

令和6年度 第6回 大分大学医学部付属病院 市民公開講座

認知症になっても安心して暮らしていけるために
～認知症看護認定看護師からのメッセージ～

認知症の進行に沿ったサービスの活用を知ろう



後藤聡美

医療法人新生会 高田中央病院ものわすれ相談室

認知症看護特定認定看護師

2025年3月22日（土）

自己紹介

認知症専門外来

- ・問診
- ・検査や薬の説明
- ・認知機能の検査の実施
- ・生活、介護指導



ものわすれ相談室

- ・物忘れの相談
- ・専門外来受診の段取り
- ・通院中のご本人・家族の話の傾聴
- ・ケアマネジャー、薬局との連絡



病棟

- ・体調の不調や生活環境の変化により、不眠、落ち着いて治療が受けにくくなった患者さんの対応（主治医・看護師と相談）

認知症になる最大の要因は…



紫式部 40～50歳没

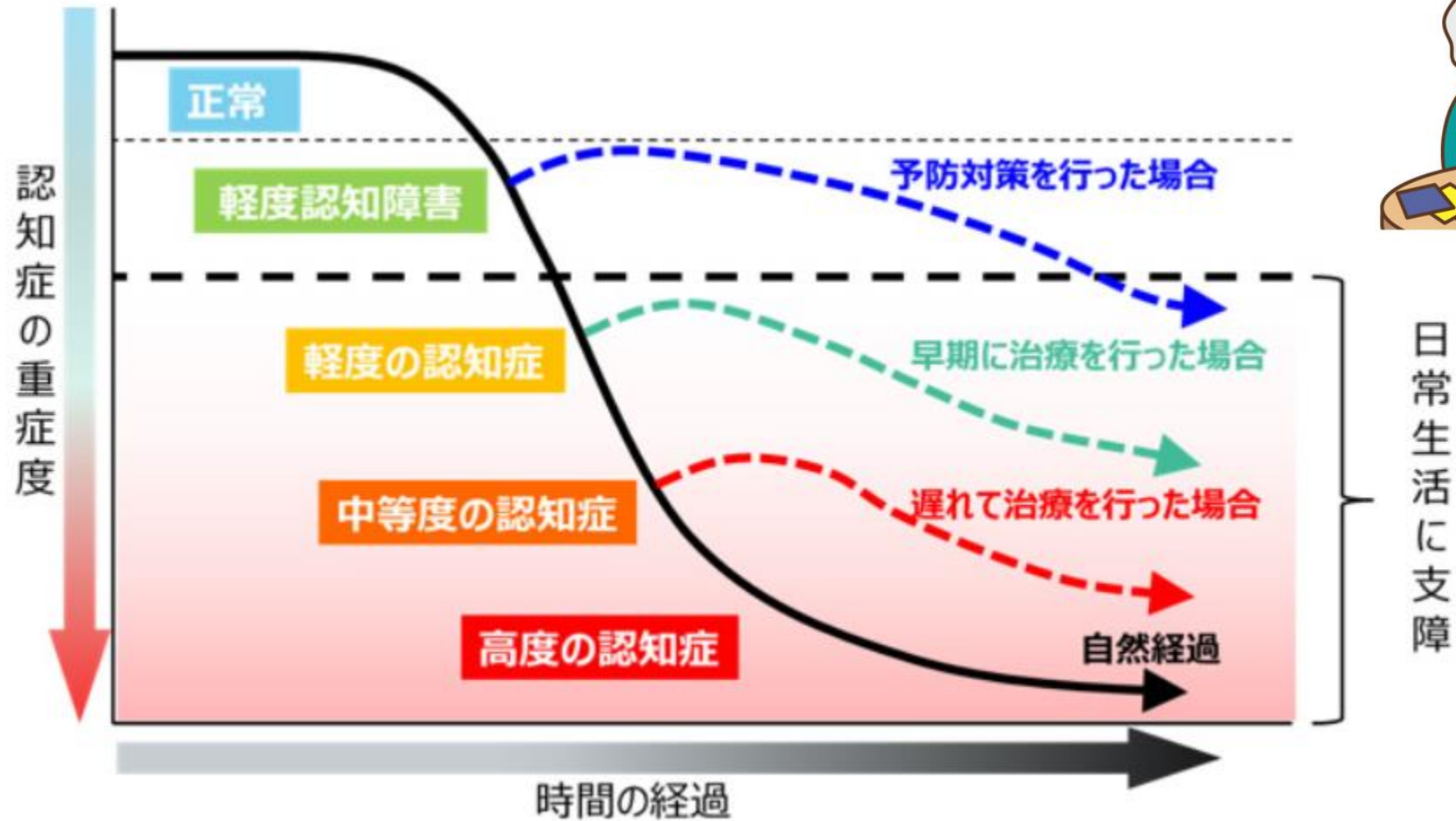


源 頼朝 52歳没



豊臣秀吉 61歳没

認知症の進行の仕方



認知症になる前・なってから 使えるサービスって知っていますか？

認知症予備軍は？

予防は？

認知症になったら？



認知症ケアパスをご活用ください

認知症ケアパスとは…

発症予防から人生の最終段階まで、

生活機能障害の進行状況に合わせ、

いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいのか、

これらの流れをあらかじめ標準的に示したもの



認知症ケアパス

認知症の段階	自立	認知症の疑い	症状があっても生活は自立	見守りがあれば生活は自立	常に手助けや介護が必要	常に介護が必要
本人の様子	・物忘れは多少ある	・物忘れが気になる ・「あれ」「それ」が増える ・日常生活は自立	・失くし物が増える ・約束を忘れる ・おればかり使う ・新しいことが覚えられない	・服薬管理ができない ・電話や訪問者の対応が一人では難しい ・直前のことを忘れる ・季節や場所が分からない	・服の着方が分からない ・料理・トイレの失敗 ・自宅が分からない	・人が分からなくなる ・言葉の理解が難しい ・
相談する	地域包括支援センター、認知症地域支援推進員、ケアマネジャー					
医療を受ける		かかりつけ医、オレンジドクター、認知症サポート医、認知症疾患医療センター				
予防・改善	健康診断、介護予防教室、認知症予防教室、地域サロン、生きがいデイ					
他者と繋がる	ボランティア、老人クラブ、自治会、認知症カフェ、本人ミーティング、家族会					
地域で見守り	民生委員、SOSネットワーク、認知症サポーター、オレンジカンパニー、チームオレンジ、緊急通報システム、配食サービス					
家族を支える	認知症の人と家族の会、介護家族の集い、認知症カフェ					
本人の権利を守る	任意後見制度⇒成年後見制度、安心サポート、消費者生活センター、あんしんノート					
介護・福祉サービス			在宅・地域密着・通所・施設等サービス			
住まいを考える		住宅改修、生活支援ハウス、養護老人ホーム、有料老人ホーム、グループホーム、老健、特養				

自身の住まいの認知症ケアパスを見てみよう！

おaita認知症
情報サイト

おれんじ

<https://orange-oita.jp/>



イメージキャラクター：キボウケン

資料集

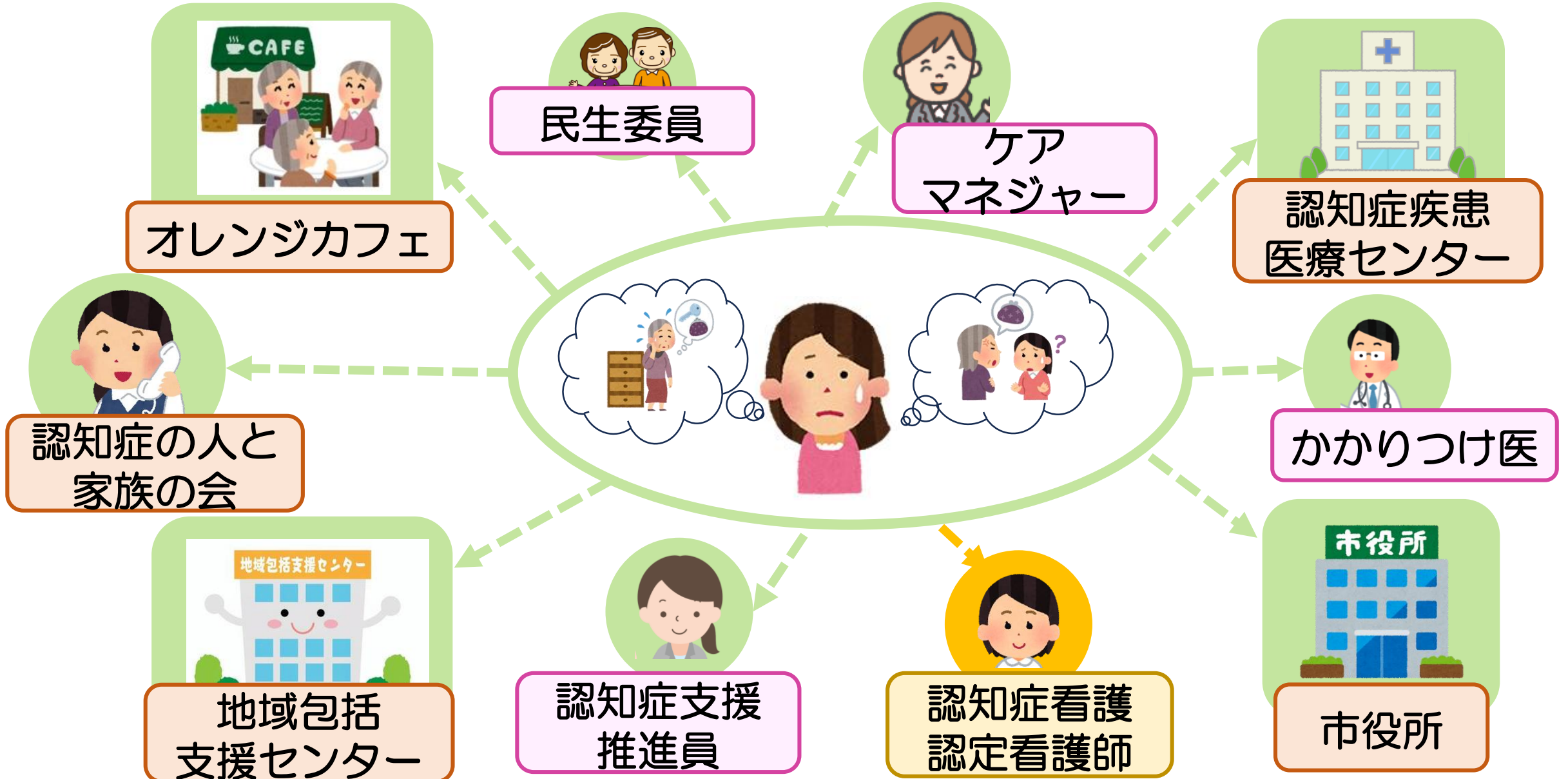
大分市	別府市
中津市	日田市
佐伯市	臼杵市
津久見市	竹田市
杵築市	豊後高田市
宇佐市	豊後大野市
由布市	国東市
日出町	九重町

各市町のHP
からでも
検索・ダウ
ンロード
できるよ



豊後高田市公認キャラクター：ラッピー

身近な人が認知症かも？

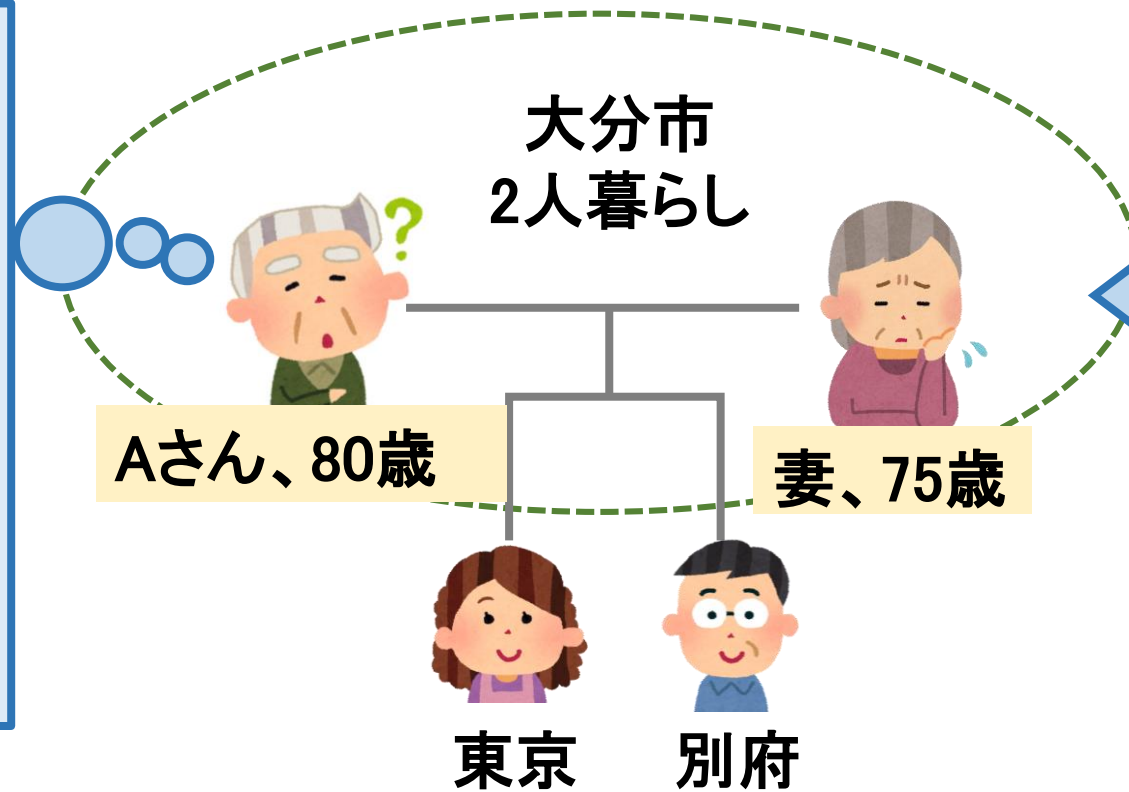


「物忘れ相談」から「認知症専門外来」や サービスにつながる事例をご紹介します



物忘れを自覚しているAさんと それを心配している妻の事例

よく忘れる…
ばあさんから
「何べんも言う」と
いつも怒られる。
鍵を何処に
置いたか忘れる。
認知症の始まり？



日に何回も同じこと
言って…認知症になり
始めてる？
息子は「年だから」
って言うけど…
最近は、家の中で
テレビ見るか
寝てるかだし…
何をどうしたものか



こんな時、頼りになるのが
「地域包括支援センター」



地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口

人口2～3万人を対象に1か所設置（**中学校区を基本**とイメージしてください）



お互いに連携を取りながら、
高齢者のあらゆる困りごとに対応

主人が1日に何回も同じ
ことを言うし、探し物は増
えてきた。家でテレビを
見てるか寝てるだけ。
認知症が心配…。

一度、お家に
訪問させて
ください



地域包括支援センターのケアマネジャーさん

大丈夫！
私、お話がうまいので！



認知症ケアパス

認知症の段階	自立	認知症の疑い
本人の様子	・ 物忘れは多少ある	・ 物忘れが気になる ・ 「あれ」「それ」が増える ・ 日常生活は自立
相談する	地域包括支援センター	
医療を受ける		
予防・改善	健康づくり運動教室	
他者と繋がる	公民館活動	
地域で見守り		
家族を支える	認知症カフェ	
本人の権利を守る		
介護・福祉サービス		
住まいを考える		

ケアマネジャーとの面談後

Aさん: ひとりで行くのはなあ…



➡夫婦で参加できるサービスの選択

①健康作り運動教室(夫婦で)

②公民館活動 Aさん: 将棋

妻: 折り紙教室

ボランティア活動の勧めで新たな出会い

➡認知症カフェで夫婦でボランティア

①認知症ピアサポーター

②認知症の人と家族の会

③認知症サポート医



認知症ケアパス

認知症の段階	自立	認知症の疑い	症状があっても生活は自立
本人の様子	・物忘れは多少ある	・物忘れが気になる ・「あれ」「それ」が増える ・日常生活は自立	・失くし物が増える ・約束を忘れる ・お札ばかり使う ・新しいことが覚えられない
相談する	地域包括支援センター⇒推進員の介入 要支援2		
医療を受ける		認知症サポート医⇒疾患医療センターの受診・治療開始	
予防・改善	健康づくり運動教室		
他者と繋がる	公民館活動、ボランティア	ピアサポーター交流	
地域で見守り		免許返納、SOSネットワーク	
家族を支える	認知症カフェ(ボランティアから参加者へ)、認知症の人と家族の会の集いに参加		
本人の権利を守る			あんしんノート
介護・福祉サービス			通所サービス
住まいを考える			

Aさんの3年後（83歳）

Aさん：物忘れが進行

⇒車の自損事故がきっかけ

①免許の返納(息子の勧め)

②疾患医療センター受診

アルツハイマー病を診断

薬物療法開始

③介護保険の申請：要支援2

生活の変化に戸惑うAさん夫婦

⇒夫婦の支えになったのは…

①ピアサポーターとの交流

②家族の会の集いに参加

③認知症カフェ

どうして「認知症」という病気を 受け入れがたいのか

認知症の人の声

「自分でも自分のことがわからなくなっていく・・・本当に怖い」

「ばかになってしまった 昔はこんなじゃなかったのに」

「失敗ばかりして、みんなに迷惑をかけて・・・自分が情けない

前は何でもできたのよ、家のことも仕事も」

「なんだ！その目は！みんなで俺のことをバカにして！」

「何でもダメダメって。私にだってしたいことくらいあります」



認知症介護研究・研修センター(2011)：

三訂 認知症の人のためのケアマネジメント センター方式の使い方・活かし方、中央法規。

国は「新しい認知症観」を明記

2024年12月3日、『認知症施策推進基本計画』が閣議決定し、公表

「新しい認知症感」とは…

誰もが認知症になり得ることを前提に、認知症になった人も「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と共に、希望を
持って自分らしく暮らすことができる」という考え方

認知症になると「何も分からなくなり、できなくなる」ではなく、
本人の意思が十分に尊重され、地域で孤立しないよう、認知症と共生し
ていく社会へつなげることが、本計画の狙い

Aさんが絶望感から抜け出せたのは

「認知症」は怖い病気
じゃないんだよ。

今、できること
やりたいことを
やろうよ。



僕は、大好きな野球
やってるし！
社長が応援してくれる
から、僕のやれる範
囲の仕事もしているよ。
野菜作りもしてるよ。

ピアサポーター
Cさんとの交流

Cさんは、Aさんに会うたびに、何回もこの話を楽しそうにしてくれます。

Aさんの妻が介護うつにならずに済んでいるのは

ここでの話はここだけ。
何でも話していいんですよ

私は姑を介護しているんですけどね、介護って
大変よね。
腹が立って、泣きたくなる
時もあるわ。



7月から12月は、家族支援
プログラムと一緒に認知症の
ことを勉強しましょう。

無理なせずに、来て聞く
だけでも大丈夫。

認知症の人と家族の会の
集いに参加

家族会の人たちは、やさしく受け入れてくれる

Aさん夫婦が戸惑ったまま 社会から孤立せずに済んだのは



認知症カフェ



家族の会

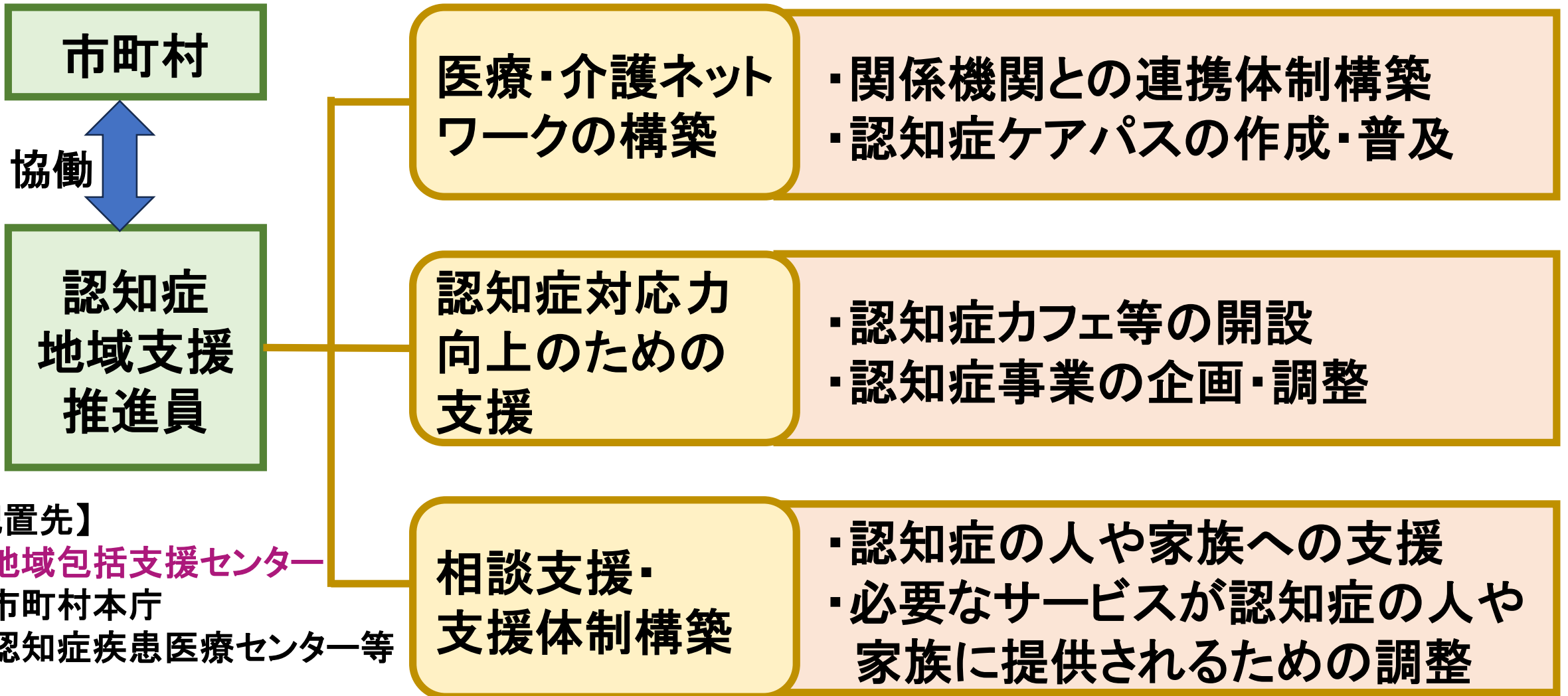


ピアサポーター
との交流

地域包括支援センターの
バックアップ

ケアマネジャー、認知症地域支援推進員が集いの場所に連れ出してくれたから

認知症地域支援推進員とは



2018年度から全国の市町村に配置

サービスにつながっていなかったとしても

隣の家の認知症の人がいたら、困っていそうな高齢者を見かけたら…

- 正面から声をかける
- 相手の目線に合わせて、やさしい口調で
- おだやかに、はっきりした話し方で
- 相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくりと
- みんなで一度に話しかけないで

この5つの基本的なかかわり方を身につけて
やさしく接して頂くことで、それは既に**共生**だと思います。



認知症の人を中心に关わる人が…

- 相談し合う
- 声をかけ合う
- 知恵を出し合う
- できることを探す



ひとりで抱え込まないで…

良い知恵が湧くかもしれない



がんばり過ぎない + あきらめない

「オレンジカフェ」に行ってみて♪

おおいた認知症
情報サイト

オレンジ

<https://orange-oita.jp/>

ご存じですか？

オレンジ カフェ

笑顔になれる場所

-参加者Aさんのお話-

認知症の妻が失敗したり、嫌な思いをしたらかわいそうと初めは参加をためらい、一歩踏み出すのに時間がかかりました。しかし行ってみると、妻も私も皆さんと話をしていく中で何かホッと、元気をもらいました。

オレンジカフェは認知症の本人だけでなく介護する家族にも笑顔をくれるところです。

私にとって日頃の介護の愚痴の場にもなっていて、今ではカフェの日が楽しみになっています。

オレンジカフェとは『認知症カフェ』のことです

オレンジカフェは、経験・年齢を問わず認知症の力やそのご家族と専門職や地域の人・ボランティア・学生さんなどが参加しています。

お茶やコーヒーなどを飲みながら会話やゲームによる交流などを通して、みんなが支え合い場となっています。

※各オレンジカフェごとに独自のプログラムで運営されている場合もあります。

介護の事案や工夫のヒントが学べる

辛いこともみんなで笑い話にできる

自分らしくいられる

共通の体験を通して参加者同士のつながりができる

介護や福祉の専門職にも気軽に相談できる

出張オレンジカフェ

※県内各地のオレンジカフェの場所や時間、内容、参加費等の情報は県ホームページをご覧ください。
開催日時や場所が変更される場合がありますので、事前に参加するカフェへお問い合わせの上、ご参加ください。

大分市	別府市
中津市	日田市
佐伯市	臼杵市
津久見市	竹田市
杵築市	豊後高田市
宇佐市	豊後大野市
由布市	国東市
姫島村	日出町
九重町	玖珠町

地域共生社会の実現に向けて



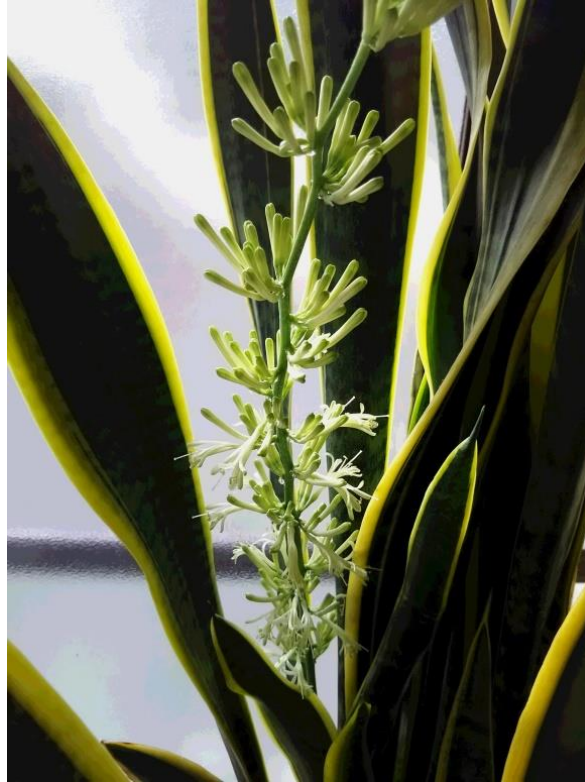
認知症看護認定看護師からのメッセージ

「認知症」という病気を抱えても
ひとりで抱え込まないで！

誰もがかかるかもしれない身近な病気です。

サービスを上手に使って

頭も体も元気に長生きしましょう！



ご清聴ありがとうございました