

7. 認知症かなと思ったら

◆認知症に関する相談・認知症の方を支える家族への支援

在宅医療介護連携係 22-9853

認知症とは…？

認知症は脳の病気です

認知症とは、様々な原因で脳の働きが悪くなり、記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態で、通常の加齢による衰えとは違います。例えば、朝ご飯に何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは、加齢によるもの忘れですが、朝ご飯を食べたこと自体を忘れてしまう場合は、認知症が疑われます。

認知症は早期の発見が大切です

認知症は誰でもなる可能性があり、生活習慣病など多くの病気と同じく、早期の発見と治療がとても大切な病気です。早期に発見し適切な対応をすれば、その人らしい充実した暮らしを続けることができます。

P69に自分でできる認知症の気づきチェックリストがあります。セルフチェックにご活用ください。



①認知症(医療・介護)相談事業

ご家族や周囲の方で「もの忘れがひどくなった」「近頃迷子になる」など、もしかして認知症かしら…と思う方はいませんか？周囲の対応方法や医療や保健福祉サービスなどについて、専門のスタッフ(専門医や相談員)がご相談に応じます。

●対象者 市内在住で、認知症または認知症の症状を有する方およびその家族

●日時 月～金曜日 午前9時～午後5時

●問合せ先 ・高齢生きがい課

・各地区高齢者サポートセンター(市内6か所)(P77参照)

*認知症や知的障がい、精神障がいなどによって物事を判断する能力が十分ではない方について、ご本人の権利を守る援助者を選ぶことでご本人を法律的に支援する制度である、成年後見制度については、P73をご覧ください。

❖その他の相談先

まずは、かかりつけ医への相談が基本です。
専門医療機関については、ご相談の際にお問い合わせください。



●認知症かどうか相談したい…

専門の医療機関(精神科、神経内科、脳神経外科)、もの忘れ外来等を受診してください。

※栃木県内には認知症疾患に関する医療の中核機関で、鑑別診断、専門医療相談などを行う認知症疾患医療センターがあります。

●認知症サポート医とは？

国立研究開発法人国立長寿医療研究センターが行う認知症サポート医研修を修了し、「認知症かかりつけ医」への助言等を行うとともに、専門医療機関や地域包括支援センター等との連携役となる医師です。

●オレンジドクターとは？

とちぎオレンジドクターは、県に登録された「もの忘れ・認知症相談医」です。

小山市内の認知症サポート医およびオレンジドクターの在籍する医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号
友井内科クリニック	小山市駅東通り1-3-3	30-1111
高岩内科医院	小山市駅東通り2-38-13	22-0170
福田医院	小山市宮本町2-4-6	25-5511
杉村病院	小山市城山町2-7-18	25-5533
近藤クリニック	小山市天神町1-9-22	23-2825
関医院	小山市中久喜5-2-1	22-0285
いしい整形外科	小山市犬塚1-21-8	20-3588
ハンディクリニック	小山市西城南6-3-9	28-6777
藤原クリニック	小山市雨ヶ谷新田71-1	27-2421
松岡クリニック	小山市東城南1-3-32	27-4135
星野病院	小山市栗宮1-7-8	23-7227
須田医院	小山市大字間々田1489	45-7712
おやま城北クリニック	小山市大字喜沢1475-328	24-6565
南栃木病院	小山市北飯田74-2	39-1150
小山ステーション脳神経外科・内科	小山市駅東通り1-2-43	25-5500
小山イーストクリニック	小山市駅東通り1-32-1	24-2200
すずき整形外科	小山市喜沢438-1	23-2010

②認知症初期集中支援チーム

～すばやく集中的なサポートで、認知症の困り事・心配事の解決をお手伝いします！～

認知症の人やその家族に対して、認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域でよりよい暮らしを続けられるために早期診断・早期対応に向けた支援を行います。チーム員が自宅に訪問して一定期間(おおむね6か月以内)集中的に支援します。

- 対象 40歳以上の自宅で生活している認知症の方や認知症が疑われる方で、
 - 認知症の診断を受けていない方や治療を中断している
 - 適切な医療サービスや介護サービスを受けていない
 - 医療や介護サービスを利用しても症状が悪化して対応に悩んでいる 等の方が対象
- チーム員 医療、福祉、介護の専門家たち(医師・保健師・看護師・介護福祉士等)

早期発見による3つのメリット

メリット1 早期治療で改善も期待できる

認知症の原因になる病気は様々ですが、早期発見し早期に治療を始めることで、改善が期待できるものもあります。

メリット2 進行を遅らせることができる

認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによってその進行のスピードを遅らせることができる場合があります。

メリット3 事前に様々な準備ができる

早期発見によって、症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり利用できる制度やサービスを調べたりする「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。

③認知症地域支援推進員をご存知ですか？

認知症は早期に発見し、治療による進行の予防や地域ぐるみの対応により、住み慣れた地域で安心して暮らすことができます。

認知症地域支援推進員は、医療・介護および地域の支援機関のコーディネーターとして、認知症の本人や家族への相談支援体制の充実、適切なケアの普及、認知症サポーターの養成等を行います。

●主な業務内容

＜認知症の理解を深めるための普及啓発＞

- ・認知症サポーター養成講座の開催
- ・講演会の開催

＜医療・介護等の相談や情報提供＞

- ・窓口・電話・訪問による相談
- ・専門医による医療相談
- ・初期集中支援チームの運営
- ・認知症ガイドブック(ケアパス)の作成
- ・認知症予防教室の開催

＜認知症の方や介護者への支援＞

- ・認知症カフェの活動支援

＜認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくり＞

- ・医療・介護・地域の支援機関とのネットワークづくり
- ・チームオレンジの活動支援

認知症地域支援推進員へ
お気軽にご相談ください

●認知症地域支援推進員が所属する場所

- ・市高齢生きがい課
- ・各地区高齢者サポートセンター(市内 6 か所)(P77参照)



認知症サポーター養成講座(初級・上級)

認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を見守り支える「認知症サポーター」を養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちを、市民の手によってつくっていくことを目指しています。

内 容	【初級版】認知症に関する基礎知識、認知症の人と接するときの心がまえや、その家族の気持ちの理解についての講話 【上級版】認知症への理解をさらに深め、個人または地域で出来ることについてのグループワーク
対象者	地域住民の方、市内の事業所・企業での学習会等 (上級は初級受講済みの方が対象)
申込方法	おやま・まちづくり出前講座にてお申し込みください。



チームオレンジとは・・・？

「チームオレンジ」とは、地域のボランティア団体などから組織される、地域ネットワークです。認知症の方やその家族が集える場を運営するなどによって、皆様を支援します。

認知症を支える認知症サポーターはもちろん、認知症の方もチーム員として活躍しています。令和7年1月現在、小山市には18のチームオレンジがあります。

認知症サポーターがステップアップ講座を受講し、小山市にチームとして登録すると、登録証とバッチを贈呈しています。



④オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症のご本人や家族、介護を経験された方、認知症に関心のある方、地域の方など、どなたでも参加できる交流の場です。お茶を飲みながらおしゃべりや情報交換ができるほか、認知症のご本人にとっては安心して過ごせる場でもあります。



名称	開催場所	時間	利用者負担	問い合わせ先
オレンジカフェ	小山市総合福祉センター4階 ボランティア研修室 中央町2-2-21	毎月第2・第4火曜日 13時30分～15時30分	100円	高齢生きがい課 22-9853 小山市介護家族の会 090-4397-5512
夢紡ぐ家 ～たむらさんち～	きぬの里 高椅747	毎週火・金曜日 9時30分～15時	無料	社会福祉法人くすの木会 49-3636 090-1667-2418
ひなたぼっこ	いきいきふれあいセンター おとめ 乙女3-15-21	毎月第1・第3水曜日 10時～11時30分	100円	間々田地区認知症に寄り添う会 45-5501
ほのかさろん	穂の香苑 間々田1442	毎週月曜日 10時～12時	100円	社会福祉法人厚生会 穂の香苑 45-1156
風わらう喫茶	風わらう舎 地域交流スペース内 小山111-1	毎月第3木曜日 13時～15時	無料	小規模多機能型居宅介護 風わらう舎 31-0255
フレンドカフェ	ふれんど小山 デイサービスセンター内 若木町 1-18-6	奇数月第4金曜日 13時30分～15時	無料	ふれんど小山 30-0130

⑤認知症予防教室

認知症の原因や予防対策についての知識の普及を図るための「認知症予防教室」を各地区で開催しております。

脳の機能を高め認知症の予防を図るプログラムを取り入れた、地域プログラム型認知症予防教室を開催し、教室修了後は自主グループ化に向けた支援も行っています。

また、各地区のご要望に応じた認知症予防教室も開催しておりますので、高齢生きがい課または各地区高齢者サポートセンターまでご相談ください。



⑥もの忘れ相談会

もの忘れが心配な方やそのご家族を対象に、中央図書館で個別相談会(年3回程)を開催しています。認知症地域支援推進員や保健師がご相談に応じます。認知症に関することや、医療・介護保険サービス等について情報提供も行っています。

事前予約は不要です。開催日時の詳細は広報おやまで掲載いたしますのでご確認ください。

⑦タッチパネルでもの忘れチェック



タッチパネル形式のもの忘れプログラムを使い、もの忘れについての簡易チェックができます。検査と一緒に認知症相談も可能です。

認知症予防教室や各種イベントで実施いたします。検査は1人5分程度、費用は無料です。

各種イベント以外での実施を希望される方は事前に高齢生きがい課へお問い合わせください。

⑧認知症ケアパスについて

※認知症の進行及び経過には、個人差があります。

認知症の症状の段階に応じて利用できるサービスをまとめてあります。
サービス内容の詳細については【 】内のページへお進みください。

認知症の症状の 段階 サービスの 分類	サービスの内容	認知症の疑い(MCI)段階の方	軽度の認知症疑いの方	中程度の認知症疑いの方	重度の認知症疑いの方
		もの忘れ、買い物や事務、金銭管理等にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している	服薬管理ができない、電話の対応や訪問者の対応などが1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
介護予防・悪化予防 他者とのつながり 支援 社会参加	社会参加をし、人と交流することが、認知症予防及び悪化予防につながります。	認知症予防教室、予防教室 OB による自主グループ活動【P64】 いきいきふれあい事業【P5】 シニア元気あつが塾【P4】 自治会活動 老人クラブ【P3】 各種ボランティア ・ 地区社協活動 ・ チームオレンジ【P63】 ・ オレンジカフェ【P64】	※利用者・参加者として	通所介護・認知症対応型通所介護【P27・P31】 通所リハビリ【P32】 訪問介護【P19】 訪問リハビリ【P23】 訪問入浴【P21】	
仕事・役割支援	能力を活かした仕事や役割を行うことで、生きがいを感じることができます。	自治会活動 老人クラブ【P3】 シルバー人材センター【P3】 各種ボランティア活動 チームオレンジ【P63】 ・ オレンジカフェ【P64】	※活動の担い手として		
認知症に関する 相談支援	認知症の症状や今後の生活のこと、介護保険サービス等のサービスについて等、専門職が相談に応じます。	高齢者サポートセンター【P77】 認知症相談(高齢生きがい課)【P61】 ・ チームオレンジ【P63】 ・ もの忘れ相談会【P64】 ・ タッチパネルでもの忘れチェック【P64】 認知症初期集中支援チーム【P62】 居宅介護支援事業所【P15】			
医療面・服薬管理 支援	症状に合わせて薬の調整をします。 継続的に服薬できるような支援をします。	かかりつけ医 かかりつけ医認知症対応力向上研修修了医 認知症サポート医及びオレンジドクター【P61】 居宅療養管理指導【P26】			
安否確認・見守り 支援	万が一に備え、各方面による安否の確認や見守りをします。 ひとり歩き中に行方不明となる恐れのある方の居場所が分かる携帯用品を利用する際の費用の一部を助成します。	緊急通報装置【P57】 認知症サポーター・ チームオレンジ【P63】 民生委員 友愛訪問 地区社協活動 配食サービス【P55】 見守り協力事業所 徘徊高齢者支援事業【P70】 徘徊高齢者 SOS ネットワーク【P70】 一部地域 ⇒ 安心見守りサポーター			

※認知症の進行及び経過には、個人差があります。

認知症の症状の 段階 サービスの 分類	サービスの内容	認知症の疑い(MCI)段階の方		軽度の認知症疑いの方	中程度の認知症疑いの方	重度の認知症疑いの方
		ものの忘れ、買い物や事務、金銭管理等にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している		服薬管理ができない、電話の応対や訪問者の対応などが1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
生活支援	自分で行うことが困難な日常生活動作を支援、または生活上のアドバイスをします。	配食サービス【P55】				
		移送サービス【P55】 軽度生活援助【P55】 訪問指導事業				
				通所介護・認知症対応型通所介護【P27・P31】 訪問介護【P19】 訪問入浴【P21】		
				小規模多機能施設【P36】		
身体的ケア支援	症状や心身機能の悪化を防ぎながら、必要な身体的ケアをします。			小規模多機能施設【P36】		
				訪問介護【P19】 訪問看護【P22】		
				短期入所(ショートステイ)【P34】		
家族支援	同じ立場の家族や介護経験者と交流することで、介護の不安やストレスを軽減することができます。	チームオレンジ【P63】・介護家族の会 オレンジカフェ【P64】				
		民生委員				
		高齢者サポートセンター【P77】 居宅介護支援事業所【P15】				
住まいの支援	できる限り自立した生活を送りながら、必要なサービスを受け、安全安心に過ごすことができます。	サービス付き高齢者住宅・高齢者賃貸住宅・有料老人ホーム【P47】				
				認知症対応型共同生活介護(グループホーム)【P45】		
				小規模多機能施設【P36】 短期入所(ショートステイ)【P34】		
				介護老人保健施設・介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)【P42】		
		住宅改修費の支給【P37】 福祉用具貸与・購入【P38】				
権利擁護のための支援	虐待や身体的拘束を受けず、権利や財産が守られます。	高齢者サポートセンター【P77】		あすてらす(日常生活自立支援事業) 成年後見制度利用支援事業【P73】		

《自分でできる認知症の気づきチェックリスト》

「ちょっと認知症かな？」と気になり始めたら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。

	最もあてはまるところに○をつけてください。			
チェック①	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
財布や鍵など、物を置いた場所が分からなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック②	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
5分前に聞いた話を思い出せない事がありますか	1点	2点	3点	4点
チェック③	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか	1点	2点	3点	4点
チェック④	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
今日が何月何日かわからないときがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑤	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑥	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑦	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
一人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑧	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑨	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
チェック⑩	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックをしたら、①から⑩の合計を計算 ➡ 合計点

 点

20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

P61で紹介しているお近くの相談機関や医療機関に相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で、医学的診断に代わる

ものではありません。認知症の診断には、医療機関での受診が必要です。

※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。



出典：東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課認知症支援担当「知って安心認知症」（令和3年11月発行）

◆認知症の方が安心して生活を送れるために

在宅医療介護連携係 22-9853

① 徘徊高齢者等 SOS ネットワーク事業

「SOS ネットワーク」とは、認知症などにより、ひとり歩き中に行方がわからなくなってしまうおそれのある方について事前に届出をしていただくことで、実際に行方不明になった場合に、地域の事業所等の協力をいただき、早期に発見する仕組みのことです。（SOS ネットワークの流れは、次ページをご覧ください。）

また、登録された方は、ひとり歩き中に他人の物を壊してしまった場合などにご利用できる個人賠償責任保険に加入となります。（対象条件があります。詳細は②をご確認ください。）

対象者	市内在住の方、または市内介護サービス事業所で介護サービスを利用している方で、認知症・若年性認知症等により、ひとり歩き中に行方がわからなくなってしまうおそれのある方
-----	---

② 徘徊高齢者等賠償責任保険加入支援事業

SOS ネットワークに登録された方がひとり歩き中に誤って他の方に損害を与え、損害賠償責任を負った場合に、被害者に支払うべき賠償金を保険会社が負担します。

また、認知症の方が法的責任を負うことができないとされ、介護家族等の方が法的責任を負った場合にも保障が受けられます。被害者への対応は、保険会社による示談交渉代行サービスがご利用いただけます。

この保険は小山市が保険契約を行い、掛け金を負担します。登録者の方の自己負担はありません。

対象者	SOS ネットワークに登録している市内在住の 40 歳以上かつ、市税・介護保険料に滞納のない方
保険対象となる例	他人にケガをさせたり他人の財物を壊したりして、法律上の損害賠償責任を負った場合に、被害者に保険金が支払われます。 例) 踏切に誤って侵入し、電車を遅延させてしまった。 ひとり歩き中に店頭の商品を落として壊してしまった。 ホテルの窓ガラスを割ってしまった。など
補償額	最大 1 億円(国内外ともに)

●①・②の登録方法

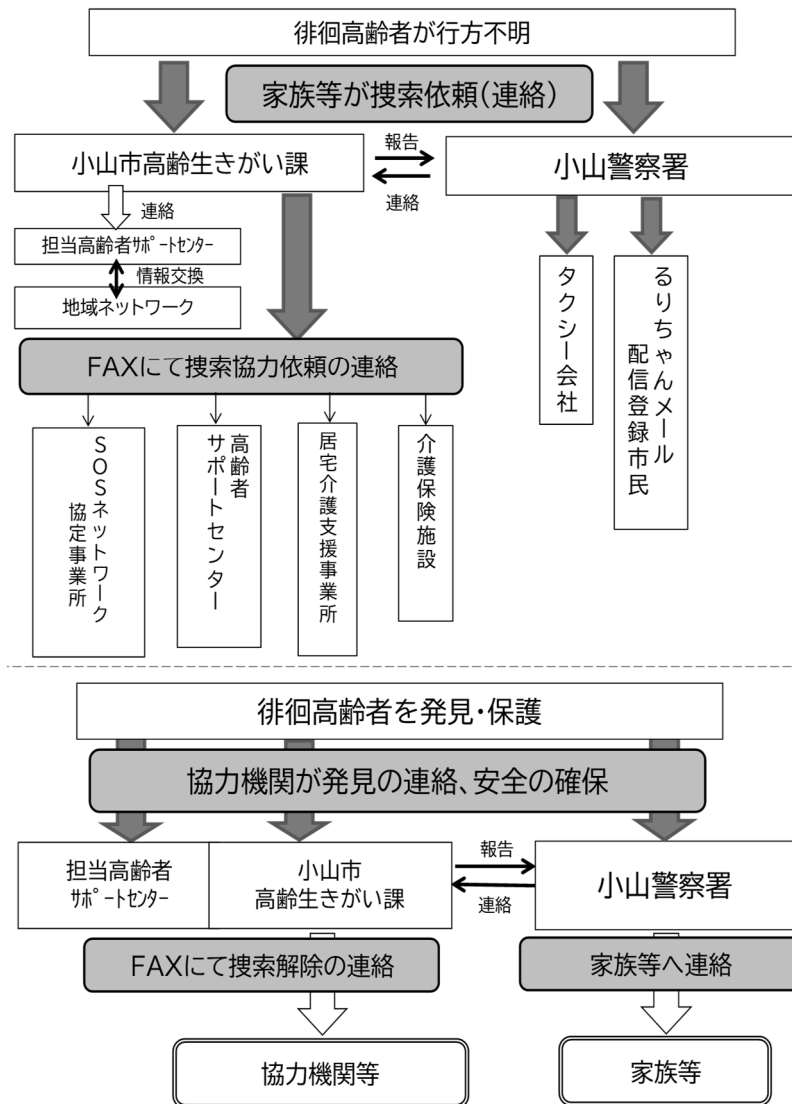
事前登録制です。下記書類にご記入いただき、高齢生きがい課へご提出ください。

提出書類	申請に必要な用紙は、高齢生きがい課、小山警察署、各高齢者サポートセンターに設置しております。また、市のホームページからもダウンロードできます。 (1) SOS ネットワーク登録票 ※本人の背格好、特徴、ひとり歩き中に行きそうな場所などを記入してください。 ※可能であれば、最近撮影された登録者本人の写真を添付してください。 (2) 徘徊高齢者等賠償責任保険手続きに伴う確認書 (3) 市税および保険料納付状況調査同意書
受付時期	随時受付。 SOS ネットワークは即日登録。損害賠償責任保険は審査から登録までに3週間程度お時間をいただきます。お早めにご相談ください。

<実際に行方不明になってしまった場合は…>

小山警察署または高齢生きがい課までご連絡ください。いつから所在不明になったのか、どのような服装だったかなどの状況をお伺いします。その上で、事前にご登録いただいた情報等を協力機関に提供し、可能な範囲で搜索の協力を依頼します。

●SOS ネットワークの流れ



<様子が気になる方を見つけたときの対応について>

- ①周りの様子を見まわし、安全を確保しましょう
 - ②優しく「どちらまで、お出かけですか」と声をかけてみましょう
 - ③手助けが必要な時は、できる範囲でお手伝いをお願いします
- ※解決できないときは、交番で聞いたり、110番に連絡したりしましょう

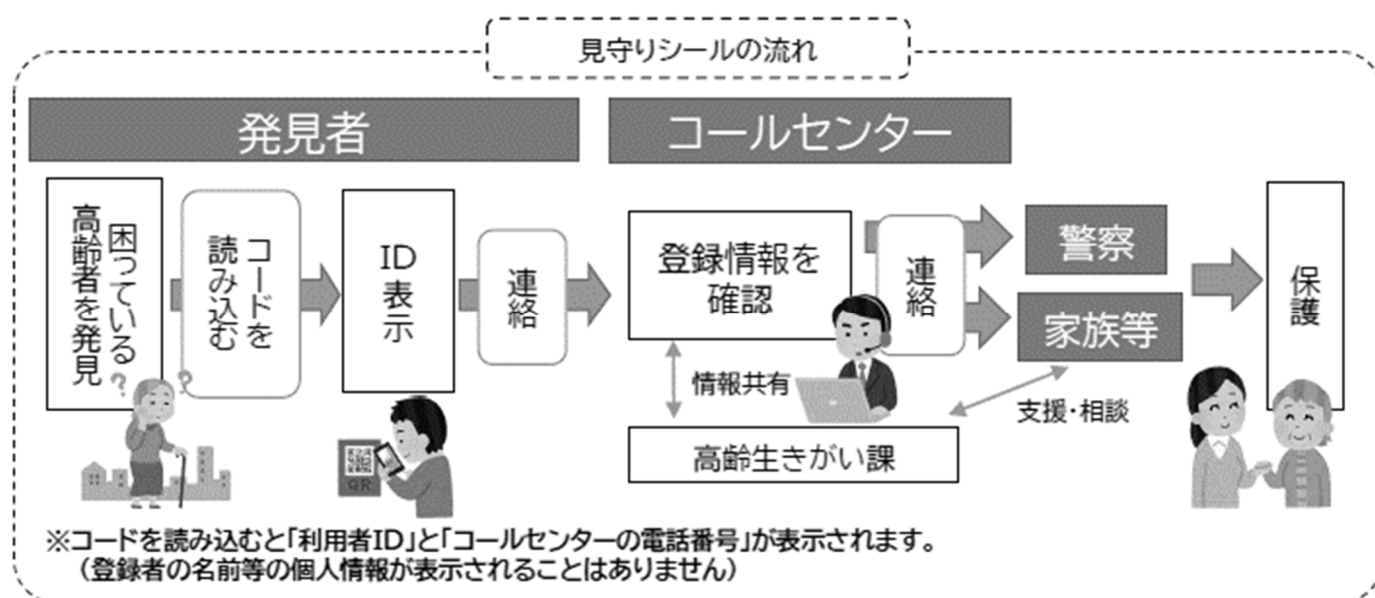


③徘徊高齢者見守りシール交付事業

衣服・靴・杖などに貼り付けることができる二次元コード付きシール(1シート分)を無料でお配りします。

登録者が行方不明になった際に、発見した方が携帯電話で読み取ると、ID が表示され、コールセンターの番号が表示されます。コールセンターからご家族へ連絡が届き、早期に身元確認・登録者の安全確保につなげる事業です。

対象者	SOSネットワーク登録者と同居または日常生活における見守り、介護等を行う市内に住所を有する家族等
交付内容	シールは1シート分を無料で配付。 シートは、布用(衣服にアイロン等で付けられるタイプのもの 32枚)または道具用(シール状で杖等に貼り付けられるタイプのもの36枚)のどちらかをお選びいただきます。
申請方法	小山市徘徊高齢者等見守りシール交付申請書に必要事項をご記入いただき、高齢生きがい課へご提出ください。
受付時期	随時受付。発行までに 3 週間程度お時間をいただきます。



④徘徊高齢者探索機器利用費助成

ひとり歩き中に行方不明となった高齢者を早期発見できる機能を有する機器(GPS など)の利用費のうち、初期費用を助成します。

対象者	市内に住所を有し居住するひとり歩き行動のみられる(または、おそれのある)65歳以上の認知症高齢者を、在宅で介護している家族またはその支援者で、今まで助成を受けたことがない方
助成金額	利用費のうち、初期費用のみ 上限 7,560 円 ※助成の対象となる機器や費用などについての詳細は、高齢生きがい課にお問い合わせ下さい。
申請方法	機器の利用に関する契約書および初期費用の領収書または支払ったことが明らかになる書類を添付の上、高齢生きがい課までご提出ください。(利用月翌月から起算して 1 年以内に申請)