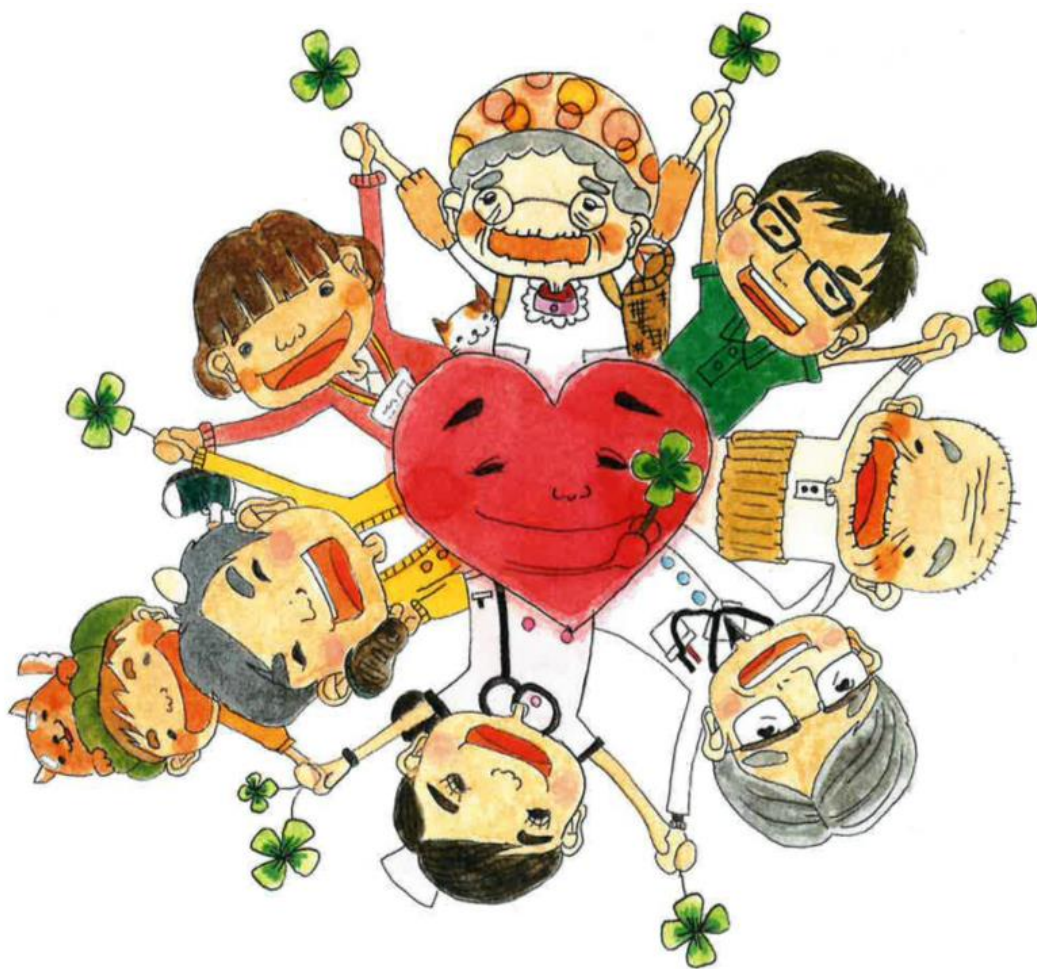


～認知症とともに自分らしく暮らしていくために～

認知症支援の 手引き



日田市

住み慣れた地域で安心して暮らしていくために

認知症と軽度認知障害（MCI）の人は、65歳以上の高齢者の約28%を占め、今後も増加が見込まれます。認知症は誰にでも起こりうる身近なものです。一人ひとりが「自分ごと」としてとらえることが大切です。

この「認知症支援の手引き」は、認知症とともに暮らすご本人やご家族が、住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らし続けられるよう、困りごとに応じた相談先や利用できるサービス・地域資源をまとめたものです。

たとえば、次のようなときにご活用ください。

「認知症かもしれない」と心配になったとき

「症状が進んでいるかもしれない」と感じたとき

相談先や受診先、利用できる支援を知りたいとき

また、認知症とともに自分らしく暮らすためには、今後の暮らしについて考え、ご本人の思いや希望を家族などと共有しておくことも大切です。本手引きが、そのための参考になれば幸いです。

目 次

■ 住み慣れた地域で安心して暮らしていくために	
■ 認知症の基礎知識	・・・ 1
■ 早期発見・早期受診について	・・・ 2
■ 自分でできる認知症の気づきチェックリスト	・・・ 3
■ 認知症の予防について	・・・ 4
■ 地域で支える	・・・ 5
■ 日田市認知症支援体制づくりプロジェクト	・・・ 9
■ 認知症とともに生きる人々	・・・ 10
■ 認知症ケアパス～認知症の経過と対応～	・・・ 12
■ 認知症に関する相談窓口・医療機関等	・・・ 13

認知症の基礎知識

● 認知症とは

アルツハイマー病など、いろいろな原因で日常生活に支障が生じる程度にまで認知機能が低下した状態のことです。

● 認知症の原因となる主な疾患

アルツハイマー型認知症: もっとも多いタイプの認知症で、新しいことが覚えられない、時間や場所がわからないなどの症状がみられます。

レビー小体型認知症: 人や動物などが目の前にいるように見える「幻視」が現れたり、「動きがにぶくなる」などのパーキンソン症状がみられることがあります。

前頭側頭型認知症: 人格や社会性の変化がみられたり、抑制が効かなくなったり、同じ行動を繰り返すなどの行動がみられることもあります。

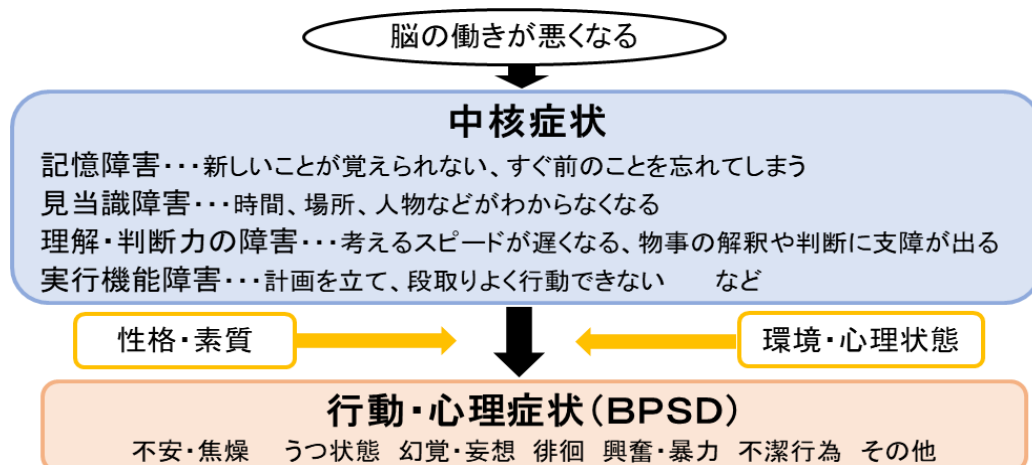
脳血管性認知症: 脳梗塞や脳出血などが原因で発症するため、糖尿病・高血圧などの生活習慣病の予防・治療が重要となります。

● 若年性認知症について

65歳未満で発症する認知症を総称して「若年性認知症」といいます。若年性認知症の発症初期には、「もの忘れ」がほとんど目立たない場合があります、うつや体調不良と間違われやすいことがあります。この世代の方は、就労・子育て・介護などを行っているため、身体的にも精神的にも、経済的にも大きな影響を及ぼすことになります。若年性認知症支援コーディネーターに相談して、受診や就労・各種サービスの紹介などの支援を受けることができます。(13 ページ参照)

● 認知症の症状

脳の細胞が壊れることによって直接起こる「中核症状」と、性格や環境などの様々な要因が影響して出現する「行動・心理症状(BPSD)」に分けられます。



***認知症の症状の現れ方や進行は人それぞれで異なります。**

詳しい情報を知りたい方はこちら（「おおいた認知症情報サイト おれんじ」認知症について）⇒



早期発見・早期受診について

認知症は、現在完治が難しいとされています。しかし、早期に発見し適切な対処をすることで、認知症の進行を遅らせたり、認知症になってもその人らしい充実した生活を継続することができます。物忘れなどの気になる症状があったら、かかりつけ医や専門医、相談機関に相談してみましょう。

(相談窓口、医療機関等のご案内は13ページをご覧ください)

● 早期発見・受診のメリット

① 治る病気や一時的な症状の場合がある

慢性硬膜下血腫や正常圧水頭症などの脳疾患などで、認知症のような症状が現れることがあります。早めに受診して原因がわかれば、治療して治せる可能性もあります。

② 進行を遅らせることができる

早い段階から適切な治療やサポートを受けることで、進行のスピードを遅らせ、充実した生活を継続することも可能になります。

③ 今後に備えて必要な準備ができる

症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療・介護方針を決めたり、利用できるサービスを調べたりして、認知症に向き合うための準備を整えることができます。

「私の思いカード」を活用してみませんか

認知症とともに自分らしい生活を続けていくためには、周囲の方にもご自身の考えを理解してもらうことが大切です。

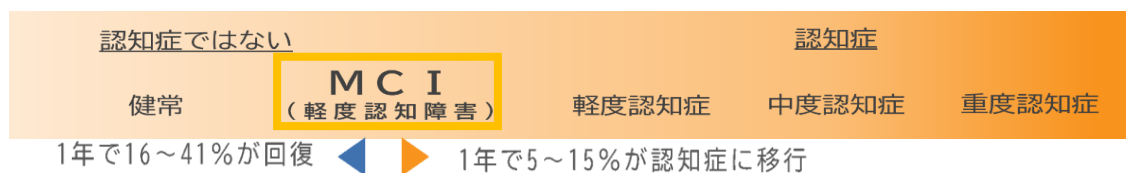
「どこで暮らしたいか」「医療や介護についての希望」など、あなたの「思い」を「私の思いカード」に残しておきましょう。

ひたメディケアねっと(日田市在宅医療介護連携推進会議)により作成したものです。

市長寿福祉課、各地域包括支援センター
市内医療機関の窓口にあります。

● 軽度認知障害(MCI)とは

軽度認知障害(MCI)とは、いわゆる認知症の前段階のことで、軽い記憶障害などはあっても基本的に日常生活は大きな支障なく送れる状態です。この段階を見逃さず発見して、生活習慣の見直し・改善に取り組むことで認知症への移行を予防、または先送りできるといわれています。異変のサインを見逃さず、早めに相談・受診することが大切です。



(参考：日本神経学会「認知症疾患診療ガイドライン」)

自分でできる認知症の気づきチェックリスト

「ひょっとしたら認知症かな？」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。

チェック

最もあてはまるところに○をつけてください。

①	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	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
②	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	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
③	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	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
④	今日が何月何日かわからないときがありますか	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
⑤	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	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
⑥	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	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑦	一人で買い物に行けますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑧	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	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑨	自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
⑩	電話番号を調べて、電話をかけることができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点

チェックしたら、①から⑩の合計を計算▶ 合計点 点

●20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。
お近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

※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。

出典：東京都福祉局高齢者施策推進部在宅支援課発行「知って安心認知症」(令和8年3月発行)

認知症の予防について

認知症は誰もがなりうるものなので、認知症の予防の考え方は、「認知症にならない」ではなく、**認知症の発症を遅らせたり、認知症になったときにその進行を緩やかにする**ということです。

世界保健機関（WHO）が提唱する認知症を予防するために対応すべき因子として、身体活動、認知活動、社会参加、うつ病、難聴、適正な飲酒、高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満、喫煙、栄養状態が挙げられています。（参考：令和元年厚生労働省老人保健健康増進事業「海外認知症予防ガイドラインの整理に関する調査研究事業」、認知機能低下および認知症のリスク低減 WHO ガイドライン）

認知症発症のリスクを少なくするには、生活習慣病の予防・対策と、脳の活性化を図ることが大切といわれています。ご自分の生活習慣を振り返ってみましょう。

● 生活習慣病対策

- ・高血圧・糖尿病・脂質異常症・肥満などの生活習慣病に気をつけましょう。
- ・運動（身体活動）など、積極的に体を動かしましょう。
- ・減塩や野菜摂取を心がけ、栄養バランスよく食事をとりましょう。
- ・生活リズムを整えましょう。

● 脳の活性化

- ・心地よい刺激を受け、笑顔で過ごしましょう。
- ・社会とのかかわりを持ち、友人や家族と楽しく過ごしましょう。
- ・役割、生きがいなどの楽しみをもち生活を充実させましょう。

脳の活性化のためには、どう刺激ある日常を送るかが重要です。何をするにも大切なのは楽しく行うことです。（嫌がることを無理強いするのはストレスや自信喪失につながります。）

● 認知症予防教室 ～すずめの学校～

日田市では、自治会や公民館が主体となり、市内各所で、認知症予防教室（すずめの学校）を開催しています。

◎頻度：月1回

◎内容：計算・音読を中心に、運動と歌を歌う、レクリエーション、座談会など
各教室で工夫した内容で実施しています。

市では、本教室の開校の支援も行っています。

<開催場所> ※変更となることがありますので詳しくは日田市長寿福祉課（TEL：22-8299）へお問い合わせください。



咸宜公民館	中城町公民館	田島1丁目公民館	田島2丁目	桜町公民館
若宮公民館	中央2丁目公民館	亀山町	中釣町公民館	隈集会所
祇園会館・黎明館	桂林公民館	大宮町公民館	高瀬本町公民館	東有田公民館
西有田公民館	三芳公民館	元宮会館	光岡公民館	日ノ出町公民館
虹の家	清岸寺町公民館	吹上町公民館	三郎丸公民館	田中公民館
三花公民館	天神町公民館	中村公民館	伏木町公民館	藤山町公民館
市ノ瀬町公民館	財津町公民館	秋原町公民館	小河内町公民館	貞清公民館
小野公民館	関町集落センター	小鶴公民館	川崎公民館	祝原公民館
天瀬・五馬分館	天瀬・東溪分館	大山公民館	前津江公民館	前津江・座目木地区
前津江・柚木地区				

青：中央圏域 緑：東部圏域 赤：西部圏域 黄：南部圏域

地域で支える

● 認知症の方への接し方

認知症の症状には、ご本人が最初に気づくことが多いようです。認知症が進むと、段取りがうまくできなくなり、今までできていたのにできなくなることが徐々に増えてきます。また、言われても思い出せないなどの認知症特有の「もの忘れ」が重なると、自分に何かが起こっているという不安を感じ始めます。

だれよりも心配し、苦しみ、悲しんでいるのは認知症になった本人だということを考えながら、ご本人が安心してできるように接することが大切です。

● 認知症の方への対応 ガイドライン

認知症のある方への対応の心得 “3つの「ない」”

1. 驚かせない 2. 急がせない 3. 自尊心を傷つけない

● 具体的な対応 7つのポイント ●

1. まずは見守る

認知症と思われる方に気づいたら、本人や他の人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

2. 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

3. 声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声をかけます。

4. 後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」「どうなさいましたか?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

5. 相手に目線を合わせてやさしい口調で

小柄な方は、体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

6. おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきり話すように心がけます。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言で。

7. 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の方は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。

相手の反応を伺いながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。

● 地域の方ができること

認知症があっても住みやすいまちになるには、地域の様々な世代の多くの方が認知症について正しく理解することが大切です。

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、認知症のご本人とその家族を温かく見守り支える「応援者」です。地域の人々の理解と協力は、認知症とともに暮らす方やその家族にとって大きな支えとなり、住み慣れた地域で自分らしい生活を続けることにつながります。

認知症サポーター養成講座を受講してみませんか

・時間：90分 ・費用：無料

・開催方法：

①市民対象：5回/年（開催日程は日田市の広報でお知らせ）

②自治会や職場、サークルなどの集まりの依頼により開催

*受講後に「認知症サポーター」の証である「オレンジリング」をお渡しします。



・お問い合わせ・・・日田市長寿福祉課長寿福祉係 ☎ 22-8299(直通)
・講座の依頼・・・地域包括支援センターまたは、日田市長寿福祉課長寿福祉係

● 仲間と出会う・つながる

オレンジカフェ

オレンジカフェ（認知症カフェ）とは、認知症のご本人やその家族、医療介護福祉の専門家、地域の住民などが気軽に集い、交流する場です。ご本人の居場所、地域の方に認知症についての理解を深める場にもなっています。参加にあたり、事前連絡は不要です。お問い合わせは下記にお願いします。



オレンジカフェ	日 時	場 所	連絡先
オレンジカフェひた	毎月 第4土曜日 14時～	地域密着型特別養護老人ホーム 花月園	グループホーム花・花 川浪 ☎ 26-3501
ゆるっとサロン ～カフェ陽だまり～	毎月 第4金曜日 10時～	中津江むらづくり役場	中津江振興局 集落支援員 清田 ☎ 54-3111
オレンジカフェ しゃべりば	毎月 第4木曜日 14時～	日田市 老人福祉センター	認知症地域支援推進員 西部地域包括支援センター内 ☎ 26-0036
認知症フレンドリーセンター ひかり	毎月 第2火曜日 14時～	地域密着型特別養護老人ホーム 花月園	ひかり実行委員長 諫山 ☎ 090-1169-0197

*日田市で開催されるオレンジカフェを紹介します⇒



本人ミーティング

認知症本人ミーティングとは、認知症のご本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合う場です。仲間づくりの場にもなっています。

家族やチームオレンジひたのメンバーなどと協働しながら、認知症のご本人たちのやりたいことを形にして、体験を通じて充実感を感じ、前向きに生活できるような集いに取り組んでいます。

多くの当事者の皆さんのご参加をお待ちしています。

日時：毎月 第3火曜日 14:00～

会場：日田市複合文化施設(AOSE・アオーゼ)

*内容により日時・会場を変更する場合があります。

参加希望の方は、事前にご連絡ください。



ピアサポート活動

認知症のご本人が自ら、同じ思いや不安を抱える方の暮らしを支える担い手“ピアサポーター”となり、①認知症の方の個別相談、②認知症の集いに参加・参画、③研修会や会議に参加して認知症の本人の声を伝える啓発活動などを実施しています。

ご本人だからこそ「できる・わかる・話せる」ことがたくさんあります。

なかなか意欲がわからないなどお悩みの方は、“ピアサポーター”と話してみませんか。

チームオレンジ

チームオレンジとは、認知症のご本人やその家族に必要な支援と、認知症サポーターを中心とした支援者をつなぎ、認知症になっても安心して暮らし続けられる地域づくりの具体的活動です。

「チームオレンジひた」のメンバーは、オレンジカフェの運営や、本人ミーティングを拠点とした、認知症の本人のやりたいことを形にする活動にメンバーとして参加しています。

「本人ミーティング」・「ピアサポート」・「チームオレンジ」に関するお問い合わせ

認知症地域支援推進員(西部地域包括支援センター内) ☎ 26-0036

日田市長寿福祉課長寿福祉係 ☎ 22-8299(直通)

在宅介護者の集い

在宅で認知症の方を介護しているご家族や介護者を対象に、「認知症の人と家族の会」大分県支部のご協力のもと、「在宅介護者の集い」を開催しています。認知症について、じっくり学び、同じ悩みを持つ仲間と自由に話し合うことで気持ちが楽になります。認知症の方の介護でお悩みの方は、ぜひご相談ください。

お問い合わせ：日田市長寿福祉課長寿福祉係 ☎ 22-8299(直通)

認知症の人と家族の会大分県支部の活動について⇒



●もしもの時に備えて

緊急連絡票

認知症により行方不明になる危険性が高い方について、いざというときに、緊急の連絡先や予想される搜索範囲などがわかるよう事前に市長寿福祉課に登録をしておくことができます。

*日田警察署と
情報共有して
います。

警察 23-2131		緊急連絡票	
救急消防 119			
フリガナ	キーホルダー番号	明治	昭和
名前	生年月日	大正	性別
住所(ここは)		特記事項 ※よくあるケースや行方不明になった場合、 生まれ育った地域など	
地区			
かかりつけ医			
緊急連絡先		サービス事業所	
1	(同居・別居)続柄	富	
2	(同居・別居)続柄	富	
3	(同居・別居)続柄	富	
担当ケアマネジャー(事業所名)		富	

見守りキーホルダー

緊急連絡票を登録された方にお渡しをしています。このキーホルダーをお持ちで、困っている方をお見かけしたら、キーホルダーに記載している連絡先にご連絡ください。



日田市認知症高齢者等個人賠償責任保険

認知症のある方が日常生活で、故意でない行為により第三者に損害を与え、法律上の損害賠償を負った場合に、賠償金を保険で補償するものです。(被保険者の自己負担はありません)

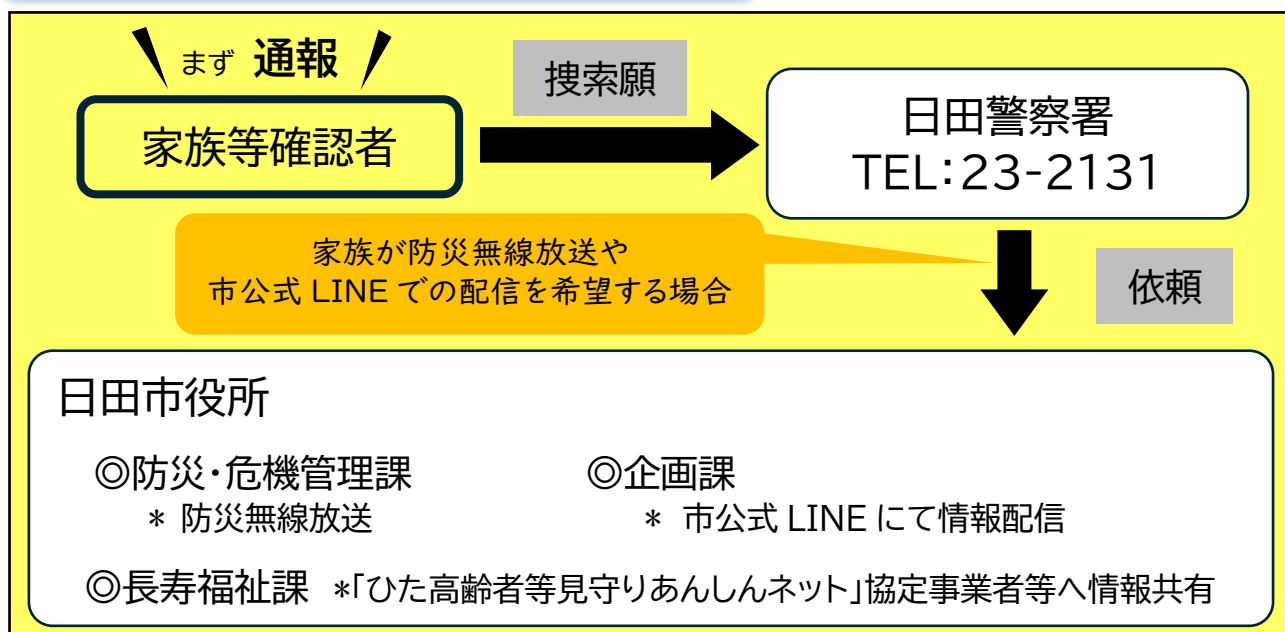
申請にあたっては、緊急連絡票を登録していることが条件となります。

「日田市認知症高齢者等個人賠償責任保険」に関する詳しい内容はこちら ⇒



「緊急連絡票」「認知症高齢者等個人賠償責任保険」に関するお問合せ・ご相談
地域包括支援センター、介護支援専門員(ケアマネジャー) または市長寿福祉課

行方不明者発生時搜索フローチャート

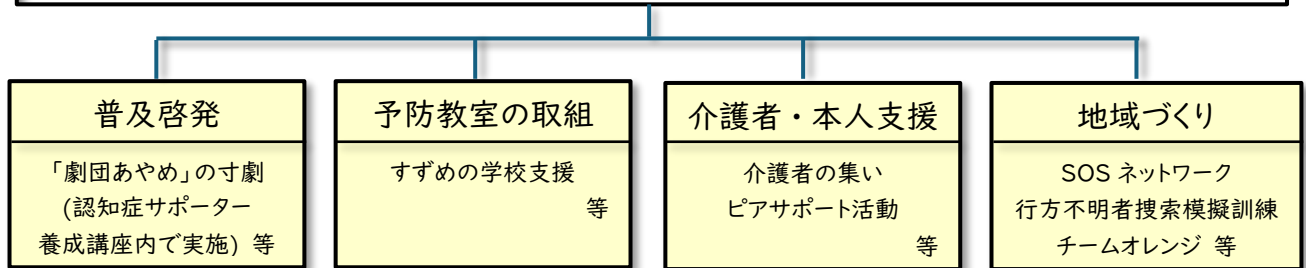


日田市認知症支援体制づくりプロジェクト

認知症の方やその家族が、住み慣れた日田で安心して暮らすことができる地域を目指す中で、日田市認知症支援体制づくりプロジェクト(25 機関)と協働しています。

関係団体の代表者で構成されます。

- | | | | | |
|------------------|--------------|--------------|-----------|----------------|
| ● 民生委員・児童委員 | ● 医師 | ● 青年会議所 | ● 公民館 | ● 自治会 |
| ● 認知症疾患医療センター相談員 | ● 認知作業療法士 | ● 認知症の人と家族の会 | ● 社会福祉協議会 | ● 生活支援コーディネーター |
| ● 認知症本人 | ● 介護支援専門員 | ● グループホーム | ● 警察署 | ● 地域包括支援センター |
| ● 認知症初期集中支援チーム | ● 認知症地域支援推進員 | ● 行政 | | |



● 劇団あやめ

認知症予防普及啓発劇 「おばあちゃんが認知症になった」

認知症になってしまったおばあちゃん。本人・家族の思いを考えながら地域の方々の協力も得ながら「認知症とは何か」を理解していただくお話です。

*劇団員(家族介護の経験者、福祉施設職員や認知症本人など)で、講演依頼のあった地域等に出向き、認知症の正しい理解のための普及啓発活動を行っています。



● SOS ネットワーク行方不明者搜索模擬訓練

認知症の方が行方不明になったときに備えて、地域住民を主体に搜索模擬訓練を行っています。訓練を通して、広く地域住民に認知症を正しく理解してもらうことで、認知症の方たちを地域で見守ることができる地域づくりに取り組んでいます。



訓練実施のご相談などは、下記までご連絡ください。
認知症地域支援推進員 電話26-0036(西部地域包括支援センター内)

地区内を歩く行方不明者役を、訓練参加者がグループで搜索し、声掛け・通報まで行います。黒の上着、白い帽子が目印。

認知症とともに生きる人々

● 生活の様子

認知症であっても、さまざまな地域資源を利用したり、周りの方々との交流をすることで、自分らしく、生き活きと暮らしていくことができます。

認知症の中期の方の生活を見てみましょう。

* Aさんの生活（80代 要介護2 アルツハイマー型認知症）

ご近所付合い：認知症であることを話してあるのでみんな声をかけてくれます。

仲間との交流：

- ①本人ミーティングやオレンジカフェで、いろいろな人との交流を楽しんでいます。
- ②「認知症の人と家族の会」や地域のイベント、ミニデイに参加します。
- ③ピアサポーターとして、啓発活動やピアサポートに取り組んでいます。

***仲間との交流を優先して、いろいろな集いに参加しています。**

家での生活：アイロンかけや繕いものなど得意なことは自分の役割。
人の役に立つことはうれしい!!

生活の工夫：①写真を飾って、体験した出来事を思い出しやすく
②ホワイトボードを使って、今日の予定を確認
③化粧や着替えは、順番に並べて使いやすく

介護保険の利用：担当のケアマネジャーが支援のプランを立ててくれます。週に3回デイサービスを利用して、ここでも自分のできることを手伝い、自分らしく過ごします。

医療機関受診：専門医を定期的に受診しています。検査の結果は2年前とかわりありません。

認知症予防教室：進行予防と交流のために参加しています。

家族：信頼できる家族と大好きなペットと、安心して自分らしく暮らしています。

じっとしていたら、自分の世界に閉じこめて、暗くなってしまう。

一人だったらそうになっていたかも？

でも今は、たくさんの仲間や知り合いがいます。

みんな、温かく接してくれるので、自分が羽ばたけると感じています。



本人の声



ご家族の声

一緒に暮らしていて、本人が安心できるように接することが一番だと思います。
何度も同じことを聞かれますが、「私が覚えているから大丈夫よ」と言っています。

余裕がないとうまく対応できず悩むこともありますが、在宅介護者の集いやオレンジカフェで介護家族の皆さんと話をすることで励まされています。

● 新しい認知症観

「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という考え方。

*認知症に関する初めての法律「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」（令和6年1月施行）の実施にあたり、基盤となる考え方です。

● 認知症とともに生きる人からのメッセージ

① 大分県にお住いの認知症のご本人の方々が思いを語っています。

- ・認知症になっても楽しいことをやってほしい、私はしています。
- ・認知症の人はたくさんいますが、人それぞれ想いがあります。
- ・まだ自分にもできることがある、少し勇気を出して一歩を踏み出してみましょう。
- ・本人も家族も、いちばん必要なことは安心できること。



「おおいた認知症情報サイト おれんじ」(インタビュー)をご覧ください。⇒

② 日田市にお住いの、認知症本人大使「大分県希望大使」*からのメッセージ

認知症は誰でもなりうる病気です。

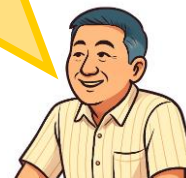
予防薬はありません。脳をフル回転させて仕事をしていた私も認知症になりました。脳を使いすぎても、ボケツとしすぎても、なるときはなります。

なったとしても、工夫して過ごせば大丈夫です。

なった時に世話をしてくれる家族、心配して手助けしてくれる友人や
ご近所さん、オレンジカフェの仲間たちがいます。行政もあります。

安心してください、困った時には周りの方に相談をしましょう。

そして地域の皆さんは、先になった方たちと、
これから仲間になろうとする人たちを支えてください。



*認知症本人大使「大分県希望大使」とは、大分県において、県民へ
広く認知症への関心と理解を深めるための活動を行う人です。

③ 認知症とともに生きる希望宣言 一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ

- ① 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
- ② 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
- ③ 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
- ④ 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩いていきます。
- ⑤ 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを、一緒につくっていきます。

(日本認知症本人ワーキンググループ 2018年11月1日)

出典:日本認知症本人ワーキンググループ HP: <http://www.jdwg.org/statement/>
「認知症とともに生きる希望宣言」の詳しい内容を知りたい方はこちら⇒



認知症ケアパス ～認知症の経過と対応～

認知症の経過は、原因疾患や身体状況などにより異なります。必ずしもこの通りに進むわけではありませんが、今後どのような支援・サービスを受けられるのか、大まかに見通す参考としてください。

気付き～初期		→ → →	中等度	→ → →	高度
認知症の人の生活機能障害	認知症の疑い	症状はあっても ほぼ自立して生活できる	誰かの見守りがあれば 自立して生活できる	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 〔 見られる症状や 行動の例 〕	●物忘れが目立ち始める	●小銭での支払いができない ●同じものを何回も買う ●食事の支度等、判断を必要とする 行為が難しくなる	●服薬管理や電話対応、訪問者への 対応などが一人では難しい ●たびたび道に迷う ●日付や季節の感覚がわかりにくくなる	●着替えや食事、トイレ等がうまく できない ●家族の顔や人間関係がわから なくなる	●ほぼ寝たきりで意思の疎通が難 しい ●飲み込みが悪くなり食事介助が 必要 ●言葉によるコミュニケーションが 難しい
支援のポイント	■まずは医療機関や相談機関に相談 する ■周囲が上手にサポートし、本人の不 安を和らげる ■安心してすごせる居場所や仲間を 増やす ■医療や介護の方針、財産管理等将来 を見据え準備をする	■家族だけでなく地域の人も含め見守る人を増やす ■火の始末等安全対策を考える ■かかりつけ医や専門医などの医療のサポートを受ける ■本人の状態に合わせた介護サポートを検討する		■本人の希望や状態に合わせた介護と看護を充実させる ■見守りの体制を充実させる ■悪徳商法などから守る ■しぐさや表情など言葉以外のコミュニケーションを工夫する ■必要に応じ住まいの環境整備や、施設等への住替えを検討する ■看取りに備え医療・介護の専門家と相談する	
認知症の 人を支援する 体制	相談	地域包括支援センター			
		市長寿福祉課、認知症地域支援推進員、認知症初期集中支援チーム			
		認知症の人と家族の会大分県支部、若年性認知症支援コーディネーター、若年性認知症コールセンター			
		介護支援専門員（ケアマネジャー）			
	医療	かかりつけ医、大分オレンジドクター、認知症サポート医、大分県認知症疾患医療センター			
		訪問診療、訪問看護			
	介護予防 重症化予防	認知症予防教室(すずめの学校)			
		オレンジカフェ			
		本人ミーティング			
		生きがいサロン（要支援・要介護認定を受けるまで）			
		週一通いの場、地域でのサロン、老人クラブ活動 等			
		【介護予防・日常生活総合支援事業】通所型サービス、訪問型サービス			
	介護	【訪問】訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション等			
		【通い・泊まり】通所介護（デイサービス）、通所リハビリテーション（デイケア）、短期入所生活介護（ショートステイ）等			
		【地域密着型】小規模多機能型居宅介護（通い・訪問・泊まりの組み合わせ）、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、グループホーム等			
		【環境整備】福祉用具貸与、特定福祉用具購入費支給、住宅改修費支給			
		【施設】介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院			
	生活支援 見守り	食の自立支援事業（配食サービス）、家族介護用品支給事業（おむつ等）等			
		シルバー人材センター、日田ハートクラブ		日常生活自立支援事業（あんしんサポートセンター日田）、成年後見制度	
		民生児童委員、日田市老人クラブ連合会 友愛訪問、高齢者等見守りあんしんネット・地域の見守り、チームオレンジ、ピアサポート			
		緊急通報装置、SOSネットワーク（事前登録・見守りキーホルダー）、認知症高齢者等個人賠償責任保険			
	住まい	養護老人ホーム、生活支援ハウス、軽費老人ホーム（ケアハウス）、シルバーハウジング 等			
		介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院 等			

認知症に関する相談窓口・医療機関等

● 相談窓口

地域包括支援センター

高齢者の生活や介護などに関する相談窓口です。
お住いの地区の地域包括支援センターにご相談ください。

	担当地区	住 所	電話番号
中央 地域包括支援センター	隈庄手・竹田 田島・咸宜・桂林	日田市中ノ島町 685-16 (中ノ島園内)	23-2552
西部 地域包括支援センター	光岡・三花・小野 大鶴・朝日・夜明	日田市日ノ出町 156 (花月園内)	26-0036
東部 地域包括支援センター	五和・高瀬・三芳 西有田・東有田	日田市石井町1丁目 271-2 (日田園内)	22-0248
南部 地域包括支援センター	大山・天瀬・上津江 前津江・中津江	日田市天瀬町桜竹 1115-87 (喜楽苑内)	57-9012

	役 割	住 所	電話番号
認知症 地域支援推進員	認知症支援ネットワークを構築 する要役。認知症のご相談・ 講座依頼などに応じます。	日田市日ノ出町156 西部地域包括支援センター 内 <u>*日田市全域に対応します</u>	26-0036
認知症初期集中 支援チーム	認知症の初期の支援を包括 的・集中的に行い、自立生活 のサポートを行います。		
日田市役所長寿福祉課 *長寿福祉係 *介護保険係	認知症に関する全般的なご 相談に応じます。	日田市田島2丁目6-1	22-8299 (直通)
	介護保険のご相談に応じます。		22-8264 (直通)

	活 動	住 所	電話番号
公益財団法人 認知症の人と家族の会 大分県支部	認知症の人とその家族を 支援する全国組織の支部。 つどいや情報誌発行、電話 相談などを行います。	大分市明野東3-4-1 大分県社会福祉 介護研修センター内	097-552-6897 (10:00~15:00) (火~金曜日) ※祝日は除く
若年性認知症支援 コーディネーター (大分県事業)	専任のコーディネーターが 若年性認知症に対する本 人や家族からの相談に応 じ各種サポートを行います。 ・相談は予約制 ・出張相談も可能	大分市桜ヶ丘7-67 佐藤病院	097-543-6332 (10:00~15:00) (火・水・木・金・土曜日) ※祝日は除く
若年性認知症 コールセンター(全国)	0800-100-2707 フリーダイヤル:無料 (月・火・木・金・土曜日:10:00~15:00)(水曜日:10:00~19:00) ※年末年始・祝日を除く		

● 専門医療機関

認知症疾患医療センター

大分県が指定している医療機関です。認知症の相談に対応し、必要に応じて診療や地域の専門医療機関の紹介等を行います。また、専任の相談員が、ご本人やご家族・関係医療機関からのご相談に応じます。初めて受診される際には、事前に電話予約をお願いします。

認知症疾患医療センター	住 所	電話番号
上野公園病院	日田市上野町2226-1	22-7723

上野公園病院の情報はこちら ⇒



大分オレンジドクター（もの忘れ・認知症相談医）のいる医療機関等

大分オレンジドクターとは、大分県が登録した「もの忘れ・認知症相談医」のことです。

ご本人やご家族の方で、もの忘れや認知症が気になったら、早めにお近くの大分オレンジドクターへご相談ください。（相談にあたっては、原則、診察料がかかります。）

令和8年7月10日時点

施設名	住 所	電話番号	氏 名
秋吉病院	日田市豆田町5番20号	23-0808	秋吉 貴文
上野公園病院	日田市上野町2226-1	22-7723	長野 浩志
			大神 博央
大河原病院	日田市隈2丁目3-11	22-3131	大河原 建也
隈診療所	日田市隈1丁目2-31	22-0033	宮崎 秀人
聖陵花月クリニック	日田市大字三和931番地の6	27-5050	井原 亮
聖陵ストリーム	日田市大字庄手字中釣484	26-3111	山田 和典
センテナリアン	日田市大山町東大山14-4	57-8066	荒川 佳奈
膳所医院	日田市本町8番32号	22-3292	膳所 和彦
新関内科医院	日田市田島2丁目4番9号	24-3355	新関 修
			新関 寛
日田石井町クリニック	日田市大字石井580番地1	23-8123	荻野 英夫
日田中央病院	日田市淡窓2丁目5番17号	23-3181	松田 裕之
日田市立上津江診療所	日田市上津江町川原3933番地	54-3001	山崎 世紀
福田医院	日田市清岸寺町1150-1	22-1648	福田 玲子
渡辺医院	日田市大山町西大山3447番地の4	52-2017	渡邊 隆太郎
みよしクリニック	日田市三芳小淵町121番地	24-1515	三好 端
大分県済生会日田病院	日田市大字三和643番地の7	24-1100	中島 慎治

役立つ情報サイト・資料

日田市ホームページ
認知症を地域で支えよう



おおいた認知症情報サイト おれんじ



おおいた認知症情報サイト おれんじ
認知症ピアサポーター



日本認知症本人ワーキンググループ



認知症ノート



平成30年 3月 初版発行

平成30年 12月 2版発行

令和 元年 12月 3版発行

令和 3年 2月 4版発行

令和 4年 3月 5版発行

令和 6年 1月 6版発行

令和 8年 9月 7版発行

発行 日田市

編集 日田市 福祉保健部 長寿福祉課

〒877-8601 大分県日田市田島2丁目6-1

☎ 0973-22-8299

出典 東京都福祉局高齢者施策推進部在宅支援課
「知って安心認知症」（令和8年3月発行）