

物忘れ？認知症？

認知症を早期に発見するための…

# ご近所みまもりシート

下記のような症状がいくつか見られたら要注意！

## 〈日常生活〉

- 同じ話を繰り返す
- 話の“つじつま”が合わないことが多い
- 「最近物忘れが多い」「ボケてきたかなあ」などと不安を訴える
- 自宅に閉じこもりがちである（誘っても出てこなくなった）
- 不要にもかかわらず、同じ物を繰り返し購入している
- 趣味やテレビ番組など、興味があったものに無関心になった
- ゴミを捨てられずにためている
- 簡単な計算ができないため、お札ばかりを使う
- よく知っている人の顔や名前を忘れている
- 大切なもの（財布やカギなど）の置き場所がわからなくなる
- 近隣からの苦情、心配の声がでている

## 〈身だしなみ〉

- 入浴ができていないようだ
- 身だしなみに気を遣わなくなった  
（髪型・化粧・ツメの伸び・季節に合わない衣服）
- 尿臭がするようになった
- 最近やせてきたように思う



## 〈性格〉

- 執着心、被害妄想、物事へのこだわりが強くなった
- 感情の変化が顕著（最近怒りっぽい・感情の起伏が激しい・無表情である）

いくつか該当する方がおられたら…

お近くの「あんしんすこやかセンター」までご相談ください。

## 早期発見が肝心です!

認知症は、家族が「おかしい」と気づいてから医療機関に相談するまでに、約7割の家族が2年以上もかかっているのをご存知でしょうか?

対処の遅れは、認知症の進行を早め、生活の安全を脅かす要因となるなど、日常生活に大きな支障が生じます。

一方、認知症は早期に発見し、適切な治療や介護を行うことで、進行を遅らせることができるほか、症状そのものが大きく改善することも期待されています。

ご家族・地域の皆さんがお互いに、いち早く気づくことの大切さを、ぜひご理解ください。



## なぜ早期発見なのか?

### 認知症ではないことがある

**ひどい物忘れなど、認知症と同様の症状を示す病気があります**



- ① うつ病、神経症などの心因性精神疾患
- ② せん妄（頭内疾患や感染症、脱水症状、栄養障害などによって引き起こされる意識障害と精神的興奮、幻覚が混在した状態）
- ③ 薬の飲み過ぎ、副作用
- ④ 老化による物忘れ

### 進行を遅らせるとともに、介護負担を軽減させる

**治療・リハビリで進行を遅らせたり、問題行動の軽減が可能です**



- ① 薬による治療（進行の抑制、徘徊・暴力行為など問題行動の軽減）
- ② 音楽療法（楽器・音楽を用いて脳を活性化させるリハビリ）
- ③ 回想法（昔のことを懐かしみ語りあうことでの脳の活性化を図る）
- ④ 芸術療法（陶芸・絵画などあらゆる表現手段でのリハビリ）など

### 軽度のうちに後見人を決めることが可能である

**自分に代わり、適切な判断をする方を事前に決めることが可能です**



判断力が低下した高齢者への悪質な売買契約が増えているほか、不動産や預貯金の管理、各種利用契約など、認知症の進行で適切な判断ができず、問題となるケースが多発しています。

軽度のうちに、自ら後見人を決めておくことで、適切な判断ができなくなった時に、自分に代わって財産管理、遺産分割から介護サービスの利用など、後見人が代理して法律行為や売買取消行為が可能となります。

### より長く、住み慣れた地域で暮らすことができる

**地域の皆さんのご理解と支えが、何よりも必要です**



医師による治療および介護保険サービスの利用にあわせ、地域の皆さんのちょっとした支えが何よりも必要です。

高齢者が多い長田区では、認知症の方も増加する傾向にあり、「医師・介護サービス・地域の皆さん」が一体となった取り組みが欠かせません。

## 早期発見後の対応は？

### ① 疑いのある方

「ご近所みまもりシート」にいくつか該当する  
「最近、少し様子が気になる方がおられる」  
「気になるが、ひとり暮らしで様子がわかりにくい」  
「ご近所から気になる声が聞かれる」



### ② 相談

まずは、お近くの「あんしんすこやかセンター」または、  
「長田区役所5階・保健福祉部 保健福祉課」まで  
ご相談ください。詳しい状況をお伺いします。  
ご相談される方および、対象者の方のお名前を特定せず  
に相談いただくことも可能です。  
(個人情報 は 外部に漏れることはありません)



### ③ 個別対応（ご近所見守りネットワーク）



認知症の診断は、医師の診察・検査が不可欠です。  
主治医との連携をはかりつつ、  
①介護保険サービスの利用  
②見守り推進員による見守りや、状況の確認  
③民生委員、友愛訪問ボランティアの皆さん  
④近隣住民の方、日頃おつきあいのある喫茶店、  
店舗の皆さんなど、さまざまな方の協力を得ながら、  
認知症の方が地域で安心して生活することができる、  
まちづくりをめざします。





## ＜認知症と思われる方に出会ったときの＞ ワンポイントアドバイス

### 認知症？と思われる方に街で出会ったら…？



- ・道にしゃがみこんでいる。バス停のベンチにひとりで長く座っている。
- ・キップを持たずに電車に乗ろうとしている
- ・困ったような様子で、行くあてもなさそうに歩いている

＜ポイント＞ 街でこのような方に出会ったら、認知症で徘徊されている可能性があります。ぜひ、勇気を持って「何かお困りですか？」と声をかけて下さい。もし、ご様子がおかしいようなら警察（110番）への通報をお願いします。

### どのように声をかければ…？



まず、「こんにちは」「どこに行かれますか？」「何かお困りですか？」など、本人の正面からゆっくりと、そして落ち着いた口調で話しかけて下さい。

大声で話しかけたり、背後から急に声をかけたり

次からつぎに質問をすると、不安になり混乱されます。

また、衣服や持ち物に名前や連絡先が書いてあることもありますので、ご本人の了解が得られたら、確認してみてください。

＜ポイント＞ 認知症になっても感情が失われることはなく、過敏になっていたり、強い不安をもっている方が多いのです。

どんな時でも、尊厳を傷つけない対応を心がけて下さい。

### ご相談窓口

長田区保健福祉部保健福祉課

電話 579－2311（長田区北町3丁目4-3）

丸山あんしんすこやかセンター

電話 612－5530（長田区丸山町2丁目2-13）

名倉あんしんすこやかセンター

電話 646－0151（長田区大塚町5丁目1-7）

池田宮川あんしんすこやかセンター

電話 631－9690（長田区長田町7丁目2-4）

御蔵あんしんすこやかセンター

電話 575－8835（長田区北町3丁目3）

西代あんしんすこやかセンター

電話 643－4700（長田区庄山町2丁目1-5）

真野真陽あんしんすこやかセンター

電話 611－2020（長田区腕塚町2丁目1-28）

新長田あんしんすこやかセンター

電話 642－0080（長田区二葉町5丁目1-1-117）



※ この他にも、認知症の人と家族の会（兵庫県支部）が実施する  
電話相談窓口もあります。（月・金 10時～16時（12時～13時除く））

電話 078－360－8477

＜発行・編集＞ 長田区地域と進める認知症早期発見システム検討会議

事務局：神戸市長田区保健福祉部保健福祉課 電話 078－579－2311

