

認知症あんしん ガイドブック



目次

- | | | | |
|---|-----------------------|---|-----------------------|
| 1 | 認知症とはどんな病気?..... P1~4 | 5 | 介護保険と市の事業..... P10~11 |
| 2 | 認知症の受診と治療..... P5~6 | 6 | 集いの場について..... P12 |
| 3 | 自分でできるチェックリスト.. P7~8 | 7 | 医療機関一覧..... P13 |
| 4 | 対応のヒント..... P9 | 8 | 本人発信..... P14 |

橋本市

1 認知症とはどんな病気？

1 認知症とはどんな病気？

認知症の種類と特徴

アルツハイマー型認知症

認知症の原因の半数以上を占める。女性に多く、おおむねゆっくりと進行する。もの忘れ症状から始まり、進行していくと身の回りのことができにくくなる。同じ話を繰り返す、同じことを何度も聞く特徴がある。



血管性認知症

2番目に多い。脳卒中や血流障害など、脳血管の障害から認知症に至った状態。脳血管障害が再発すると症状も悪化することが多い。生活習慣に留意し、脳血管障害を予防することが大切。



レビー小体型認知症

本人には現実のように感じられる幻視が見えたり、寝言をはっきりと言うようになったり、寝た状態で夢の中の動作が現実に現れたりする。パーキンソン症状が出て、動作がゆっくりになったり、手の震えが出現したりもする。

前頭側頭型認知症（ピック病）

前頭葉や側頭葉を中心に萎縮がみられる。初老期に発症することが多い。言語障害が出現したり、情緒が不安定になり、理性が働かず生活から逸脱する行動がみられたりする。

認知症の症状

治すことが
難しい

認知機能障害

- ・ 物の忘れ
- ・ 状況判断ができない
- ・ 計算ができない
- ・ 時間・場所・人がわからない

BPSD(行動・心理症状)



本人の性格や周りの人間関係、
環境などの影響で出現する。



- ・ 物を盗まれたと騒ぐ
- ・ イライラしたり、怒りっぽくなる
- ・ うつ状態になる

改善する
可能性がある

認知症の人への対応 ガイドライン

基本姿勢

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

対応の7つのポイント

- ① まずは見守る
- ② 余裕をもって対応する
- ③ 声をかけるときは一人で
- ④ 背後から声をかけない
- ⑤ やさしい口調で
- ⑥ おだやかにはっきりした口調で
- ⑦ 会話は本人のペースに合わせて



『もの忘れ』と『認知症』の違い

認知症に見られる記憶障害は、加齢によるもの忘れと異なります。

加齢によるもの忘れ

体験の**一部**を忘れる

ヒントがあると思い出す

時間、場所、人を**間違える**ことがある

日常生活に大きな**支障はない**

認知症によるもの忘れ

体験**全体**を忘れる

ヒントがあっても思い出せない

時間、場所、人などが**わからなくなる**

日常生活に**支障が出る**ことがある

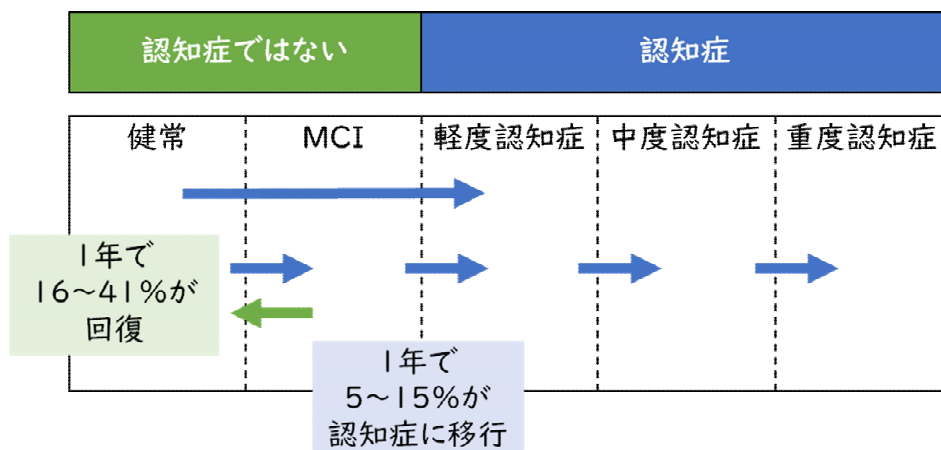
※これらはあくまで目安です。当てはまらない人もいます。

早期受診のススメ ～あれ？おかしいと思ったら～

早期の受診はその後の人生をよりよく生きるためにも大切です。MCI（軽度認知障害）の段階で見つければ、認知症の発症を遅らせることや、適切な治療により進行を予防できる可能性が高くなります。

認知症の経過

認知症サポーター養成講座標準教材参照





2 認知症の受診と治療

早期受診はメリットが大きい！

認知症の進行予防以外にも、検査を受けて他の病気が分かれば適切な治療がスタートできます。正しい診断を受けるためにも、自己判断をせず、受診をしましょう。



受診のコツを知っておこう

1

まずかかりつけ医に相談

本人や家族を日頃から知っているかかりつけ医に相談しましょう。必要に応じて専門医を紹介してくれます。かかりつけ医がない場合 ⇒P13へ



2

気になることをまとめておく

相談したいことがたくさんあっても、いざ診察となるとうっかり忘れてしまうものです。事前に相談したい内容のメモを用意しておくとしスムーズです。



3

受診へのためらいがある時は

本人も納得して受診することがベストですが、受診へのためらいがある場合は、声かけを工夫してみましょう。



声かけの例

- 「何かの病気かもしれないから検査してみましょう」
- 「早く発見できたら治るかもしれないし、進行も遅らせることにつながります」
- 「病院で検査を受けてみて、何も無いことを確認しましょう」
- 「私の健康診断に付き合ってください」
- 「一緒に健康チェックに行きましょう」



どうしても受診してくれないときは、
かかりつけ医から勧めてもらったり、
地域包括支援センターに相談を！



【問い合わせ】橋本市地域包括支援センター

電話：0736-32-1957 メール：ikiiki@city.hashimoto.lg.jp

『認知症初期集中支援チーム』を知っていますか？

医療機関の受診が困難な認知症の疑いがある方で、医療や介護のサービスを受けていない場合は、認知症サポート医と地域包括支援センターの保健師やケアマネジャー等がお手伝いします。
(往診も可)



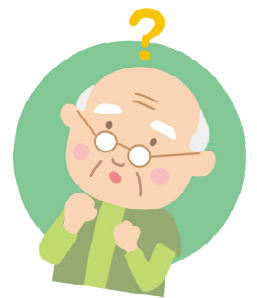
認知症の疑いがなくても、定期的に自分自身や家族の健康状態をチェックする機会をもちましょう



3 自分でできる「認知症の気づき チェックリスト」をやってみましょう!

以下のチェックリストを参考に、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。

同じことを何度も言ったり聞いたりする



昔から知っている物や人の名前が出てこない

置き忘れやしまい忘れなどで、探し物をする
ことが増えた

約束をよく忘れるようになった



身だしなみに構わなくなった



料理の時間がかかるようになった

同じ物を何個も買ってくる



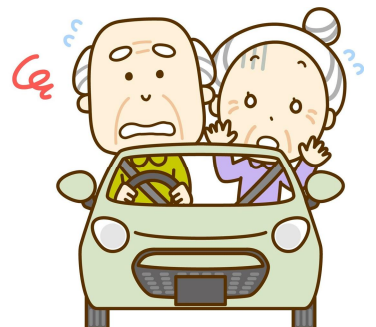
慣れた道でも迷うことがある

今まで好きだった趣味などへの興味関心がなくなってきた



ささいなことで、怒りっぽくなった

車の運転が下手になった



※このチェックリストの結果は診断基準となるものではありませんので、目安として参考にしてください。気になることがあれば、かかりつけ医などに相談してください。

4 こんなときどうする？対応のヒント

介護者が困ると感じる行動も、本人にとっては理由があります。

【認知機能障害が起こす行動】

ケース① 「今日は何日？」日時や曜日がわからない

『対応のポイント』 答えられなくても本人を責めないこと

日付と曜日が表示される時計や大きなカレンダーなど、本人が理解しやすいものを利用し、予定や日付を一緒に確認しましょう。



ケース② 「財布を盗まれた！」物とられ妄想

『対応のポイント』 同じ感情を共有して味方になる

「誰かが盗んだに違いない」という本人の気持ちに共感した態度で、可能であれば一緒に探してあげましょう。しまっている場所がわかれば、「こっちを探してみよう」と本人に見つけてもらうことが大切です。



ケース③ 「歩きまわる、道に迷う」

『対応のポイント』 気持ちに寄り添い、理由を聞くことが基本

一人で出かけて道に迷ったり、歩きまわったりすることがあります。本人は目的があって出かけていますので、原因や背景を考えて対応しましょう。「GPS」「名前入りタグ」などの活用は行方不明の防止につながります。

5 介護保険と市の事業

介護保険認定申請の流れ

1 申請

申請窓口：介護保険課



2 認定調査等

● 認定調査

本人や家族から聞き取り調査をします

● 主治医意見書

市から主治医に、介護が必要となる

原因疾患などの情報の作成を依頼します

3 審査、判定

認定調査や主治医意見書の情報をもとに

要介護状態区分が判定されます

4 認定結果の通知

「認定結果通知書」と

「介護保険の被保険者証」が届きます

介護保険被保険者証	
被保険者	住所
	氏名
年 月 日	
印	



申請から結果が届くまで、1~2か月ほどかかります

～橋本市の認知症事業～



高齢者等見守り・安心ネットワーク事業

認知症などにより行方不明になるおそれのある人を事前に市に登録していただき、登録内容を警察・消防本部等と情報共有し、行方不明時に迅速に対応できるようにするための事業です。 ✨ ✨

橋本市 見守り安心シール

※見本



- ①事前登録が必要
- ②登録後に二次元コード付きのラベルシールを配布
- ③配布されたラベルシールを持ち物等に貼りつける
- ④行方不明になった際、衣類等の
二次元コードが発見者に読み取られると
保護者へ発見通知メールが届く
- ⑤保護者と発見者がチャットでやりとりできるため
本人の状況を確認しながら迎えに行くことができる



動画で確認



6 集いの場について



みかんの会（認知症のわたしたちと家族の会）

認知症について気軽に話せる集まりです。

ご本人だけでなく、ご家族や地域住民だれでも参加することができます。

【問い合わせ】橋本市地域包括支援センター 電話：0736-32-1957

名称	日時	場所	費用
みかんの会	毎月第1木曜日 13:30~15:30	保健福祉センター	無料

認知症カフェ



認知症の人を含め、だれでも気軽に集えるカフェです。

【問い合わせ】橋本市地域包括支援センター 電話：0736-32-1957

名称	日時	場所	費用
里山カフェ	毎月第3水曜日 13:30~15:30	隅田町山内	無料
信太カフェ	毎月第4水曜日 13:30~15:30	農業構造改善センター (高野口町上中)	無料
伊都中央カフェ	不定期	伊都中央高校	200円
スターバックスカフェ	不定期	隅田町下兵庫 615-1	飲食代
ライフガーデンキッチン	不定期	柿の木坂 21-17	適宜
キッチンスペースクローバー	毎月第4日曜日	小原田	適宜
地域食堂たまり場	毎月最終木曜日 13:30~15:30	城山台 2-11-6	適宜

令和8年3月現在

7 医療機関一覧

橋本市の認知症サポート医

医療機関名	所在地	電話番号
なかいクリニック	神野々382	0736-33-1638
みどりクリニック	岸上 22-1	0736-34-2811
奥野クリニック	御幸辻 148-1	0736-34-0010
おおはぎ内科	三石台 3-23-6	0736-38-2570
岡本クリニック	清水 512-7	0736-39-0039
南クリニック胃腸肛門科	市脇 4-7-6	0736-34-0171

橋本市民病院 脳神経外科

医療機関名	所在地	電話番号
橋本市民病院	小峰台 2-8-1	0736-37-1200

和歌山県認知症疾患医療センター

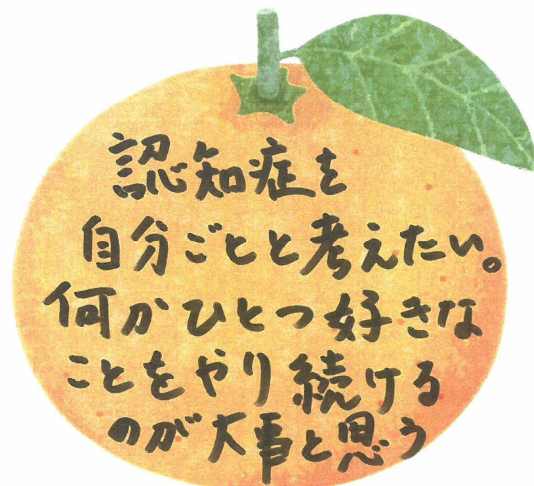
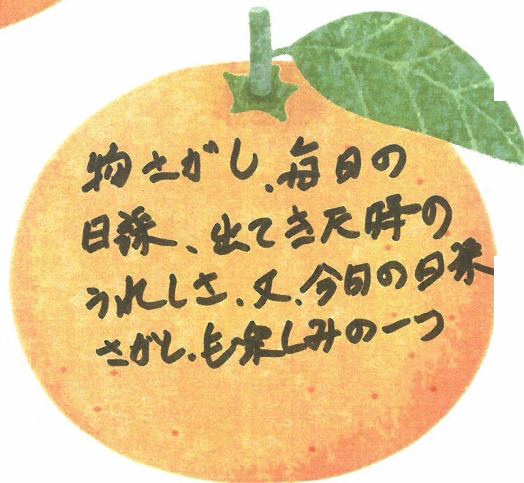
(ここでは橋本市に近い認知症疾患医療センターを掲載します)

医療機関名	所在地	電話番号
和歌山県立医科大学 附属病院紀北分院	伊都郡かつらぎ町妙寺 219	0736-26-3004

令和8年3月現在

8 本人発信

～認知症のわたしと家族からのメッセージ～





橋本市
HASHIMOTO CITY

作成：橋本市地域包括支援センター

〒648-0072 和歌山県橋本市東家 1-3-1 橋本市保健福祉センター

電話番号 0736-32-1957

FAX 0736-34-1652

メール ikiiki@city.hashimoto.lg.jp

2026年3月 発行