-0879
おおとも老人福祉センター 大友町一丁目12-10	第3クラブ室 体育館	TEL:252-3077 FAX:252-3207
かすかわ老人福祉センター 粕川町前皆戸189-1	プレイルーム	TEL:285-3801 FAX:285-3807
ふじみ老人福祉センター 富士見町田島866-1	体操室	TEL:288-6113 FAX:288-6893
みやぎふれあいの郷 柏倉町2621	健康増進室	TEL:283-8633 FAX:283-8630

送迎:なし〔老人福祉センターは無料巡回バスあり〕

参加費:無料

■各会場の時間や定員などの詳細については、各施設までお問い合わせください。

■ピンシャン!元気体操のCD・DVDを貸し出ししています。

前橋市役所 長寿包括ケア課、前橋市立図書館、各公民館図書館、各老人福祉センター



「ピンシャン!元気体操」
の動画は「じじいから」
視聴できます

●ピンシャン体操クラブ

介護予防サポーターが中心となり、「ピンシャン!元気体操」全6曲を月2回以上の頻度で行うグループです。短時間や屋外等で行う「ピンシャン元気ひろば」もあります。開催場所や日時は、お問い合わせください。

《問い合わせ先》

前橋市役所 長寿包括ケア課 介護予防係 電話:027-898-6133 FAX:027-223-4400

その他、認知症支援について知りたい。

●認知症を語るカフェ

認知症の早期の気づきや認知症の方の生きがいづくり、ご家族の交流の場として開催しています。認知症の方や家族の方、どなたでも参加できます。お茶を飲みながらリラックスして語りませんか。相談機関の専門職や介護経験者が相談に対応しています。

●前橋市はつらつカフェ

地域の枠を超えた交流の場として、高齢者支援に関わる事業所が開催する集いの場です。散歩の途中で立ち寄って会話を楽しんだり、介護をされている方が介護や医療の専門職へ日々の悩みを相談したりと、利用の仕方はさまざまです。認知症の方も気軽にご利用できます。それぞれのカフェで工夫を凝らした内容を企画しています。はつらつカフェの開催場所や日時等はお問い合わせください。前橋市のホームページにも掲載されています。

●認知症サポーター

認知症サポーターは認知症のことを正しく理解し、認知症の人やその家族の方を温かく見守り支援する応援者です。前橋市では認知症に関する正しい知識や対応の仕方などを学ぶことができる「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

●オレンジパートナーまえばし

オレンジパートナーまえばしとは、「ステップアップ講座」を修了した認知症サポーターで、認知症になっても安心して暮らし続ける地域づくりを目指して認知症普及啓発活動をしているボランティアです。令和4年度からパートナーの養成を開始しています(ステップアップ講座は毎年開催予定)。詳しい内容についてはお問い合わせください。

●もの忘れがちょっと気になる人の会(本人ミーティング)

認知症と診断されたご本人同士が集まって語り合う場です。自らの体験や不安に思うこと、工夫していること、楽しんでいること、こういう地域になったら暮らしやすいと思うことなどを一緒に話してみませんか。ご家族と一緒にでも、ご本人だけでも参加できます。開催場所や日時等(令和5年度は隔月開催)についてはお問い合わせください。

なぜ、本人ミーティングが必要なのか？

本人

自分の声を聴いてもらえない。
分かってくれる人や仲間に出会えない。
世話になるだけではなく、
誰かの役に立ちたい。



地域の人、支援関係者、行政

本人の声をよく聴いたことがない。
本人が地域の中で生きがいを持って暮らし続けるために、
どんなサービスが必要か分からない。



- 本人が仲間と出会い、思いを素直に語れる場／聴く場が、地域にあつたらお互いが楽に、元気になれる。
- 本人の声をもとに、本人と地域の様々な人が一緒に考え、活かしていくことでやさしいまちをスムーズにつくれる。

地域の現状をみんなで一緒に、よりよく変えていこうとして始まったのが本人ミーティングです。

参考：一般財団法人 長寿社会開発センター／本人ミーティング開催ガイドブック(平成29年3月発行)

《申し込み・問い合わせ先》

前橋市役所 長寿包括ケア課 介護予防係 電話：027-898-6133 FAX：027-223-4400





6 家族がつくった認知症早期発見の目安 (公益社団法人 認知症の人と家族の会)

下記は認知症の症状やその特徴を記載しています。認知症は早めの対応が、進行を遅らせたり、症状を軽減したりすることにつながります。医学的な診断基準ではありませんので、該当する項目がある場合は、かかりつけ医や地域包括支援センター(P.19)などに相談しましょう。

もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった



時間・場所が分からない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある



人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた



不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる



このチェックリストはご本人だけでなく、ご家族など周囲の方にもチェックしていただくことが大切です。ご本人に認識がなくとも、認知症の場合は周囲の人が日常の変化に気づいている場合があります。

(別紙1)

令和2年度老人保健健康増進等事業
認知症ケアパスの作成と活用の促進に関する調査研究

認知症ケアパスコンテスト（概要）

<選考の流れ>

認知症ケアパスの冊子・リーフレットは自治体によってページ数が様々であることや、詳細版、概要版など複数の認知症ケアパスを作成している自治体があることを考慮し、ページ数によって以下の4つの部門に分類。

①29ページ以上、②9~28ページ、③8ページ以下、

④複数の認知症ケアパスを作成・(コンテストに)提出

※応募のあった認知症ケアパスのページ数の分散を考慮し、上記の区分けとした。

【1次審査】

令和2年10月から12月にかけて実施した全国調査の回答を元に、

- ①認知症の人または家族の意見を取り入れて認知症ケアパスを作成している、
 - ②多職種・多機関で認知症ケアパスを作成している(協力を得た機関・人数)、
- の2点を確認。基準点に達した自治体が2次審査に進出。

【2次審査】

以下の8つの大項目ごとに基準点を設け、6項目以上が基準点に達した自治体を優秀賞として選出(注:8ページ以下の部門のみ、④の内容の充実の基準点を引き下げ:ページ数が少ない分、掲載できる情報に限りがあるため)。

- 大項目① 当事者視点
- ② 地域で支える視点
- ③ 社会資源の整理
- ④ 内容の充実
- ⑤ 利便性
- ⑥ 活用・評価
- ⑦ わかりやすさ/デザイン
- ⑧ 機能性

※項目の詳細については別紙3を参照

さらに、他自治体が認知症ケアパス作成の際に「参考にした」との回答が多かった上位3自治体に特別賞を授与。

(別紙2)

優秀賞、特別賞 受賞自治体一覧

<優秀賞>

○ 認知症ケアパスのページ数：29 ページ以上の部門

千葉県柏市、長野県小諸市、愛知県豊橋市、福岡県久留米市、
長崎県諫早市、長崎県大村市

○ 認知症ケアパスのページ数：9～28ページの部門

秋田県美郷町、東京都板橋区、東京都葛飾区、静岡県沼津市、
静岡県御殿場市、静岡県東伊豆町、愛知県半田市、大阪府豊中市、
兵庫県伊丹市、福岡県大牟田市、福岡県飯塚市

○ 認知症ケアパスのページ数：8 ページ以内の部門

茨城県日立市、長野県諏訪市、長野県駒ヶ根市、愛知県東海市、
三重県松阪市、大阪府交野市、岡山県高梁市、香川県観音寺市

○ 認知症ケアパスを複数作成・提出

千葉県松戸市、大阪府守口市、岡山県津山市、山口県萩市、
山口県岩国市、長崎県佐世保市

<特別賞>

東京都町田市、京都市、仙台市

※各自治体の認知症ケアパスは別紙4にあるホームページをご参照下さい。
(ホームページに掲載していない自治体(印刷物のみ)もあります)
※コンテストは応募時のもので実施しておりますが、自治体によってその後
更新・改訂を行っているところもあります。

(別紙3)

認知症ケアパスコンテスト 確認項目

*オレンジの色がついているところは、全国調査における自治体の回答を転記。

R2年度老健事業：認知症ケアパスの作成と活用の促進に関する調査研究 認知症ケアパスコンテスト 確認項目			
自治体名	都・道・府・県	区・市・町・村	初版
基礎情報	人口規模： 千人	高齢化率： %	ページ数
対象別作成 (IV-Q2,Q3)	本人 家族 一般 高齢者 専門職 その他(): 対象別 作成有 ・ 作成していない		参考自治体
大項目	項目		調査票
①当事者視点	I 認知症とともに生きる人や家族から、意見収集やニーズの把握を行い反映しているか		II-Q4-2 IV-Q2
	II わかりやすい表現や言葉使い等の配慮が行われているか		
	III 社会資源等を活用しながら地域で暮らしていく自分や家族の姿がイメージできそうか		
②地域で支える視点 <small>(様々なステークホルダーの参加)</small>	I 作成委員会や既存会議の活用等を通じ、作成・アップデートが行われているか		II-Q5
	II 多職種で認知症ケアパスの作成・検討が行われているか		II-Q6
③社会資源の整理	I 地域包括ケアの考えに基づく、予防、生活支援、介護、医療、住まいの5つの視点があるか		
	II 地域の社会資源が体系的に整理され、その役割がわかりやすく説明しているか		
④内容の充実	I 最新の情報となるよう適宜アップデートに努めているか		III-Q1
	II 本人の意向や意思決定支援等にかかる情報は掲載されているか		IV-Q6
	III 認知症に関する基礎的な情報が掲載されているか		IV-Q6
	IV 介護保険以外の情報が充実しているか <small>(認知症サポーター、認知症カフェ、認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員、家族支援、経済的支援 等々)</small>		IV-Q6
	V 早期発見・早期対応の重要性や認知症の進行を緩やかにすると考えられている情報が掲載されているか		IV-Q6
	VI 具体的な相談先や受診先に関する情報が掲載されているか		IV-Q6
	VII 若年性認知症の本人のニーズにも応えられる内容となっているか		IV-Q6
⑤利便性	I 様々な場所に配布されているか		IV-Q4-2
	II ウェブサイトに掲載されているか		IV-Q4
	III 手に取りやすい工夫がされているか		
⑥活用・評価	I 認知症ケアパスを活用しているか		V-Q1
	II 認知症ケアパスの効果を測る方法・指標を設けているか		V-Q2
⑦わかりやすさ/ デザイン	I 文字の大きさ、色使い、挿し絵、キャラクターの活用などの工夫があるか		
	II サービスの活用のイメージが湧きやすい内容となっているか		
⑧機能性	I 相談につながる工夫があるか		
	II 早期診断につながる工夫があるか		
⑨その他(特記事項)			

(別紙4)

認知症ケアパスコンテスト 受賞自治体

認知症ケアパス URL

<優秀賞>

千葉県柏市	https://www.city.kashiwa.lg.jp/chikihokatsu/kaigo/ninchisho/guidebook.html
長野県小諸市	https://www.city.komoro.lg.jp/soshikikarasagasu/hokenfukushibu/koreifukushika/1/3/nintisyo/8667.html
愛知県豊橋市	https://www.city.toyohashi.lg.jp/41934.htm
福岡県久留米市	https://www.city.kurume.fukuoka.jp/1070kenkou/2030koureikaigo/3010kourei/2016-0706-1345-34.html
長崎県諫早市	https://www.city.isahaya.nagasaki.jp/post24/23332.html
長崎県大村市	https://www.city.omura.nagasaki.jp/choujuseisaku/kenko/fukushi/koresha/ninchisho/carepass.html
秋田県美郷市	(印刷冊子のみ)
東京都板橋区	https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/ninchisho/ninchisho/1003763.html
東京都葛飾区	https://www.city.katsushika.lg.jp/kurashi/1000052/1017409/1017378.html
静岡県沼津市	https://www.city.numazu.shizuoka.jp/kurashi/fukushi/kaigo/supporter/doc/ninchisyoguide.pdf
静岡県御殿場市	https://www.city.gotemba.lg.jp/kenkou/c-2/c-2-4/1292.html
静岡県東伊豆町	https://www.town.higashiizu.shizuoka.jp/bg/life/ent/2047.html
愛知県半田市	https://www.city.handa.lg.jp/kaigo/documents/carepath.html
大阪府豊中市	https://www.city.toyonaka.osaka.jp/kenko/kaigo_hukushi/nijinetto/nijinetto2.files/otasukemappu201803.pdf
兵庫県伊丹市	http://www.city.itami.lg.jp/SOSIKI/KENKOFUKUSHI/KAIGO/sonotasabisu/1461658110147.html
福岡県飯塚市	https://www.city.iizuka.lg.jp/korehokatsu/nintisyo/carepass.html
福岡県大牟田市	(印刷冊子のみ) I
茨城県日立市	https://www.city.hitachi.lg.jp/shimin/003/001/003/p081576.html
長野県諏訪市	http://www.lifedoor-suwa.jp/
長野県駒ヶ根市	https://www.city.komagane.nagano.jp/gyosei/kenko_fukushi/koreishashien_kaigo/koreishashien/ninchisyo/3767.html
愛知県東海市	http://www.city.tokai.aichi.jp/13009.htm
三重県松阪市	https://www.city.matsusaka.mie.jp/uploaded/attachment/38911.pdf
大阪府交野市	https://www.city.katano.osaka.jp/docs/2018052300014/
岡山家高梁市	https://www.city.takahashi.lg.jp/soshiki/20/takahasisininchishoucarepass.html
香川県観音寺市	https://www.city.kanonji.kagawa.jp/soshiki/49/15978.html

千葉県松戸市	https://www.city.matsudo.chiba.jp/matsudodeikiiki/mokuteki/ninchisho/keapasu.html
大阪府守口市	http://www.city.moriguchi.osaka.jp/kakukanoannai/kenkofukushibu/koreikaigoka/fukushi/1525242314665.html
岡山県津山市	https://www.city.tsuyama.lg.jp/life/index2.php?id=6600
山口県萩市	https://www.city.hagi.lg.jp/soshiki/37/h14019.html
山口県岩国市	https://www.city.iwakuni.lg.jp/site/kourei-hoken/13400.html
長崎県佐世保市	https://www.city.sasebo.lg.jp/hokenhukusi/chojyu/keapasu.html

<特別賞>

東京都町田市	https://www.city.machida.tokyo.jp/iryo/old/shiminnokatae/ninchishojoho/shitte.html
京都府	https://www.city.kyoto.lg.jp/digitalbook/page/0000001266.html
仙台市	http://www.city.sendai.jp/kaigo-suishin/kurashi/kenkotofukushi/korenokata/ninchisho/shiryo/carepasu.html

以上

<p>①当事者視点</p> <p>I 認知症とともに生きる人や家族から、意見収集やニーズの把握を行い反映しているか</p> <p>II わかりやすい表現や言葉使い等の配慮が行われているか</p> <p>III 社会資源等を活用しながら地域で暮らしていく自分や家族の姿がイメージできそうか</p>
<p>②地域で支える視点</p> <p>I 作成委員会や既存会議の活用等を通じ、作成・アップデートが行われているか</p> <p>II 多職種で認知症ケアパスの作成・検討が行われているか</p>
<p>③社会資源の活用</p> <p>I 地域包括ケアの考えに基づく、予防、生活支援、介護、医療、住まいの5つの視点があるか</p> <p>II 地域の社会資源が体系的に整理され、その役割がわかりやすく説明しているか</p>
<p>④内容の充実</p> <p>I 最新の情報となるよう適宜アップデートに努めているか</p> <p>II 本人の意向や意思決定支援等にかかる情報は掲載されているか</p> <p>III 認知症に関する基礎的な情報が掲載されているか</p> <p>IV 介護保険以外の情報が充実しているか (認知症サポーター、認知症カフェ、認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員、 家族支援、経済的支援 等々)</p> <p>V 早期発見・早期対応の重要性や認知症の進行を緩やかにすると考えられている情報が掲載されているか</p> <p>VI 具体的な相談先や受診先に関する情報が掲載されているか</p> <p>VII 若年性認知症の本人のニーズにも応えられる内容となっているか</p>
<p>⑤利便性</p> <p>I 様々な場所に配布されているか</p> <p>II ウェブサイトに掲載されているか</p> <p>III 手に取りやすい工夫がされているか</p>
<p>⑥活用・評価</p> <p>I 認知症ケアパスを活用しているか</p> <p>II 認知症ケアパスの効果を測る方法・指標を設けているか</p>
<p>⑦わかりやすさ・デザイン</p> <p>I 文字の大きさ、色使い、挿し絵、キャラクターの活用などの工夫があるか</p> <p>II サービスの活用のイメージが湧きやすい内容となっているか</p>
<p>⑧機能性</p> <p>I 相談につながる工夫があるか</p> <p>II 早期診断につながる工夫があるか</p>
<p>⑨その他（特記事項）</p>

社会保障審議会
介護保険部会（第107回）

資料 4

令和5年7月10日

共生社会の実現を推進するための認知症基本法について

厚生労働省 老健局

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

共生社会の実現を推進するための認知症基本法 概要

1.目的

認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進

⇒ 認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会（＝共生社会）の実現を推進

～共生社会の実現の推進という目的に向け、基本理念等に基づき認知症施策を国・地方が一体となって講じていく～

2.基本理念

認知症施策は、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、①～⑦を基本理念として行う。

- ① 全ての認知症の人が、基本的人権を享有する個人として、自らの意思によって日常生活及び社会生活を営むことができる。
- ② 国民が、共生社会の実現を推進するために必要な認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深めることができる。
- ③ 認知症の人にとって日常生活又は社会生活を営む上で障壁となるものを除去することにより、全ての認知症の人が、社会の対等な構成員として、地域において安全にかつ安心して自立した日常生活を営むことができるとともに、自己に直接関係する事項に関して意見を表明する機会及び社会のあらゆる分野における活動に参画する機会の確保を通じてその個性と能力を十分に発揮することができる。
- ④ 認知症の人の意向を十分に尊重しつつ、良質かつ適切な保健医療サービス及び福祉サービスが切れ目なく提供される。
- ⑤ 認知症の人のみならず家族等に対する支援により、認知症の人及び家族等が地域において安心して日常生活を営むことができる。
- ⑥ 共生社会の実現に資する研究等を推進するとともに、認知症及び軽度の認知機能の障害に係る予防、診断及び治療並びにリハビリテーション及び介護方法、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすための社会参加の在り方及び認知症の人が他の人々と支え合いながら共生することができる社会環境の整備その他の事項に関する科学的知見に基づく研究等の成果を広く国民が享受できる環境を整備。
- ⑦ 教育、地域づくり、雇用、保健、医療、福祉その他の各関連分野における総合的な取組として行われる。

3.国・地方公共団体等の責務等

国・地方公共団体は、基本理念にのっとり、認知症施策を策定・実施する責務を有する。

国民は、共生社会の実現を推進するために必要な認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深め、共生社会の実現に寄与するよう努める。

政府は、認知症施策を実施するため必要な法制上又は財政上の措置その他の措置を講ずる。

※その他保健医療・福祉サービス提供者、生活基盤サービス提供事業者の責務を規定

4.認知症施策推進基本計画等

政府は、認知症施策推進基本計画を策定（認知症の人及び家族等により構成される関係者会議の意見を聴く。）

都道府県・市町村は、それぞれ都道府県計画・市町村計画を策定（認知症の人及び家族等の意見を聴く。）（努力義務）

5. 基本的施策

①【認知症の人に関する国民の理解の増進等】

国民が共生社会の実現の推進のために必要な認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深められるようにする施策

②【認知症の人の生活におけるバリアフリー化の推進】

- ・ 認知症の人が自立して、かつ、安心して他の人々と共に暮らすことのできる安全な地域作りの推進のための施策
- ・ 認知症の人が自立した日常生活・社会生活を営むことができるようにするための施策

③【認知症の人の社会参加の機会の確保等】

- ・ 認知症の人が生きがいや希望を持って暮らすことができるようにするための施策
- ・ 若年性認知症の人（65歳未満で認知症となった者）その他の認知症の人の意欲及び能力に応じた雇用の継続、円滑な就職等に資する施策

④【認知症の人の意思決定の支援及び権利利益の保護】

認知症の人の意思決定の適切な支援及び権利利益の保護を図るための施策

⑤【保健医療サービス及び福祉サービスの提供体制の整備等】

- ・ 認知症の人がその居住する地域にかかわらず等しくその状況に応じた適切な医療を受けることができるための施策
- ・ 認知症の人に対し良質かつ適切な保健医療サービス及び福祉サービスを適時にかつ切れ目なく提供するための施策
- ・ 個々の認知症の人の状況に応じた良質かつ適切な保健医療サービス及び福祉サービスが提供されるための施策

⑥【相談体制の整備等】

- ・ 認知症の人又は家族等からの各種の相談に対し、個々の認知症の人の状況又は家族等の状況にそれぞれ配慮しつつ総合的に応ずることができるようにするために必要な体制の整備
- ・ 認知症の人又は家族等が孤立することがないようにするための施策

⑦【研究等の推進等】

- ・ 認知症の本態解明、予防、診断及び治療並びにリハビリテーション及び介護方法等の基礎研究及び臨床研究、成果の普及 等
- ・ 認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすための社会参加の在り方、他の人々と支え合いながら共生できる社会環境の整備等の調査研究、成果の活用 等

⑧【認知症の予防等】

- ・ 希望する者が科学的知見に基づく予防に取り組むことができるようにするための施策
- ・ 早期発見、早期診断及び早期対応の推進のための施策

※ その他認知症施策の策定に必要な調査の実施、多様な主体の連携、地方公共団体に対する支援、国際協力

6. 認知症施策推進本部

内閣に内閣総理大臣を本部長とする認知症施策推進本部を設置。基本計画の案の作成・実施の推進等をつかさどる。

※基本計画の策定に当たっては、本部に、認知症の人及び家族等により構成される関係者会議を設置し、意見を聴く。

※ 施行期日等：公布の日から起算して1年を超えない範囲内で施行、施行後5年を目途とした検討