

※ 見えるところに貼って、日頃から確認できるようにしましょう！

「さらべつ版」認知症ケアパス～認知症の状態に応じた流れ～ (令和5年4月 作成)

認知症の進行状況に応じて、どのような医療・介護・福祉サービスを利用できるかを表したものです。身体状況により、必ずこの通りになるわけではありませんが、今後を見通す参考にしてください。

段階	(軽度) 認知症の疑い	→ 認知症はあ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 (重度)
本人の様子	もの忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類の作成などの日常生活は自立	金銭管理や買い物などにミスが見られるが、日常生活はほぼ自立している	服薬管理ができない、電話や訪問者の対応が1人では難しい	着替えや食事、トイレ、入浴などがうまくできない	ほぼ寝たきりで意思疎通が困難
本人・家族の心構え	・認知症や介護保険について学ぶ。 ・かかりつけ医を持つ。 ・1人で悩まずに、相談しやすい人や相談窓口相談する。	・生活の中でどのようなことに困っているかを確認し、適切なサービスを利用する。 ・1人または家族で抱え込まずに、理解者や協力者に手助けしてもらう。		・生活の中でどのようなことに困っているかを確認し、適切なサービスを利用する。 ・本人だけでなく、介護者の健康や生活を大切にする。 ・急変時や最期の時をどう迎えるか、主治医と相談する。	
相談	認知症や高齢者の福祉、介護に関する相談など(地域包括支援センター、認知症初期集中支援チーム) 電話:53-3000				
認知症の方や家族を支援する体制	介護予防 悪化予防 仕事 役割支援	定期的な運動で筋力・体力の維持(まる元運動教室) 脳トレで認知症予防(大人のまなびや)、口腔機能・栄養状態の維持・改善で会話や食事を楽しむ(かむかむ教室) 交流の場に参加(末広学級、元気クラブ、ふれあいサロンなど) 自主的な集まりの中で役割を持って活動できる(老人クラブ) 特技や趣味を活かして活躍できる(高齢者勤労事業、ボランティアなど) 早期に適切な支援や治療につなぐことができる(認知症初期集中支援チーム)			悪化させないためにリハビリや交流の機会を持つ(小規模多機能型居宅介護、通所介護、通所リハビリ)
	安否確認 見守り 緊急時支援 家族支援	日常生活の中で安否確認や見守り、助け合いをしてくれる(民生委員児童委員、認知症サポーター、緊急通報システム、配食サービス、高齢者見守り協定事業者(北海道新聞更別販売所、商工会、コープさっぽろ、郵便局、セブンイレブン)) 介護の相談や情報交換、交流の場(さらべつ・かみさらべつ介護カフェ) 認知症の方の精神症状が強くなったとき(認知症初期集中支援チーム、認知症疾患医療センター(大江病院)) 緊急時の連絡や認知症の方が行方不明になった時(緊急通報システム、高齢者等SOSネットワーク、徘徊高齢者等家族支援事業)			
生活支援	課題解決に向けた地域の基盤づくり(ささえ愛さらべつ) 村内の病院まで送迎してくれる(移送サービス)、お弁当を配達してくれる(配食サービス)、簡単な日常生活の援助(軽度生活援助)、除雪をしてくれる(除雪サービス)、寝具のクリーニングをしてくれる(寝具乾燥サービス) 福祉サービスの利用や生活費の管理(あんしんお預かりサービス、日常生活自立支援事業、成年後見制度)				
医療	認知症の診断・相談(診療所「もの忘れ相談外来」) 認知症の相談・訪問(認知症初期集中支援チーム)		自宅に医師や看護師、作業療法士、薬剤師が来てくれる(診療所、訪問看護ステーション:かしわのもり・はれ、フナキ調剤薬局)		
介護	本人や家族の相談に応じて、情報提供やケアプランの作成、介護保険に関する手続きの支援(介護予防支援、居宅介護支援)	自宅で家事や入浴などの介護サービス(小規模多機能型居宅介護、訪問介護) 通いで食事や入浴、レクリエーション等の介護サービス(小規模多機能型居宅介護、通所介護) 短期間宿泊して介護を受ける(小規模多機能型居宅介護、短期入所)			
住まい	シルバーハウジング(高齢者世話付住宅) 生活支援ハウス(高齢者生活福祉センター) 家庭的な環境と地域との交流のもとで共同生活する住宅(グループホーム) 介護を受けられる施設(特養)				

元気なうちから、介護予防教室やサロン、ボランティア等に積極的に参加して、認知症になりにくい生活を送ろう！



認知症予防・重症化予防のポイント

- ☆ 食事はバランス良く、食べよう！
- ☆ 体を動かす習慣をつけよう！
- ☆ 脳を活発に使う生活をしよう！
- ☆ 昼寝は1日30分までにしよう！
- ☆ 禁煙を心がけよう！
- ☆ 歯みがき・お口のケアをしよう！
- ☆ 寝たきりにならないために、転倒には気をつけよう！

