

いずみおおつ オレンジ手帳

【認知症ガイドブック】



令和6年11月 発行

もくじ

| | ページ |
|------------------------|-----|
| 1. 認知症のこと | |
| 早く相談することはなぜよいのか？ | 3 |
| 決してひとりで立ち向かおうとしないでください | 3 |
| 2. もの忘れが気になったら | |
| こんなことありませんか？ | 4 |
| こんな工夫はどうでしょう？ | 5 |
| 認知症と どう向き合うか？ | 6 |
| 相談にはいくらかかる？ | 7 |
| もの忘れ検診を受けるには？ | 7 |
| わたしが大切にしたいこと | 8 |
| 3. ご家族へ | |
| 本人が一番わかっています | 9 |
| 家族の心構え | 11 |
| 相談窓口 | 12 |
| 不安があるのなら | 14 |
| 4. 認知症予防のこと | 15 |
| 5. 認知症の人を支える社会資源 | 17 |

1. 認知症のこと

認知症は診断されたときからはじまるものではありません。

認知症かそうでないかは実際には線引きできません。

あなたの人生を自然に歩むことが大切です。

少しの工夫と助けを使って。

あなたが、病院に行くのは認知症の診断のためではありません。

自分らしく生きるためのヒントを見つけるためです。

認知症という病気は、私たちの人生の一部です。

認知症になっても、人生を自分らしく生きている人はたくさん

います。むしろ、そうした人のほうが多いかもしれません。

仮に、認知症と診断されても、

その日から何もできなくなるわけではありません。

相当進行するまで、

あなたの生活にとって重要な能力は失われることはありません。

認知症と、加齢によるもの忘れは、明確に区別できるものではありません。

ありません。

すべてあなたの人生の連続にあります。



早く相談することはなぜよいのか？

早く専門家に相談することで、
あなたはあなたの人生を自分で選択することができます。
そして、さまざまな準備をすることができます。

早く相談すれば、あなたは早く理解ある人に出会えます。
早く相談すれば、ほかの病気が見つかるかもしれません。
認知症はすぐに進行する病気ではありません。
早く相談すれば、あなたの人生をよりよく生きる時間とヒントを
得ることができます。
あなたが前向きに歩む可能性が広がります。

決してひとりで立ち向かおうとしないでください

何らかの理由によるもの忘れは、周囲の人の支えで乗り越えることが
できます。
あなたには、あなたを理解してくれる仲間がいます。
「もの忘れが気になる」、「これからの生活について話をしたい」と話して
みてください。



2. もの忘れが気になったら

こんなことはありませんか？

もの忘れが気になる

- ✓ 今切ったばかりの電話の相手の名前や用件を忘れる
- ✓ 同じことを何度も言う・聞く・するとと言われる
- ✓ いつも探し物をしている
- ✓ 財布・通帳・衣類などがなくなる気がする

意欲がなくなる

- ✓ 身だしなみが気にならなくなった
- ✓ 趣味や好きなテレビ番組に興味をもてなくなった
- ✓ ふさぎ込んで何をするのもおっくうになった

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
- ✓ 周囲の人と話のつじつまが合わないことが増えた
- ✓ テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所がわからなくなる

- ✓ 約束の日時や場所を間違えることが増えた
- ✓ 慣れた道なのに迷うことがある

こんな工夫はどうでしょう？

買 物・・・購入予定の物を忘れて、同じ物を買う

工夫 ポケットサイズのノートに買い物リストをつくってみる

調 理・・・火を扱っている時に別の事に気をとられて鍋を焦がす

工夫 材料や調味料を事前に準備しておく

机や台に気がそれるものを置かない

1 工程ずつ行う

センサー付きコンロや煙探知機を利用する

掃 除・・・物をどこに置いたか分からなくなってしまう

工夫 物の保管場所は決めておく

財布、携帯電話、薬など大事な物は見える場所に置く

座っている場所から手が届く場所に置く

服薬管理・・・薬を飲み忘れてたり飲みすぎたりする

工夫 薬を飲む時間に音が鳴るように、タイマーや携帯電話の

アラームをセットしておく

※上記以外にも、ご自身のこれまでの生活歴や習慣、ご家族との関係性によって、もっとよい工夫ができるかもしれません。ご自身なりの工夫を見つけてみてください。

認知症と どう向き合うか？

認知症について、人に話すか話さないかはあなたが決めることです。

どちらにしても、自分から話すことは勇気がいることです。

特別な場面を準備する必要はなく、たとえば気が置けない仲間と出かけたときや、雑談をしているときなど、ちょっとしたときに、

「じつは、先日病院で認知症と診断されて・・・」と話してみましょう。

もしかしたら、離れていく人や何も言わない人もいるかもしれませんが。

でも、その人はどうすればよいのかわからないだけなのでしょう。

話すことで、助けてくれる人、相談にのってくれる人が必ず現れることも事実です。

- これまで通りの生活を続ける
 - ✓ できることは何でも自分でやる
 - ✓ 役割を持つ
 - ✓ 散歩や外出を楽しむ
 - ✓ 日課や趣味を続ける
 - ✓ 人に会っておしゃべりを楽しむ
 - ✓ 必要に応じて家族や仲間のサポートを得る

- 介護保険のサービスを利用する
 - ✓ 通所介護、通所リハビリテーション
 - ✓ 訪問介護
 - ✓ 訪問看護 他



※泉大津市の「わたしたちの介護保険」ガイドブックも合わせてご覧ください。

相談にはいくらかかる？

医療機関での認知症に関する相談や検査は、どこに行くか、または検査の種類にもよりますが、初診で1万円程度です。
気がのならなければ、代わりに家族の誰かに行ってもらうこともできます。
地域包括支援センターでの相談は無料です。

「もの忘れについて心配があるのですが…」と話してみてください。

もの忘れ検診を受けるには？

認知症に早く気づくため、もの忘れ検診を無料で実施しています。
対象者：65歳以上の市民で、認知症の治療または診断を受けていない人

～申し込みの流れ～

ステップ① 下記の指定医療機関（認知症サポート医が所属する医療機関）の中から選ぶ

| 医療機関名 | 住所 | 電話番号 |
|----------|-------------------|---------|
| 伊賀クリニック | 田中町 4-5 ミレニアムU 1階 | 23-5055 |
| いずみ脳神経内科 | 池浦町 4-9-48 | 23-8885 |
| 川端医院 | 戎町 5-9 | 32-2580 |
| 長野クリニック | 二田町 1-12-8 | 32-3234 |
| ふじいクリニック | 池園町 14-3 | 20-0224 |
| 三浦クリニック | 松之浜町 2-2-8 | 21-6081 |

ステップ② 指定医療機関へ電話して予約する。

ステップ③ 予約日に指定医療機関を受診する。（予約制）

検診内容・・・認知機能検査（MMSEなど）

持ち物・・・健康保険証、介護保険者証

費用・・・無料

※ 年度内（4月～翌年3月までの間）に1回のみ受診できます。

※ 認知症の疑いがある場合、専門医療機関を紹介します。

紹介状を作成した場合や必要な検査を追加で実施した場合の費用は有料（健康保険適用）になりますので、ご了承ください。

わたしが大切にしたいこと

誰かに相談したり、何かを伝える前に、自分が大事にしていること（人、物、思いなど）を考えてみましょう。その時々で違うかもしれないので、時々思い起こしておくのもいいかもしれません。

例えば…

| | |
|--------|--|
| 大切な思い出 | |
| 大切な人 | |
| 大切な物 | |
| 楽しみ | |
| 好きな場所 | |
| 好きな食べ物 | |
| 好きな音楽 | |

3. ご家族へ

本人が一番わかっています

かつては認知症になると自覚がないとか、体験全体を忘れるなどと言われていました。

決してそんなことはありません。

「何かがおかしい・・・」ということは本人が一番わかっています。

それが言えるか言えないかは、家族や周りの人にどれだけ心許せるかということにかかっています。

それを否定しない、怒らない、とにかく聞いてみるという姿勢が大切です。

病院に行くことが怖いのです。決して否定しているわけではありません。

一番わかっているのは、本人です。

「パスワードが出てこない」

「洗濯をしなくなった」

「同じ話を一日に何度もするようになった」

「以前に比べて怒りっぽくなった」

「外出しなくなった」

「趣味だったことに興味がなくなった」

「料理の味付けがおかしくなった」

「賞味期限切れの食べ物が冷蔵庫にたくさんある」

「同じものを何度も買ってきている」

など、あれ？と違和感を感じたら…

本人は、もっと、もっと前に違和感を自覚しています。
でも、人には言えなかったのです。
もっと怖いのは、人に指摘されることなのかもしれません。
ヒントがあれば、できることはたくさんあるはずです。
周囲から見ると、“雰囲気”が変わったと感知することが何かの兆候です。
でも、そのことについて本人は話をしたがないものです。
「不安なことがあったら言ってね」と伝えてみましょう。
きっと本人も、聞いてほしい、知ってほしいと、どこかで思っている
はずです。

このような症状が起きたら必ず認知症だということは、通常はっきり
とはわかりません。
大切なことは、その原因を早く知ることです。
そのためには、まず地域包括支援センターに相談に行きましょう。
「もしかしたら認知症かもしれないのです。」と伝えるとよいでしょう。



家族の心構え

自動車の運転にたとえれば、家族であるあなたが助手席に座るイメージです。あなたが運転するのではなく、認知症と診断されても、その人の人生を運転する（生きる）のはその人自身です。あなたは、最初は横に座り、その人の難しいところを見ていてあげましょう。そうすれば、その人はきっとあなたに、「どうすればいい？」と聞いてくるでしょう。そうしたらあなたは、「一緒に考えましょう」と言ってください。

人の顔の見分けがつかないことがあるかもしれません。でも、話をしているうちに思い出すこともあります。長い時間同じ場所にいることが難しくなるかもしれません。場所や時間がわかりにくくなり、不安になるからです。でも、本当はそこにいたい。話しかけてほしいと思っているかもしれません。同じことを何度も聞くことがあるかもしれません。それは、あなたのことを慕っているからです。そして、人とかかわりたいからです。そして、孤独になることが一番つらいからです。取り繕っているわけではありません。本当はわかっているのかもしれない。

認知症は何もわからなくなることはありません。

【引用・参考文献】

認知症介護研究・研修仙台センター「もしも 気になるようならお読みください」



【相談窓口】

令和 6 年 11 月現在

| 名称 | 住所 | 電話番号 |
|-------------------------------|---------------|---------|
| 泉大津市地域包括支援センター | 東雲町 9-15 | 21-0294 |
| 基幹型 C S W (社会福祉協議会) | | 23-1393 |
| いきいきネット相談支援センターオズ | 菅原町 10-33 | 33-6001 |
| いきいきネット相談支援センター覚寿園 | 曾根町 2-2-38 | 33-1000 |
| いきいきネット相談支援センター百楽園 | 板原町 1-9-18 | 21-1250 |
| いきいきネット相談支援センター ローズガーデン条南苑 | 東豊中町 2-4-26 | 40-5800 |
| 愛の家グループホームあびこ | 我孫子 150 | 21-7150 |
| 愛の家グループホームいけうら | 池浦町 4-7-18 | 20-0660 |
| 泉大津市役所 高齢介護課 | 東雲町 9-12 | 33-1131 |
| 大阪府和泉保健所 | 和泉市府中町 6-12-3 | 41-1342 |

【認知症サポート医】※

令和 6 年 11 月現在

| 名称 | 住所 | 電話番号 |
|----------|--------------------|---------|
| 伊賀クリニック | 田中町 4-5 ミレニアムU 1 階 | 23-5055 |
| いずみ脳神経内科 | 池浦町 4-9-48 | 23-8885 |
| 川端医院 | 戎町 5-9 | 32-2580 |
| 長野クリニック | 二田町 1-12-8 | 32-3234 |
| ふじいクリニック | 池園町 14-3 | 20-0224 |
| 三浦クリニック | 松之浜町 2-2-8 | 21-6081 |

※ 認知症サポート医とは、認知症の人やその疑いのある人が、早期から地域の中で必要な医療や介護につながる
ことができるよう、案内役やパイプ役を担う医師です。また、地域の診療所などで普段私たちが診察をもらう、
かかりつけ医へのアドバイスや、関係機関や他職種との連携・協力体制の整備などを行う、地域の認知症医療
の指導者でもあります。（「認知症ねっと」<https://info.ninchisho.net/care/c270> より）

【介護者家族の会】

介護をしていると、いろんな感情が生まれると思います。苦しみ、悲しみ、楽しさ、嬉しさ、感じ方は様々です。孤独を感じることもあると思います。そんな時に、話を聞いて、一緒に悩んで、笑いあって、寄り添ってもらうことで少しは心が軽くなることもあるのではないのでしょうか。

本人も、負担をかけていることはわかっています。家族、介護者には笑顔であってほしいと願っています。

ひとりで介護を抱え込まず、一度、介護者家族の会などの活動に参加してみませんか？

・ 泉大津市介護者家族の会(事務局：泉大津市社会福祉協議会)

電話番号：0725-23-1393（平日 9～17 時）

内容：リフレッシュのつどい、会員交流会、介護講座、他団体との交流会など

・ NPO 法人 認知症の人とみんなのサポートセンター

電話番号：06-6977-2051

開設日：月・火・木・金（10 時～16 時）

内容：若年性認知症の本人や家族の交流、社会参加活動、制度利用などを支援

・ 認知症の人と家族の会（大阪府支部）

電話番号：06-6626-4936

電話相談専用番号：050-5275-8137（月・水・金 11～15 時）

ホームページ：<https://sites.google.com/view/alzosaka>

あなたのお近くの窓口へどうぞ。
些細なことでも聞かせてください。



不安があるのなら

あなたが暮らす地域にも認知症カフェがあります。

「認知症カフェ」とは、認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域の人など、誰もが気軽に参加できる「集いの場」です。

そして、認知症の人やその家族が安心して過ごせる「地域の居場所」です。泉大津市では、認知症の人やかかわっている人だけでなく、誰もが集える居場所になってほしいとの思いから、「人^{にん}カフェ」と呼んでいます。

地域包括支援センターや市役所などに電話し、「人^{にん}カフェを教えてください」と聞いてみてください。

あなたの悩みを聞いてくれる専門家がいたるところもあります。

もちろん相談は無料です。

飲み物代などが必要なところもありますが、それ以上のお金はかかりません。認知症について学ぶことも、さまざまな工夫を知ることもできます。

【泉大津市内の認知症カフェ「人カフェ」】

令和6年11月現在

| 名称 | 場所・日時 | 連絡先 |
|-------------------------|-------------------------------------|---------------------------|
| 風街 花水木の会 | 中央商店街 第4水曜日 午前10時～正午 | 地域包括支援センター ☎21-0294 |
| 紅俳院ハマダ 花水木の会 | 東助松町4-3-41 第3水曜日13～15時 | 地域包括支援センター ☎21-0294 |
| 愛の家グループホーム あびこ 花水木の会 | 我孫子150番地 偶数月・第2土曜日 13時30分～15時 | 愛の家グループホームあびこ ☎21-7150 |
| 一隅を照らす庵 | 戎町5-13 第3月曜日 13時30分～16時 | 医療法人泉清会 川端医院 ☎32-2580 |

4. 認知症予防のこと

認知症予防のポイントを以下に紹介していますので、ぜひ実践してください。

運動

運動して、筋肉を動かすと筋肉から指令が出て、神経細胞を育てるホルモンが脳で増えます。とくに記憶と関連した海馬の神経細胞が増えるため、記憶力がアップします。筋肉や骨と一緒に、脳は体を動かすことで維持されます。

- ① ジムやウォーキングでももちろん OK
- ② 家の中での運動も OK。雨の日でも運動できますね！

例) テレビを見ながら足踏み。家事で体を使う。

短時間でも毎日継続することが大事ですので、ぜひ習慣にしてみましょう！

食事

- ① 肥満を防ぐ（食事量の調整）
- ② 野菜を多く摂る（野菜に含まれるポリフェノールに老化防止作用がある）
- ③ 魚を時々食べる（とくに青魚は DHA や EPA といい健康に良い油成分を含んでいる）
- ④ 発酵食品を食べる（ヨーグルト、漬物、味噌や醤油などの発酵食品には微生物のパワーが潜んでいます）

からだに良いと聞いた食品ばかりを食べるのでは偏った食事になってしまうので、バランスのとれた食事が大切です。

ストレス

「認知症になるのが心配」と思っていると認知症のリスクが高まります。不安が強いと神経細胞がダメージを受けてしまうからです。

一度しかない人生です。認知症を心配しながら生きるよりも毎日楽しいことを見つけて前向きな生活を送りましょう。

交流、趣味、生きがい

外出して、人との関わりを持つことや趣味、生きがいを持つことも大切です。

耳の聞こえにくさ 【補聴器購入費用助成】

聞こえにくいことにより、人とのコミュニケーションが少なくなったり、社会とのかかわりが減ったりすることで、認知機能に影響が出る可能性があるといわれています。

50 歳以上の人には補聴器購入費用助成制度があります。

難聴によるコミュニケーション能力の低下や閉じこもりを予防し、積極的な社会参加及び地域交流を促進することにより、認知症を予防し健康寿命を延ばすために、補聴器購入費用の一部を助成します。

対象者：次の 1) ～ 3) の要件をすべて満たす人

- 1) 泉大津市民で 50 歳以上の人
- 2) 聴覚障がいによる身体障害者手帳の交付を受けていない人
- 3) 両耳の聴力レベルがそれぞれ 40 デシベル以上の人で、医師が補聴器装用を必要と認めた人

助成費用：

- 1) 1 人 1 回限り
- 2) 管理医療機器として認定された補聴器購入にかかる費用の助成
生活保護世帯・市民税非課税世帯は、2 分の 1 助成、上限額 50,000 円
市民税課税世帯は、4 分の 1 助成、上限 25,000 円 ※1,000 円未満切り捨て
- 3) 故障、修理、メンテナンスなどの費用及び集音器の購入費並びに診察料、検査料、証明書料、送料その他購入のために要した費用は助成対象外

注意事項：

- 1) 助成決定前に購入した機器は助成対象となりません。
- 2) 決定通知書到着後に補聴器を購入の上、決定日から原則 3 か月以内に助成金を請求してください。
- 3) 医療機関で診断を受けた結果、助成の対象とならない場合があります。

※助成には条件があります。必ず購入前に泉大津市役所高齢介護課長寿推進係（1 階 9 番窓口）へご相談ください。

5. 認知症の人を支える社会資源

| 認知症 生活機能 障害 支援の 内容 | 認知症の疑い | 認知症を有するが 日常生活は自立 |
|--------------------------------------|--|--|
| | | 物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め、日常生活は自立している |
| 介護予防・悪化予防 | 街かどデイハウス 楽笑会 あたま活き活き体操 福祉健康農園 もの忘れ検診 | 街かどデイハウス |
| 他者との つながり支援 | いきいきサロン、食事会（福祉委員活動） 自主サークル 認知症カフェ「人カフェ」、認知症サポーター | いきいきサロン、食事会（福祉委員活動） 自主サークル 認知症カフェ「人カフェ」、認知症サポーター |
| 仕事・役割 支援 | シルバー人材センター（会員活動） ボランティア活動 | |
| 安否確認・ 見守り | 緊急通報装置（独居） すこやか訪問、友愛訪問（独居） 近所づきあい | 緊急通報装置、配食（独居） すこやか訪問、友愛訪問（独居） 近所づきあい |
| 生活支援 | 日常生活自立支援事業（金銭管理） シルバー人材センター 配食（市、民間） | 日常生活自立支援事業（金銭管理） シルバー人材センター 配食（市、民間） |
| 身体介護 | | |
| 医療 | 認知症初期集中支援チーム かかりつけ医、サポート医の相談 面接・訪問による相談（和泉保健所） 介護保険（薬剤師訪問、薬剤管理） | 認知症初期集中支援チーム 物忘れ外来 専門医とかかりつけ医の連携 介護保険（薬剤師訪問、薬剤管理） |
| 家族支援 | 相談窓口（包括、グループホーム、介護保険事業所、市等） 認知症カフェ「人カフェ」 心の健康相談（和泉保健所） | 認知症カフェ「人カフェ」 介護者家族の会 心の健康相談（和泉保健所） |
| 緊急時支援 （精神症状が みられる等） | | |
| 住まい サービス付き 高齢者住宅等 | | |
| グループホーム、 介護老人福祉 施設等居住系 サービス | | |

令和6年11月現在

| 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 | 認知症 生活機能 障害 支援の 内容 |
|---|--|--|--------------------------------------|
| 服薬管理ができない、電話 の対応や訪問者の対応など が一人では難しい | 着替えや食事、トイレ 等がうまくできない | ほぼ寝たきりで意思 の疎通が困難である | |
| 介護保険サービス（通所介護） | 介護保険サービス（通所介護） | 介護保険サービス（通所介護） | 介護予防・ 悪化予防 |
| 介護保険サービス（通所介護） 認知症カフェ「人カフェ」 認知症サポーター | 介護保険サービス（通所介護） | 介護保険サービス（通所介護） | 他者との つながり支援 |
| | | | 仕事・役割 支援 |
| 高齢者等見守りSOSネットワーク 介護保険サービス（訪問介護） 近所づきあい | 高齢者等見守りSOSネットワーク 介護保険サービス（訪問介護） | 高齢者等見守りSOSネットワーク 介護保険サービス（訪問介護） | 安否確認・ 見守り |
| 日常生活自立支援事業（金銭管理） シルバー人材センター 配食（市、民間） | 成年後見制度 | 成年後見制度 | 生活支援 |
| 介護保険サービス（訪問介護） | 介護保険サービス（訪問介護） | 介護保険サービス（訪問介護） | 身体介護 |
| 認知症初期集中支援チーム 専門医療 訪問看護（医療・介護） 介護保険（薬剤師訪問、薬剤管理） | 専門医療 訪問看護（医療・介護） 介護保険（薬剤師訪問、薬剤管理） | 専門医療 訪問看護（医療・介護） 介護保険（薬剤師訪問、薬剤管理） | 医療 |
| 認知症カフェ「人カフェ」 介護者家族の会 心の健康相談（和泉保健所） | 認知症カフェ「人カフェ」 介護者家族の会 レスパイト（入院、入所、ショートステイ） 心の健康相談（和泉保健所） | 認知症カフェ「人カフェ」 介護者家族の会 レスパイト（入院、入所、ショートステイ） 心の健康相談（和泉保健所） | 家族支援 |
| | 医療保護入院（精神科病院） 措置入院（精神科病院） | 医療保護入院（精神科病院） 措置入院（精神科病院） | 緊急時支援 （精神症状が みられる等） |
| 有料老人ホーム サービス付き高齢者住宅等 | 有料老人ホーム サービス付き高齢者住宅等 | 有料老人ホーム サービス付き高齢者住宅等 | 住まい サービス付き 高齢者住宅等 |
| | グループホーム 特養、老健、ショートステイ | グループホーム 特養、老健、ショートステイ | グループホーム、 介護老人福祉 施設等居住系 サービス |

※認知症生活機能障害の区分はあくまでも目安です。ご利用にあたっては、次頁の各問合せ先にご相談ください。

認知症の人を支える社会資源

介護予防・悪化予防・つながり

- ◇ 楽笑会 【市高齢介護課】
- ◇ あたま生き生き体操 【市高齢介護課】
- ◇ 元気アップサークル 【市高齢介護課】
- ◇ 街かどデイハウス 【市高齢介護課】
- ◇ 福祉健康農園 【市福祉政策課】
- ◇ もの忘れ検診 【市高齢介護課】
- ◇ 介護保険サービス 【市高齢介護課、地域包括支援センター】

仕事・役割

- ◇ シルバー人材センター活動 【シルバー人材センター】
- ◇ ボランティア活動 【社会福祉協議会】

見守り・支援

- ◇ いきいきサロン、食事会（福祉委員活動） 【社会福祉協議会】
- ◇ すこやか訪問 【市高齢介護課、社会福祉協議会】
- ◇ 友愛訪問（独居） 【市福祉政策課、社会福祉協議会】
- ◇ 認知症カフェ「人カフェ」、認知症サポーター 【地域包括支援センター】
- ◇ 緊急通報装置（独居） 【市高齢介護課】
- ◇ 高齢者等見守りSOSネットワーク 【市高齢介護課】
- ◇ 介護保険サービス（訪問介護） 【市高齢介護課、地域包括支援センター】

生活支援

- ◇ 日常生活自立支援事業（金銭管理） 【社会福祉協議会】
- ◇ 成年後見制度（法人後見） 【社会福祉協議会】
- ◇ シルバー人材センター 【シルバー人材センター】
- ◇ 配食（市、民間） 【市高齢介護課、地域包括支援センター】

医療

- ◇ 認知症初期集中支援チーム 【地域包括支援センター】
- ◇ かかりつけ医、サポート医の相談 【地域包括支援センター】
- ◇ 面接訪問による相談 【大阪府和泉保健所】
- ◇ 専門医療 【地域包括支援センター】
- ◇ 訪問看護（医療・介護） 【地域包括支援センター】
- ◇ 介護保険（薬剤師訪問、薬剤管理） 【地域包括支援センター】
- ◇ 医療保護入院（精神科病院） 【大阪府和泉保健所】
- ◇ 措置入院（精神科病院） 【大阪府和泉保健所】

家族支援

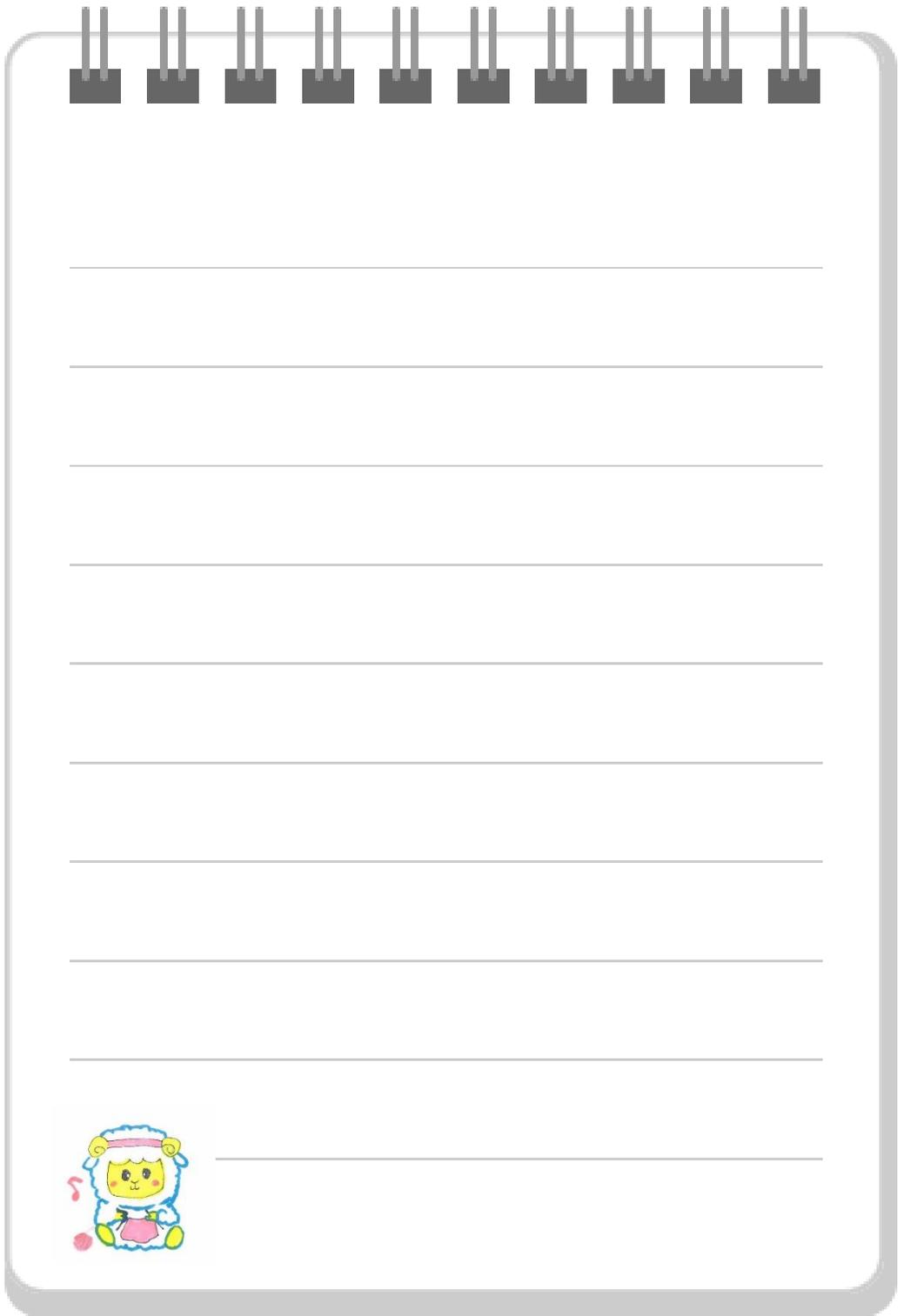
- ◇ 相談窓口 【市高齢介護課、地域包括支援センター】
- ◇ 認知症カフェ「人カフェ」 【地域包括支援センター】
- ◇ 介護者家族の会 【社会福祉協議会】
- ◇ 心の健康相談 【大阪府和泉保健所】

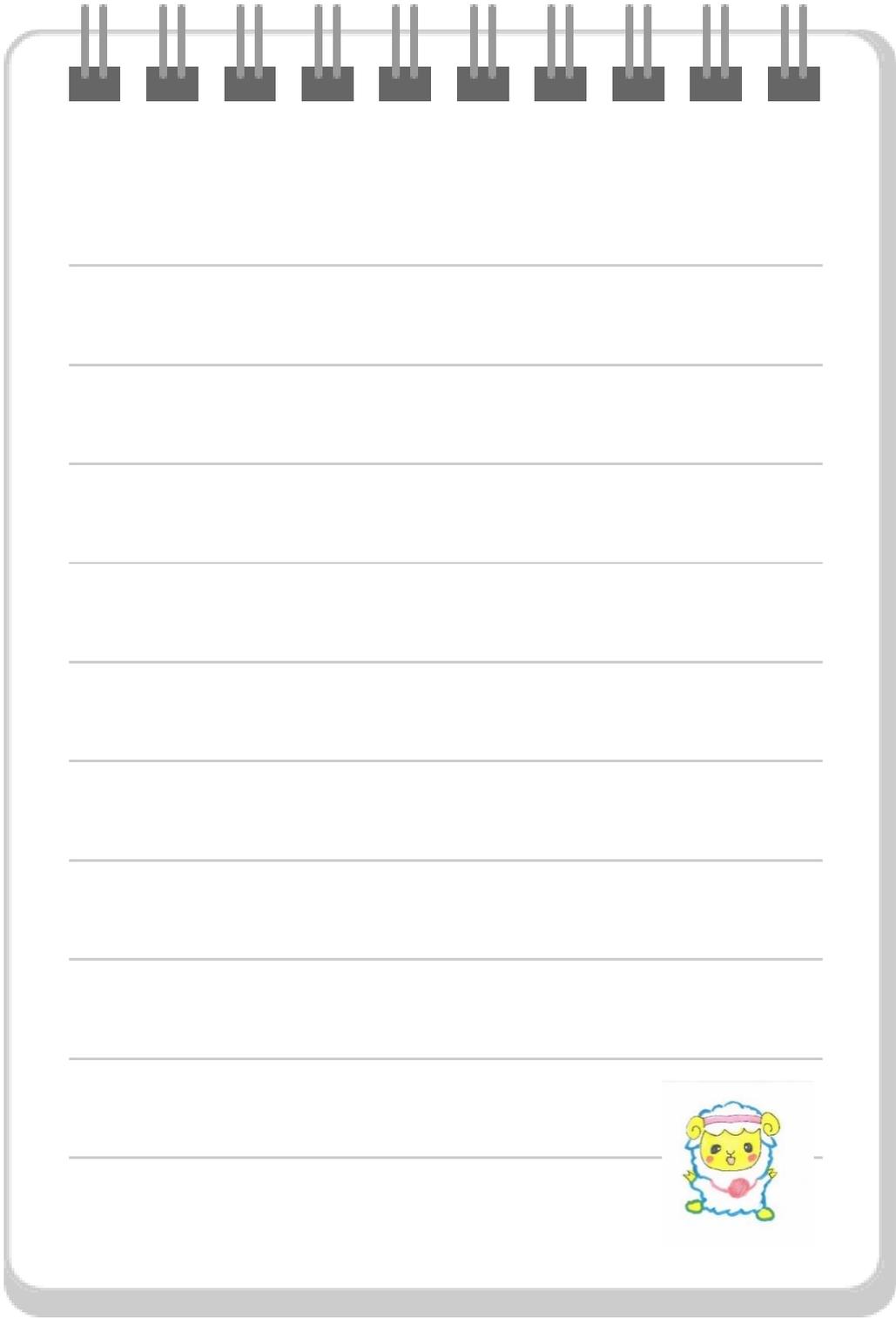
住まい・施設

- ◇ サービス付き高齢者住宅等 【当該施設、地域包括支援センター】
- ◇ 有料老人ホーム 【当該施設、地域包括支援センター】
- ◇ グループホーム 【当該施設、地域包括支援センター】
- ◇ 特別養護老人ホーム、老人保健施設、ショートステイ
【当該施設、地域包括支援センター】

問い合わせ先

| | | |
|------------|---------------|--------------|
| 市高齢介護課 | 市役所 1 階 | (電話) 33-1131 |
| 市福祉政策課 | 市役所 1 階 | (電話) 33-1131 |
| 社会福祉協議会 | 総合福祉センター | (電話) 23-1393 |
| 地域包括支援センター | 総合福祉センター | (電話) 21-0294 |
| 大阪府和泉保健所 | 和泉市府中町 6-12-3 | (電話) 41-1342 |







この冊子のイラストは若年性認知症の当事者の方にご寄稿いただきました。50代で診断を受け、会社を退職することになり、しばらく家で過ごされたそうですが、就労継続支援B型※事業所に通い始めたことをきっかけに、好きだったイラストやものづくりに夢中になり、日々楽しく作業されています。そして、今後は地域のイベントなどで作品を発表したいと意気込んでおられます。また同じ病気の人と知り合い、「安心して話ができた」という声があり、わかりあえる仲間、安心できる居場所の大切さを感じ、当事者、家族、支援者（仲間、パートナー）の集い come é come é（こめこめ）倶楽部を始めました。これはイタリア語で「ありのまま」という意味だそうですが、実は当事者のみなさんがおいしん坊だという意味も込められています。

認知症は誰にでも起こりうることで、誰しにも訪れる私たちの人生の一部です。この冊子をヒントに、多くの人が絶望から希望にかわるきっかけになることが一番の願いです。

※就労継続支援B型：通常の事業所に雇用されることが困難な就労経験のある障害のある方に対し、生産活動などの機会の提供、知識および能力の向上のために必要な訓練などを行うサービス

発行：泉大津市地域包括支援センター

発行日：令和3年3月

改訂日：令和6年11月

イラスト：若年性認知症の当事者