



珠洲市認知症あんしん本

(珠洲市認知症ケアパス) vol.6



珠 洲 市
令和5年4月

珠洲市では、認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる地域を目指しています。

認知症は、早期受診・早期診断で進行を遅らせたり、症状を緩和することができる場合があります。そのためにも、認知症を珠洲市の重要課題とし、地域で支え合える体制づくりに取り組んでいます。

国の調査では、認知症の有病率は、12～17%の割合で、軽度認知障害（MCI）※1の有病率は、10%～16%の割合になっています。

(令和5年3月1日現在)

	総数	65歳以上	高齢化率	全国有病率推定値		MCI 全国有病率推定値	
				12%	17%	10%	16%
R1	14,346人	6,943人	48.40%	833	～ 1,180人	694	～ 1,110人
R2	14,012人	6,928人	49.44%	831	～ 1,177人	692	～ 1,108人
R3	13,642人	6,862人	50.30%	823	～ 1,166人	682	～ 1,097人
R4	13,272人	6,761人	50.94%	811	～ 1,149人	676	～ 1,081人
R5	12,859人	6,588人	51.23%	790	～ 1,119人	658	～ 1,054人

今後、認知症やMCI^{エムシーアイ}の有病者の割合も高くなることが予測されます。いつ自分になるかわからない病気であり、自分のこと、地域のこととして実感することが大切です。

自分や家族が認知症になったとき、認知症に気づくきっかけや気づいた後のことなどをこの一冊にまとめました。

認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるためにもこの「あんしん本」を活用していただければと思っています。

※1 軽度認知障害（MCI）って・・・10ページへ



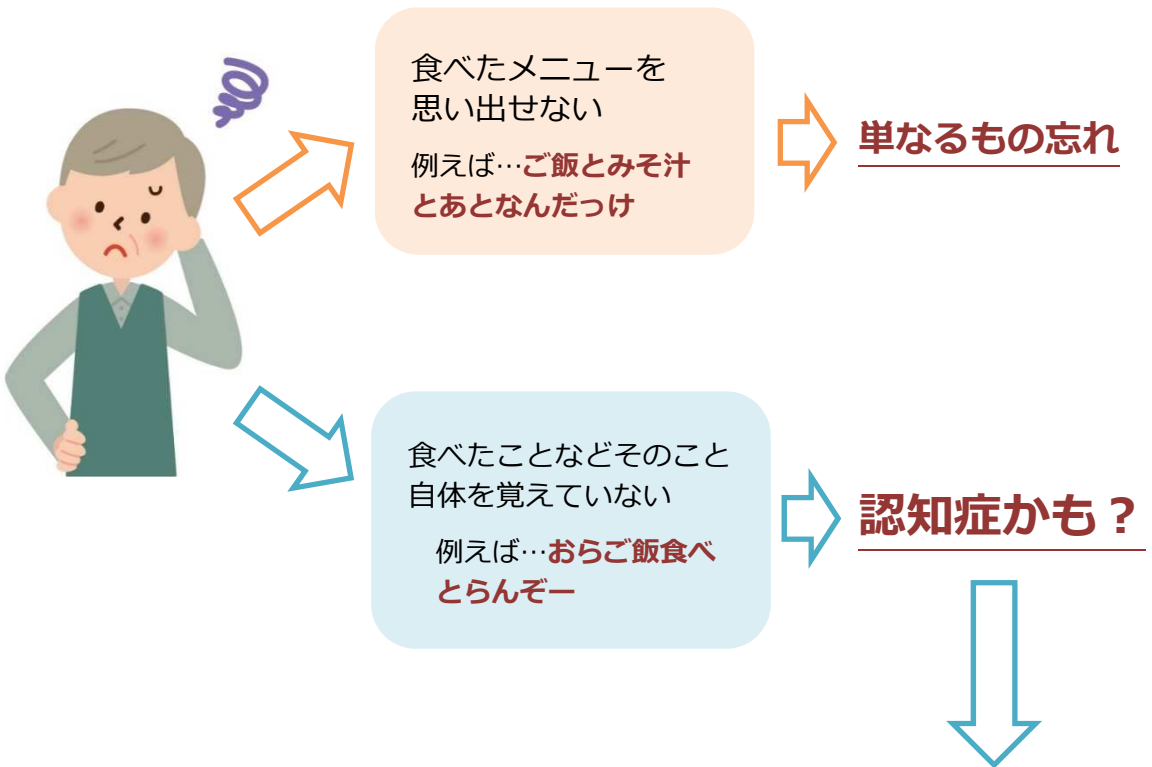
認知症って??

認知症とは、脳に起きた何らかの障がいによって、いったん習得した知的機能（記憶する、時・場所・人などを認識する、計算するなど）が低下し、日常生活を送ることが困難になる病気です。

「単なるもの忘れ」と「認知症」のちがい

年齢を重ねると誰でも忘れっぽくなりますが、例えば「味噌汁を食べたけれど、具が思い出せない」などといったことは単なるもの忘れです。

しかし、食べたことなどそのこと自体を覚えていなければ認知症の疑いがあります。



次ページのチェックをしてみましょう

BON

思い当たることはありませんか？

ここでは日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる行動をまとめました。いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医や専門医（珠洲市総合病院精神科など）、地域包括支援センターに相談してみましょう！早く見つけて対応することが認知症にとって一番有効な治療です。

もの忘れ



- 同じことを何度も言う
- 物の置き忘れやしまい忘れが多くなった
- 水の止め忘れや火の消し忘れがある

判断・理解力



- 話のつじつまが合わない
- 日頃の生活での段取りが組めなくなった
- 新しいことが覚えられない

場所・時間



- 今日が何日か分からない
- 慣れていた道に迷ってしまう
- 車の運転が危なくなり、道が分からない

人格



- 怒りっぽくなった
- 周りへの気遣いがなくなり頑固になった
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感



- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時に持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲



- これまでできていた作業や日課をしなくなる
- だらしなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった

いくつか当てはまったら…

一度**専門家**に相談してみることが大切です。
その結果、何でもなければ安心につながりますし、他の病気が見つければ
その対応につながります。



認知症の相談 **12** ページへ

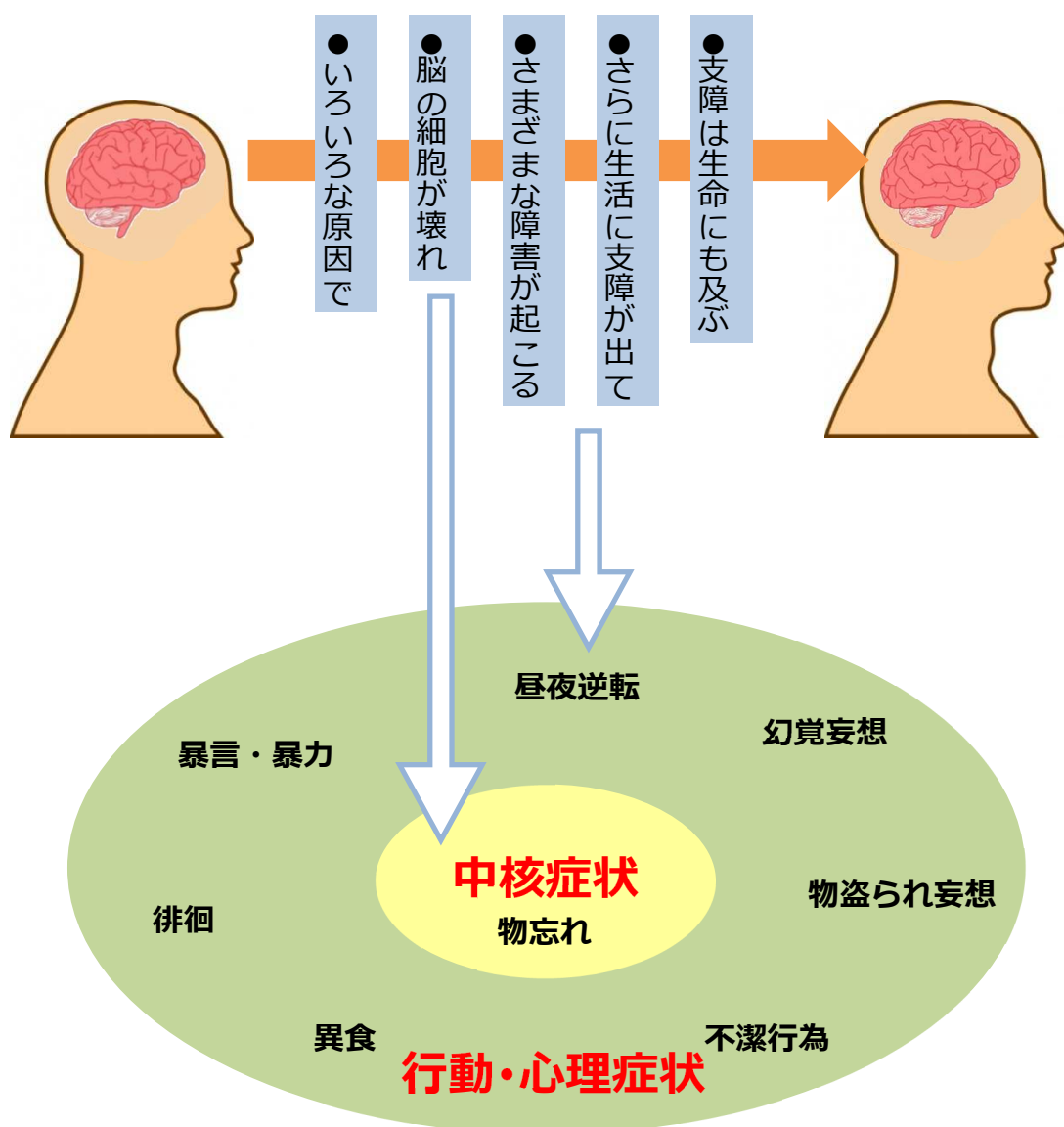
認知症の中核症状と行動・心理症状

認知症の症状は、「中核症状」と「行動・心理症状（BPSD）」の大きく2つに分けられます。

「中核症状」とは、脳の細胞が死んでしまうことによって直接起きる症状のことです。

「行動・心理症状（BPSD）」は、本人の性格や人間関係・生活環境、心の状態などによって出てくる症状のことです。

（ BPSD : Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia ）



中核症状

神経細胞の破壊



●記憶障害

初期

新しいことが覚えられなくなる

後期

昔のことも忘れてしまう

●見当識障害

時間経過や場所が分からなくなる

「いくつになった？」 → 「70 ぐらいかな」

「今日何曜日？」 → 「あんまり新聞見んしね」「仕事もしとらんし」

「100-7 はいくつ？」 → 「昔から計算は苦手ねんて」「買い物もいとらんし」

●判断能力低下

1. 考えるスピードが遅くなる
2. 2つのことを順序良く行えない
3. 考えることと実際の行動がかい離

●実行機能障害

計画を立てて実行することができない

例えば) 家事を段取り良く行うことができない。

味噌汁の具材に豆腐を買いながら、目についた玉ねぎで味噌汁を作る→次の日また豆腐を買う→豆腐だらけ

環境

性格

行動・心理症状

- 不安・焦燥
- うつ
- 幻覚妄想
- 徘徊
- 興奮暴力
- 不潔行為

物盗られ妄想、昼夜逆転、徘徊

怒られて自信を無くし、すべてが面倒になる

ますます動けなくなって、認知症が急速に進む

やがて…

身の回りのことに支障が出る

排泄

- ・トイレの場所が分からない
- ・衣類の着脱に手間取る
- ・尿意,便意を感じない

妄想

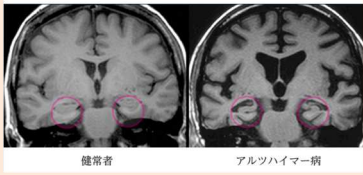
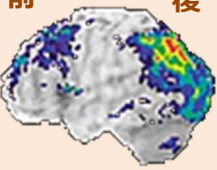


- ・多くは被害妄想
- ・記憶障害+病態失認
→責任転嫁



認知症の分類

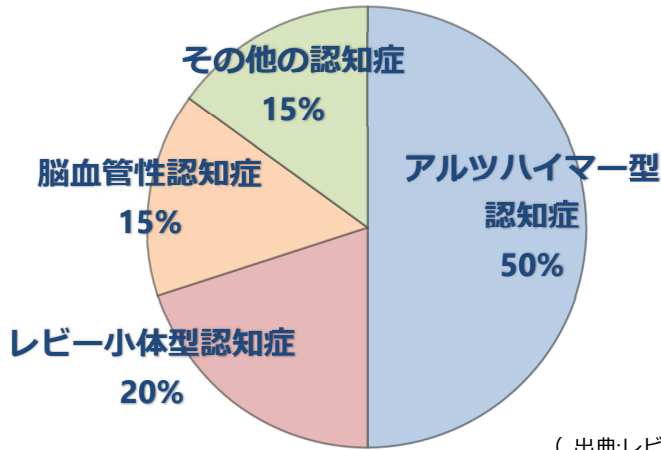
認知症とは、「脳や身体の病気が原因で記憶・判断力などの障がいが起こり、普通の社会生活が困難になる状態」をいいます。

認知症にはさまざまな種類があります。その種類と主な症状を紹介します。

	原因	症状
アルツハイマー型認知症	脳の神経細胞が減って脳が小さく萎縮してしまうために症状がでます。原因は分かっていません。	記憶の障がいが目立ちます。自分が物忘れをしていることに気づきにくく、物を置き忘れたり、同じことを何度も言ったりします。 
レビー小体型認知症	脳内の神経細胞内に「レビー小体」という特殊なタンパク質が出現することが確認されていて、これが脳皮質全体に多く出現する病気です。	幻視や歩行障害が目立ちます。記憶は比較的保たれていますが、周囲の状況理解については差がでます。 
前頭側頭型認知症	脳の前頭葉や側頭葉の委縮がみられます。前頭側頭葉変性症は前頭葉や側頭葉に委縮が現れます。	いろいろなことを我慢できず、社会的に問題となる行動でもしてしまいます。同じことをし続けることがあることも特徴です。 
脳血管性認知症	脳梗塞や脳出血が原因で急激に認知症が発症する場合と、小さな脳血管障害を起こしているうちに、徐々に認知症が進む場合があります。	脳血管障害で脳がダメージを受けた部位によって症状は微妙に異なり、めまい、しびれ、言語障害、麻痺、感情失禁、知的能力の低下、判断力の低下などが症状として表れますが、発現にはムラがあります。 



認知症の種類と割合



アルツハイマー型認知症

レビー小体型認知症

脳にゴミが溜まっていく

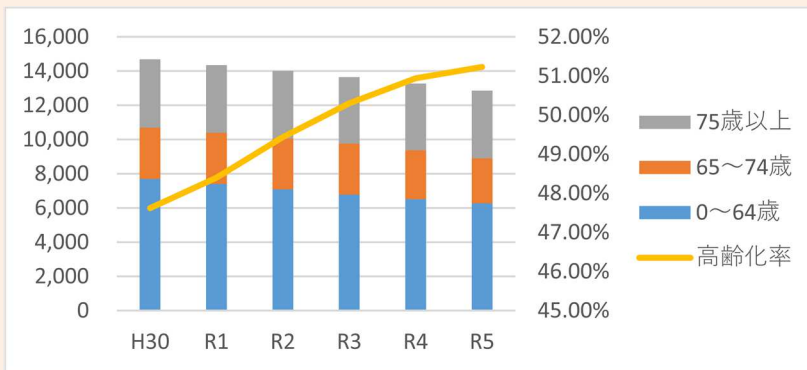
脳血管性認知症

脳に栄養が回らない

(出典:レビー小体型認知症家族を支える会ホームページ)

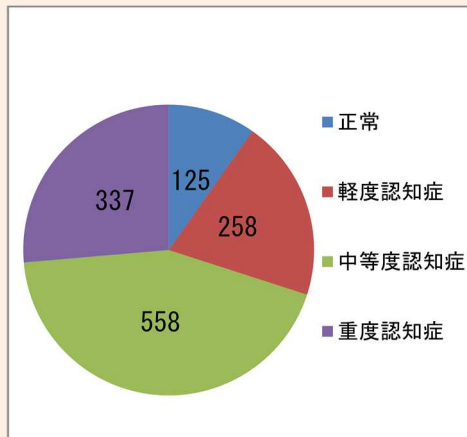
珠洲市の現状

珠洲市の人口推移 (令和5年3月1日時点)



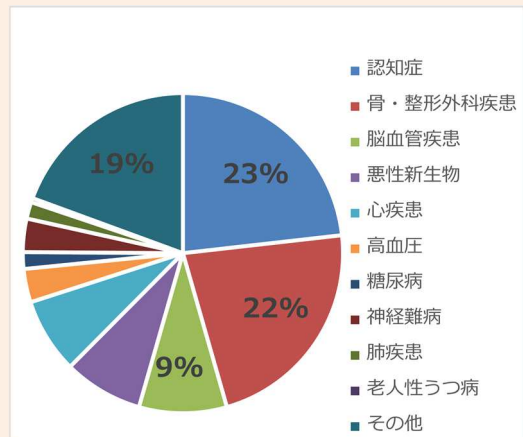
要介護認定者の認知症度 (人)

(令和4年10月時点)



要介護認定新規申請原因疾患 (%)

(令和3年度)



BON アルツハイマー型認知症って

Alzheimer's disease

アルツハイマー型認知症は、分かっていることよりも、分からないことの方が多い病気です。

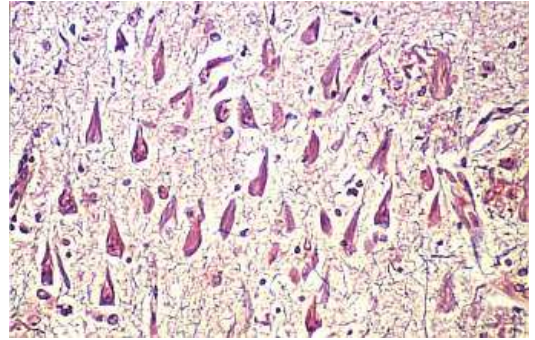
老人斑ができて



老人斑は脳の表面にできるシミのようなものです

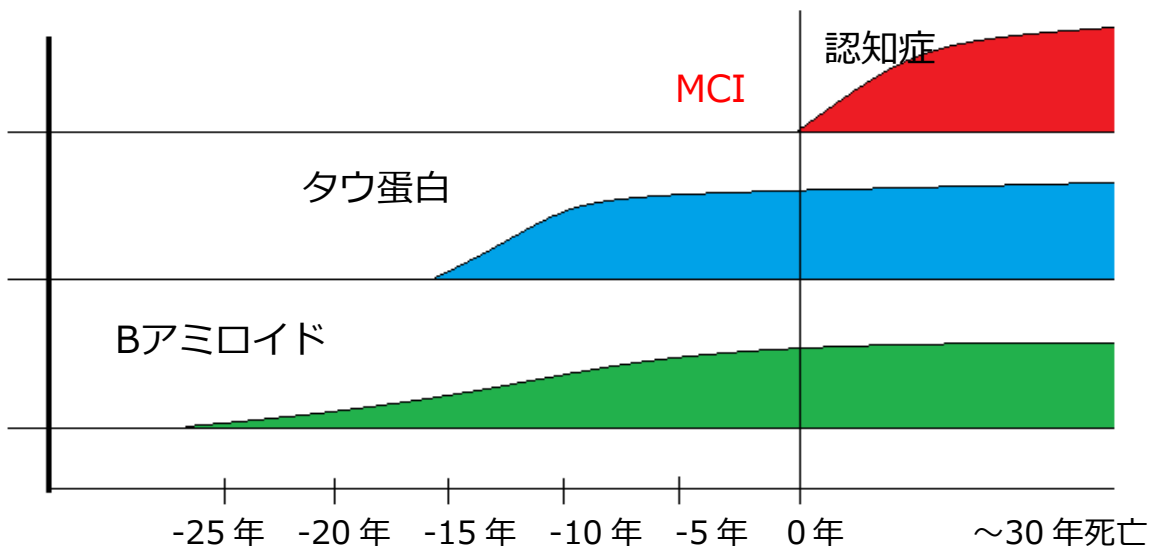
顕微鏡で見ることができます

神経原線維変化が生じて



やがて、神経細胞内のタウ蛋白が変化し、細胞が変性します

さらに 15 年ほどして、認知症の症状が出現します



軽度認知障害（MCI）って

Mild Cognitive Impairment



健常者と認知症の人の中間の段階（グレーゾーン）にあたる症状に、軽度認知障害（MCI:Mild Cognitive Impairment）があります。MCIとは、認知機能（記憶、決定、理由づけ、実行など）のうち1つの機能に問題が生じてはいますが、日常生活には支障がない状態のことです。

【MCI：5つの定義】

1. 記憶障害の訴えが本人または家族から認められている
2. 日常生活動作は正常
3. 全般的認知機能は正常
4. 年齢や教育レベルの影響のみでは説明できない記憶障害が存在する
5. 認知症ではない

認知症と間違えられやすい症状

認知症以外にも、うつ状態・意識障害・病気治療のための服薬などの影響でも似た症状が出ることがあります。

これらを認知症と正しく区別することがとても大切です。間違えられやすい病気について紹介します。

治療可能な認知症	正常圧水頭症	頭の中や脊髄の表面を流れる、髄液と呼ばれる水が、脳を中心にある脳室と呼ばれる場所にたまり、周りの脳を圧迫することにより、歩行障害、物忘れ、排尿が間に合わないなどトイレの問題などが出る病気です。
	慢性硬膜下血腫	軽い頭部外傷の後1、2か月して、頭蓋骨の下にある硬膜（脳を包んでいる丈夫な膜）と脳の表面に血液がたまる病気です。
老年期	老年期のうつ	老年期（65歳以上）の方がかかるうつ病のことで、“気分がめいる”、“物事に対する興味や喜びがない”、“食欲がない”、“よく眠れない”、“いつも体がだるい”、“集中できない”などといった症状が2週間以上にわたって、ほとんど毎日続く状態です。



生活習慣病予防と認知症

認知症は、はっきりとした治療法は確立されていませんが、生活習慣病を予防することで認知症になるリスクを減らすことができます。

危険因子（コントロールできない）

- 加齢…アルツハイマー型認知症は加齢とともに増加する
- 性別…男性より女性に多い
- 遺伝…一部のアルツハイマー型認知症は遺伝する

保護因子（コントロールできる）

- 食事…週1回以上魚または海産物を食べる人はなりにくい（ワタス/2002）
 - 葉酸：オレンジ、イチゴ、濃緑色の葉物野菜、大豆など
 - ニコチン酸：肉、魚、大豆、ナッツ、コーヒーなど
- 女性ホルモン
- 飲酒（適量）…ビール中ビン1本程度
- 運動…適切な運動は認知症の発症を3分の1にする
- 趣味…読書、ゲーム、楽器演奏、ダンス
- 頭部外傷
- 悲観的姿勢…悲観的性格と不安傾向の性格を併せ持っている人は認知症になりやすい



生活習慣病を予防することが認知症のリスクを減らすことにつながります

健診などを受けて、「生活習慣病にならない」ことや、重症化することを予防しましょう。

「おやっ」と思ったら…

認知症は徐々に進行し、元通りになることはありません。進んでしまった認知症を軽くすることもできません。しかし、早めに症状にあった「治療と介護」を始めれば、進行が緩やかになることがあります。「もしかして…」と思ったら、医療機関や地域包括支援センターなどに相談しましょう。

もの忘れ検診

【診断手順】

- 改訂長谷川式簡易認知機能評価スケール
- MRI 検査（通常の画像検査に加えて MRA、VSRAD も実施）
- 採血検査
- 面接（本人・家族）による認知症の問診



検査終了後、医師の診察を実施。

【検査費用】

● 診察料	3,000 円		1 割負担… 3,900 円ほど
● 画像検査料	19,000 円		2 割負担… 7,800 円ほど
● 血液検査料等	17,000 円		3 割負担… 11,700 円ほど
合計 39,000 円 ほど			

認知症が進行してしまったら…

元の状態には戻りません。しかし、行動・心理症状は改善できる場合があります。

また、いろいろな支援を受けることができます。
相談ページを参考に気軽に相談してください。

認知症が気になったときに行われる、代表的な検査です。

記憶・認知機能のテスト

長谷川式簡易
知能評価スケール

短時間（5～10分程度）で判別するためのテストとしてよく利用されています。質問は9項目となっています。

MMSE検査

5～15分程度ででき、見当識、記憶（覚える・思い出す）、計算など11項目からなり30点満点で評価します。

血液検査

血液検査

認知症と間違われやすい症状に意識障害があり、疾患が疑われる場合に血液検査が有効となります。生活習慣病が、脳血管性認知症などと強い関係があるために、血液検査を利用して区別して調べています。

画像検査

CT検査

X線断層撮影で得られた情報をコンピュータで再構成し、脳の断面を描きます。ペースメーカーを使っている人は磁力装置（MRI）を使えませんが、CTなら使用できます。

MRI検査

磁力装置によって様々な角度から脳の断面図が得られ、CTより細かい病巣の発見に役立ちます。

SPECT検査

ラジオアイソトープを静脈に注射し、CT検査の技術を組み合わせ、脳の血流の状態を観察します。血流が変化するのを見て、脳の部位ごとの機能低下の状態を推測することができます。

PET検査

検査方法はSPECTとほぼ同じですが、脳の血流のほか、ブドウ糖の分布状態、酸素消費量、神経伝達物質などの状態も調べられるので、より詳しく脳機能の低下をとらえることができます。

長谷川式簡易知能評価スケール

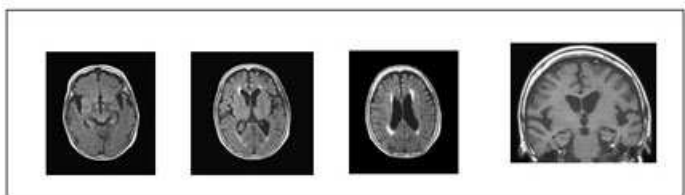
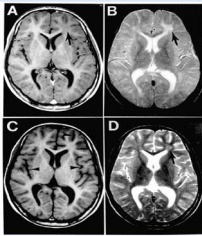
1	お歳はいくつですか？（2年までの誤差は正解）		0	1	
2	今日は何年何月何日ですか？何曜日ですか？（年月日、曜日が正解でそれぞれ1点ずつ）	年	0	1	
		月	0	1	
		日	0	1	
		曜日	0	1	
3	私たちがいまいるところはどこですか？ （自発的にできれば2点、5秒おいて家ですか？病院ですか？施設ですか？のなかから正しい選択をすれば1点）		0	1	2
4	これから言う3つの言葉を書いてみてください。あとでまた聞きますのでよく覚えておいてください。（以下の系列のいずれか1つで、採用した系列に○印をつけておく） 1: a) 桜 b) 猫 c) 電車、2: a) 梅 b) 犬 c) 自動車		0	1	
			0	1	
			0	1	
5	100から7を順番に引いてください。 （100-7は？、それからまた7を引くと？と質問する。最初の答えが不正解の場合、打ち切る）	(93)	0	1	
		(86)	0	1	
6	私がこれから言う数字を逆から言ってください。 （6-8-2、3-5-2-9を逆に言ってもらう、3桁逆唱に失敗したら、打ち切る）	2-8-6	0	1	
		9-2-5-3	0	1	
7	先ほど覚えてもらった言葉をもう一度書いてみてください。 （自発的に回答があれば各2点、もし回答がない場合以下のヒントを与え正解であれば1点） a) 植物 b) 動物 c) 乗り物	a: 0	1	2	
		b: 0	1	2	
		c: 0	1	2	
8	これから5つの品物を見せます。それを隠しますのでなにかあったか言ってください。（時計、鍵、タバコ、ペン、硬貨など必ず相互に無関係なもの）	0	1	2	
		3	4	5	
9	知っている野菜の名前をできるだけ多く言ってください。 （答えた野菜の名前を右欄に記入する。途中で詰まり、約10秒間待っても出ない場合にはそこで打ち切る） 0=5点、6=1点、7=2点、8=3点、9=4点、10=5点		0	1	2
			3	4	5
			合計得点		



精神科医（専門医）の診察風景

30点満点中20点以下は認知症の疑いあり。

（出典：加藤伸司ほか：老年精神医学雑誌 1991；2：1339より）



フイラッド VSRAD で解析



ソフトウェア画面：(1)swsi_kai2all_21097383_sng1_z_img

画面情報

MNI座標系(mm)	Talairach座標系(mm)
X: -20.00	-19.80
Y: 0.00	-0.92
Z: -22.00	-18.46

Zスコア: 4.45 クラスサイズ: 1449

表示形式

拡大率: x1.5

クロスバー表示 グリッド表示

灰白質容積相対低下レベル

20 6

画面には3つの脳スライス（冠状、矢状、軸状）が表示されており、特定の領域が赤や青で強調されています。矢状断面は「Sagittal」、軸状断面は「Axial」とラベルされています。

※ 画面に表示されているMPR画像は標準画であり、診断を助成するものではありません。

閉じる

薬価がひと目でわかります。



認知症の薬

アルツハイマー型認知症の治療薬は、病気を治す薬ではなく、行動・心理症状の進行を遅らせることを目的としています。

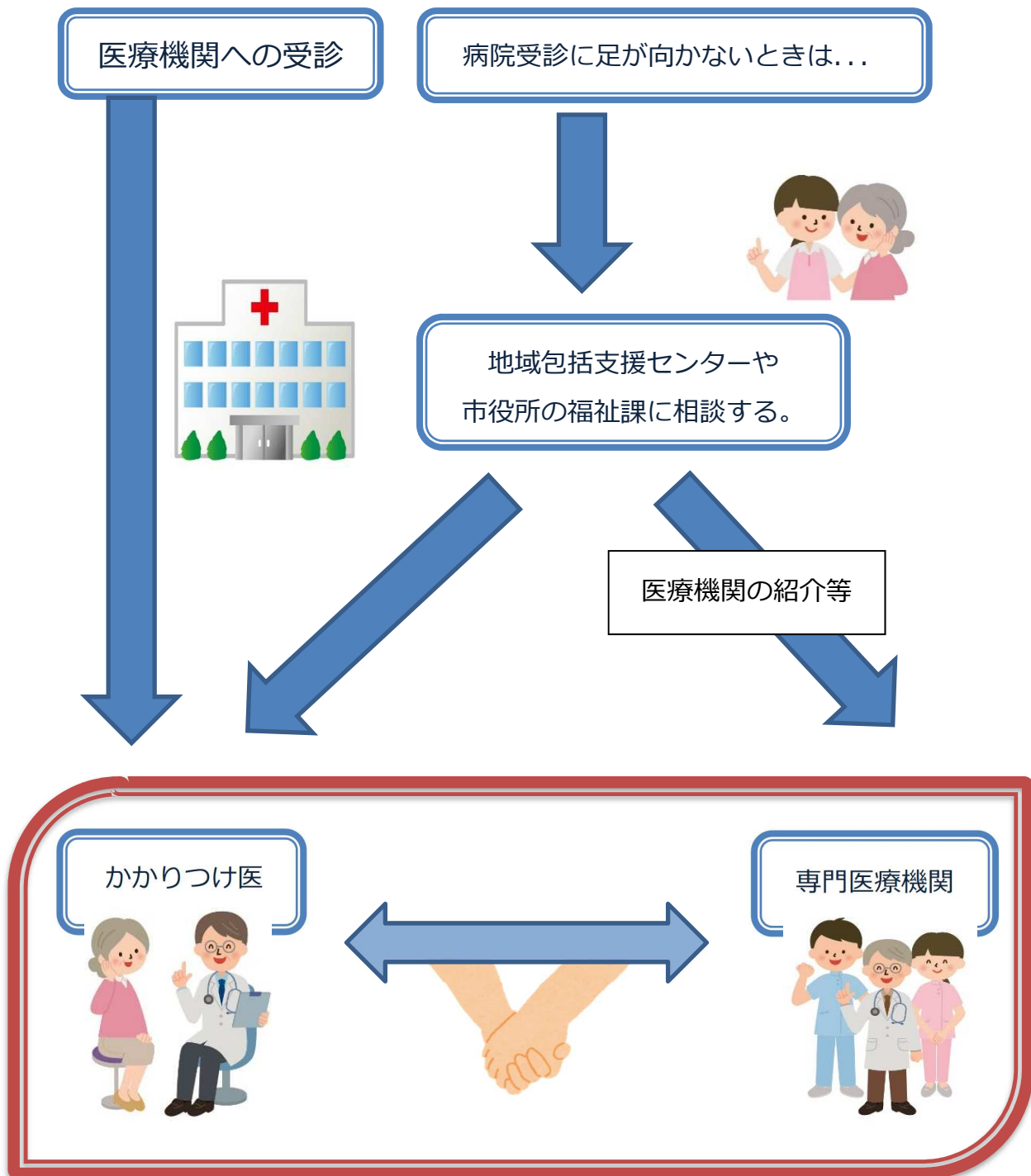
認知症の治療薬の種類

- ・ コリンエステラーゼ阻害薬
- ・ NMDA受容体拮抗薬

分類	商品名	成分名	
コリンエステラーゼ阻害薬	アリセプト 3mg・5mg・10mg	ドネパギル 	アルツハイマー型認知症及びレビー小体型認知症における認知症症状の進行抑制
	レミニール 4mg・8mg・12mg	ガラタミン 	軽度及び中等度のアルツハイマー型認知症における認知症症状の進行抑制
	イクセロンパッチ 4.5mg・9mg・13.5mg・18mg	リバスチグミン 	軽度及び中等度のアルツハイマー型認知症における認知症症状の進行抑制
NMDA受容体拮抗薬	メマリー 5mg・10mg・20mg	マンチン 	中等度及び高度アルツハイマー型認知症における認知症症状の進行抑制

認知症の相談

認知症が気になったら、早めの相談や受診に行きましょう♪





医療機関名	電話番号	住所
珠洲市総合病院	82-1181	珠洲市 野々江町ユ-1-1
	精神科	毎週 火、木、金（午前） 火、金（午後予約のみ）
あいずみクリニック	82-0002	珠洲市 飯田町 10-60-1
小西医院	82-6800	珠洲市 正院町正院 1-61
田中クリニック	82-0500	珠洲市 野々江町シ-78-1
なかたに医院	82-8333	珠洲市 上戸町北方 5-175-1
みちした内科クリニック	82-0877	珠洲市 飯田町 13-110-1

相談機関	電話番号	住所
地域包括支援センター 長寿園	(0768) 84-2330	珠洲市 宝立町春日野 4-117
地域包括支援センター 珠洲市社会福祉協議会ランチ	(0768) 82-7753	珠洲市 飯田町 5-9
珠洲市福祉課 地域包括ケア推進室	(0768) 82-7746	珠洲市 上戸町北方 1-6-2
高齢者支援係	(0768) 82-7749	

市外の医療機関一覧



医療機関名	電話番号	住所
穴水こころのクリニック	0768-52-1012	鳳珠郡 穴水町川島ヨ-47-1
石川県立こころの病院	076-281-1125	かほく市内高松ヤ 36
公立能登総合病院	0767-52-6619	
能登認知症疾患医療センター 相談専用ダイヤル	0767-54-0089	七尾市藤橋町ア部 6-4
<small>そら</small> 宙メンタルクリニック	0767-57-5585	七尾市 神明町 1 ミナクル 1 階
七尾松原病院	0767-53-0211	七尾市本府中町ワ- 5

認知症が心配になったら、まずは、「かかりつけ医」に相談しましょう♪

また、珠洲市総合病院では、週に3回(火・木・金)、精神科医の治療を受けることができます☆

専門医の診察が必要であれば、専門医療機関の受診につながります。





医療・介護マップ



1 医療法人社団
あいずみクリニック

2 医療法人社団
大貫眼科医院

3 医療法人社団 恵仁会
小西医院

4 田中クリニック

5 なかたに医院

6 医療法人社団 昇晃会
みちした内科クリニック

7 珠洲市総合病院

8 川端薬局

9 とね歯科医院

10 カーム歯科医院

11 中浜歯科医院

12 医療法人社団 たかせ会
たかせ歯科医院

13 岡村歯科医院



14 珠洲市社会福祉協議会

21 第三長寿園

28 美笑苑

15 (社協) 地域包括支援センター
珠洲市社会福祉協議会ブランチ

22 鶴の恩返し・珠洲

29 グループホーム 倫

16 (社協) 波の花デイサービスセンター

23 複合型施設 和
訪問看護ステーション 和

30 とうほうの里

17 (社協) みさきデイサービスセンター

24 あいずみクリニックデイケア

31 福祉用具
株式会社 プロト

18 (社協) 波の花デイサービスセンター サライト

25 グループホーム わきあい愛

32 福祉用具
有限会社 リポート 珠洲営業所

19 長寿園

26 デイサービス すまいる珠洲

20 第二長寿園


27 能登内浦訪問看護ステーション



認知症の生活機能障害	認知症の疑い	認知症を有す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
支援の内容	物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め、日常生活は自立している	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
介護予防・悪化予防	総合事業デイサービス 脳の健康教室 高齢者交流の場「いっぶく館」 運動機能向上教室「ばわふる」 百歳体操 フットケア教室 オヤジずむ		
他者とのつながり支援	認知症カフェ「オレンジカフェ」 → P.32 へ		
仕事・役割支援			
安否確認・見守り	緊急通報機器設置事業 配食サービス		
	民生委員・児童委員、主任児童委員、地域福祉推進員 地域見守りネットワーク 認知症高齢者等SOSネットワーク		
生活支援	食材などの宅配サービス ちょっこり助け隊 シルバー人材センター		
	総合事業ヘルプサービス		
	成年後見制度・日常生活自立支援事業		
身体介護			
医療	かかりつけ医・精神科専門医(珠洲市総合病院:火・木・金)		
家族支援	介護者家族の会「にこにこ会」 認知症カフェ「オレンジカフェ」		
緊急時支援 (精神症状がみられる等)			
住まい サービス付き高齢者住宅等	有料老人ホーム		
グループホーム、介護老人福祉施設等居住系サービス			グループホーム

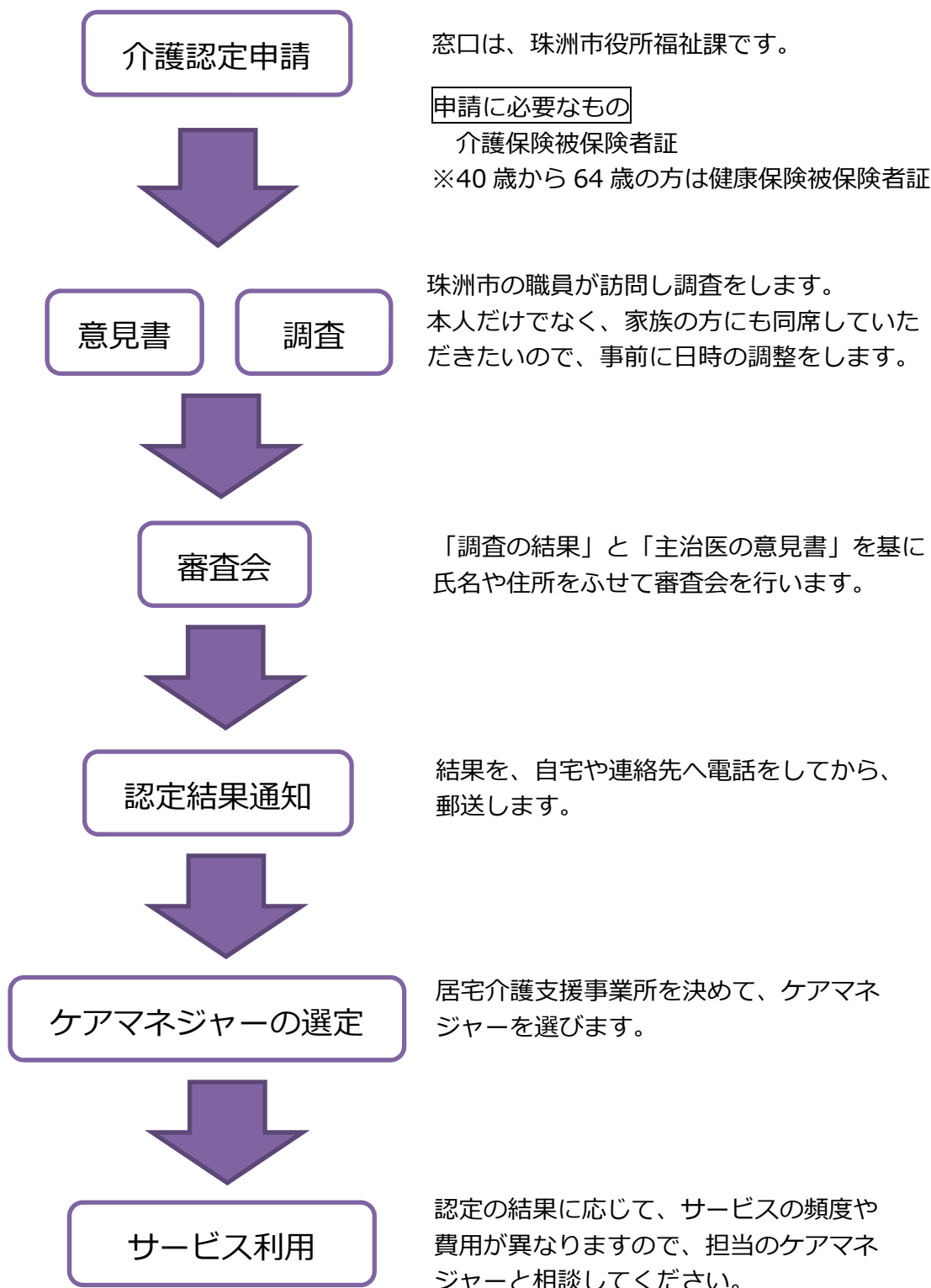
日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
着替えや食事、トイレ等がうまくできない	ほぼ寝たきりで意思の疎通が困難である
介護保険通所介護サービス（デイサービス） 介護保険通所リハビリサービス（デイケアサービス）	
介護保険訪問介護サービス（ヘルプサービス）	
介護保険訪問介護サービス（ヘルプサービス）	
介護保険通所介護サービス（デイサービス） 介護保険訪問介護サービス（ヘルプサービス）	
グループホーム 介護老人福祉施設	介護老人福祉施設

認知症の人を支える社会資源のシートです。地域で空いているマスを埋められるかな。



認知症の人を支える社会資源のシートです。市で実施している「介護予防・悪化予防」、「他者とのつながり支援」については、事業を実施していない地区があります。自分の地区にあるもの、ないものを確認してみましょう。

そして、自分たちの地域では、どんな風にマスを埋められるか少し考えてみましょう。



介護サービス事業者一覧



居宅介護支援	介護保険サービスを利用するための計画を作ります。		マップ
珠洲市社会福祉協議会 居宅介護支援サービスセンター	珠洲市飯田町 5 部 9 番地	82-7753	14
長寿園居宅サービスセンター	珠洲市宝立町春日野 4 字 117 番地	84-8050	19
鶴の恩返し・珠洲 居宅介護支援事業所	珠洲市若山町出田 10 部 39 番地 4	82-1105	22
看護小規模多機能型居宅介護 和	珠洲市飯田町か部 14 番地 1	82-6753	23
訪問介護	身体介護や生活支援など、自宅での介護を行います。		
珠洲市社会福祉協議会 訪問介護サービスセンター	珠洲市飯田町 5 部 9 番地	82-7753	14
長寿園 訪問介護サービスセンター	珠洲市宝立町春日野 4 字 117 番地	84-2252	19
訪問入浴	浴槽を自宅へ運び、入浴介助を行います。		
珠洲市社会福祉協議会 訪問入浴介護サービスセンター	珠洲市三崎町宇治ヲ部 7	88-8002	17
訪問リハビリテーション	自宅でリハビリを行います。		
珠洲市総合病院	珠洲市野々江町ニ部 1 番地 1	82-1181	7
あいずみクリニック 伊ア	珠洲市飯田町 10 部 60 番地 1	82-0082	24
訪問看護	服薬管理や医療に関する相談等を行います。		
珠洲市総合病院	珠洲市野々江町ニ部 1 番地 1	82-1181	7
あいずみクリニック	珠洲市飯田町 10 部 60 番地 1	82-0082	24
訪問看護ステーション 和	珠洲市飯田町か部 13 番地 3	82-7536	23
能登内浦訪問看護ステーション	鳳珠郡能登町松波 13 字 77 番地	72-2177	27
通所介護	施設に通い、入浴や食事など生活援助を行います。		
(社協) 波の花デイサービスセンター	珠洲市 大谷町 1 字 11 番地の 4	87-2288	16
(社協) みさきデイサービスセンター	珠洲市 三崎町宇治ヲ部 7 番地	88-8002	17

通所介護		施設に通い、入浴や食事など生活援助を行います。		マップ
(社協) 波の花デｲｲｰﾝｽﾝﾀｰｻﾗｲﾄ	珠洲市若山町上黒丸4字29番地4	82-7050	18	
長寿園デｲｲｰﾝｽﾝﾀｰ	珠洲市宝立町春日野4字117番地	84-2057	19	
第二長寿園デｲｲｰﾝｽﾝﾀｰ	鳳珠郡能登町字布浦ノ字10番地3	72-8887	20	
デｲｲｰﾝｽﾝﾀｰ こすもす	鳳珠郡能登町 字五郎左工門分藤17番地	76-2002	-	
通所ﾘﾊﾞﾘﾃｰｼﾞｮﾝ		施設や病院などに通い、ﾘﾊﾞﾘﾃｰｼﾞｮﾝを行います。		
美笑苑	珠洲市三崎町小泊卜部3番1	88-8080	28	
あいずみｸﾘｯｸデｲｲｰﾝ	珠洲市飯田町10部60番地1	82-0082	24	
通所ﾘﾊﾞﾘﾃｰｼﾞｮﾝ 陽だまり	鳳珠郡能登町字上町8字393番地	76-1223	-	
珠洲市総合病院	珠洲市野々江町工部1番地1	82-1181	7	
認知症対応型通所介護		認知症の方を対象とした通所介護サービスです。		
とうほうの里	珠洲市宝立町宗玄24字2番地1	84-2755	30	
地域密着型通所介護				
鶴の恩返し 珠洲	珠洲市若山町出田10部39番地4	82-1105	22	
デｲｲｰﾝｽ すまいる珠洲	珠洲市上戸町北方は字18番地2	84-5226	26	
短期入所生活介護		短期間、施設に宿泊し介護サービスを行います。		
長寿園 短期入所生活介護センター	珠洲市 宝立町春日野4字117番地	84-2252	19	
第二長寿園 短期入所生活介護センター	鳳珠郡能登町字布浦ノ字10番地3	72-8888	20	
第三長寿園 短期入所生活介護センター	珠洲市 宝立町鶏飼子字36番地4	84-2232	21	
短期入所施設 石川県鳳寿荘	鳳珠郡 能登町字藤波井字48番地2	62-1241	-	
短期入所生活介護 こすもす	鳳珠郡 能登町字五郎左工門分藤17番地	76-2002	-	
短期入所療養介護		短期間、病院などに泊り、療養介護を受けます。		
美笑苑	珠洲市三崎町小泊卜部3番1	88-8080	28	
柳田温泉病院介護医療院	鳳珠郡能登町字上町8字393番地	76-1223	-	
看護小規模多機能型居宅介護		通い・泊り・ヘルプ・訪問看護を一体的に受けられるサービスです。		
複合型施設 和(なごみ)	珠洲市飯田町か部14番地1	82-6753	23	

グループホーム		認知症の方が居住し、共同生活を行う施設です。		マッ
グループホーム とうほうの里	珠洲市宝立町宗玄 24 字 2 番地 1	84-2755		30
グループホーム わきあい愛	珠洲市上戸町北方 5 字 175 番地 1	82-5512		25
グループホーム 倫	珠洲市三崎町小泊卜部 4 番 1	88-8300		29
グループホーム 長寿の郷	鳳珠郡能登町字布浦ノ字 10 番地 3	72-8822		-
鶴の恩返しホーム	鳳珠郡能登町字小木 1 丁目 161 番地 2	74-1570		-
鶴の恩返しホーム 柳田	鳳珠郡能登町字石井卜部 5 番地 3	76-2050		-
グループホーム 夕凧	鳳珠郡能登町字藤波 21 字 7 番地 1	62-8686		-
グループホーム なかよし	鳳珠郡能登町字瑞穂ツ字 112 番地 3	67-1577		-
グループホーム いるか乃里	鳳珠郡能登町字姫 12 字 95 番地	62-8125		-
グループホーム ぼかぼか	鳳珠郡能登町字上町へ部 20 番地	76-2037		-
特別養護老人ホーム		中・重介護者の方の入居施設です。		
長寿園	珠洲市宝立町春日野 4 字 117 番地	84-2252		19
第二長寿園	鳳珠郡能登町字布浦ノ字 10 番地 3	72-8888		20
こすもす	鳳珠郡能登町字五郎左工門分藤 17 番地	76-2002		-
石川県鳳寿荘	鳳珠郡能登町字藤波井字 48 番地 2	62-1241		-
地域密着型介護老人福祉施設		定員 29 人以下の介護老人福祉施設です。		
第三長寿園	珠洲市宝立町鶴飼子字 36 番地 4	84-2232		21
介護老人保健施設		要介護の方のリハビリなどが行える一時的な入居施設です。		
美笑苑	珠洲市三崎町小泊卜部 3 番 1	88-8080		28
介護医療院		医療の必要な方のための長期療養・生活施設です。		
介護医療院 恵寿鳩ヶ丘	鳳珠郡穴水町字麦ヶ浦 15,39 番地 8	52-3335		-
柳田温泉病院介護医療院	鳳珠郡能登町字上町 8 字 393 番地	76-1223		-
宅老所（有料老人ホーム）		高齢者専用の有料老人ホームです。		
鶴の恩返し・珠洲市	珠洲市若山町出田 10 部 38 番地 1	82-6761		22

認知症の相談に行くときに

相談に行く際に、普段の状態などを確認してみましょう。

1 現在、受診している科に○をつけてください			
	内科 ・ 精神科 ・ 神経内科 ・ 整形外科 ・ 脳神経外科 眼科 ・ 皮膚科 ・ 泌尿器科 ・ 耳鼻科 ・ () 科		
2 体の状態について当てはまるものに○をつけてください			
	体に不自由はない	はい	→ 自立
	いいえ↓		
1…J1	一人で外出できる	はい→	交通機関を利用して 離れたところにも行ける
	いいえ↓		はい → 1 いいえ → 2
2…J2	一人で食事やトイレ などができる	はい→	介助で外出するなど、 日中はベッドから離れて 生活している
3…A1	いいえ↓		はい → 3 いいえ → 4
4…A2	一人で座っている ことができる	はい→	一人で車いすに移って 乗ることができる
5…B1	いいえ↓		はい → 5 いいえ → 6
6…B2	一人で寝返りをする ことができる	はい	→ 7
7…C1	いいえ		→ 8
8…C2			
3 認知機能の状態について当てはまるものに○をつけてください			
	認知症などはない	はい	→ 自立
	いいえ↓		
	日常生活はほぼ自立している	はい	→ 1
	いいえ↓		
1… I	誰かの見守りがあれば 自立できる	はい→	一人で留守番ができる
2… II a	いいえ↓		はい → 2 いいえ → 3
3… II b	介護が時々必要な状態	はい→	介護が必要なのは 日中がほとんど
4… III a	いいえ↓		はい → 4 いいえ → 5
5… III b	介護が常に必要な状態	はい	→ 6
6… IV			
7… M	介護が常に必要な状態	はい	上記に当てはまる状態で なく、専門医療が必要
			はい → 7

4 体の状態について、記入してください。

① 身長 (_____) cm 体重 (_____) kg

② 半年前と比べて体重の増減はありますか？ (_____) kg 増加・減少

③ 脳や神経の病気のために、動かしにくいところがありますか？
 ある：(_____)

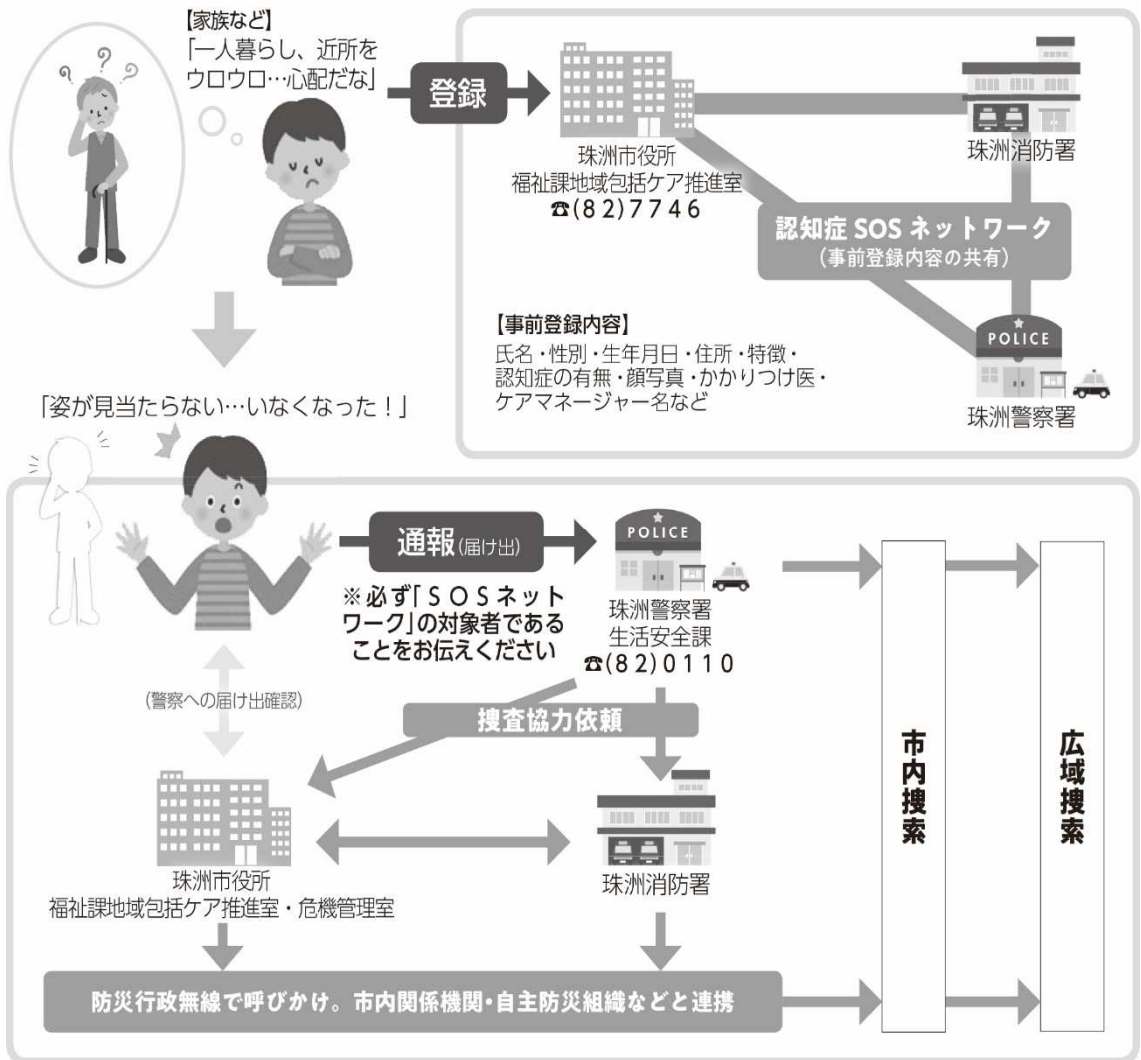
④手足の震えはありますか？ ある：(_____)

5 認知症による困った行動について、当てはまるものに○を付けてください。

① 5分前に行っていたことや見たものを覚えていますか？	[はい・いいえ]
② 日常生活において自分で判断できますか？ [できる ・ やや困難 ・ 見守りが必要 ・ できない]	
③ 自分の意思を他人に伝えることができますか？ [できる ・ やや困難 ・ 見守りが必要 ・ できない]	
④ 実際にはないもの（人や虫など）が、見えたり聞こえたりしているようなことはありますか？	[ある・ない]
⑤ 事実にないような作り話を言いふらすことはありますか？	[ある・ない]
⑥ お金や大切なものが無くなった、盗まれたと言い張ることはありますか？	[ある・ない]
⑦ 夜に眠らず、昼と夜が逆転していることはありますか？	[ある・ない]
⑧ 今までなかったような暴言を吐くことはありますか？	[ある・ない]
⑨ 今までなかったような暴力行為はありますか？	[ある・ない]
⑩ 介護や助言に対して、拒絶したり抵抗することはありますか？ 内容 (_____)	[ある・ない]
⑪ 目的なく動き回ったり、一人で外へ出たがり、自宅に帰ることが出来ないことはありますか？	[ある・ない]
⑫ ガスやタバコの消し忘れなど、火の不始末はありますか？	[ある・ない]
⑬ 便を触る・隠す、尿をまき散らすことはありますか？	[ある・ない]
⑭ 食べられないものを口に入れることはありますか？	[ある・ない]
⑮ 周囲が迷惑するような性的な言動や行為はありますか？	[ある・ない]
⑯ その他、介護で困っている問題行動はありますか？	[ある・ない]

認知症高齢者等 SOS ネットワーク

高齢者が認知症によって、自宅への帰り方がわからなくなったり、市外に行ってしまう見つかるまでに時間がかかったりするケースが発生しています。そのため珠洲市では、早期発見のための効率的な情報提供や関係機関の捜査協力等の SOS ネットワークに取り組んでいます。

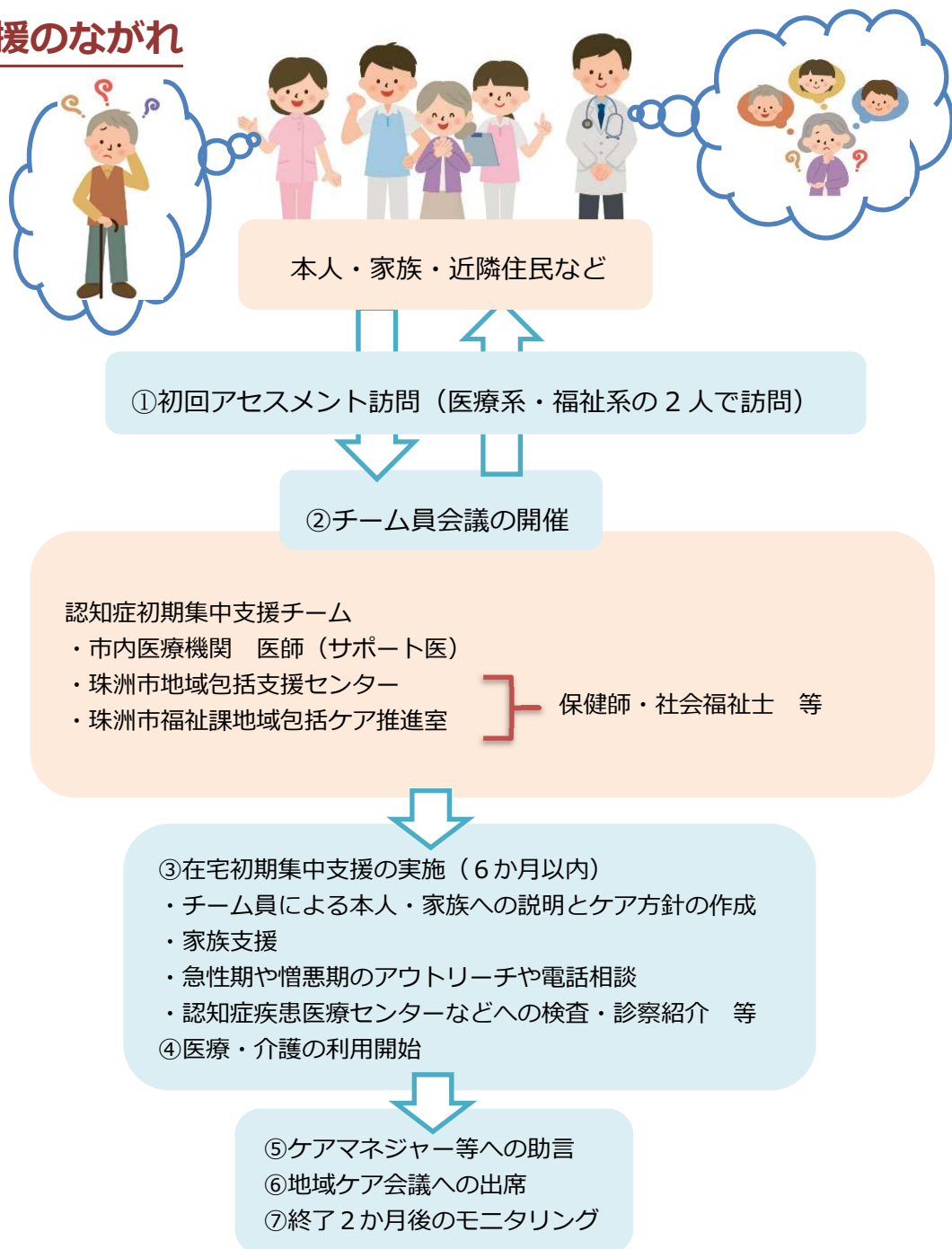


認知症初期集中支援チーム

BON

認知症の早期診断・早期対応に向けた支援体制を構築するために、珠洲市福祉課に認知症初期集中支援チームを設置しています。複数の専門職で認知症が疑われる人・認知症の人・その家族をサポートしていきます。

支援のながれ





認知症サポーター養成講座のご案内

認知症を理解し、認知症の人とその家族を見守り、応援者となる「認知症サポーター」を養成する講座です。ぜひ、みなさまの職場や団体でも、「認知症サポーター養成講座」を開催しませんか。

認知症サポーターとは？

認知症に対する正しい知識と理解を身に付けた、認知症の人やその家族の応援者です。

何か特別なことをするのではなく、認知症の人やその家族に対して温かい目で見守ることから始めます。

サポーターの役割とは？

- 認知症を正しく理解し、偏見を持たない。
- 認知症の人やその家族に対して温かい目で見守る。
- 近隣の認知症の人やその家族に対して、自分なりにできる範囲でお手伝いを実践する。

サポーターになるには？

認知症サポーター養成講座を受講すれば、認知症サポーターになることができます。



- 所要時間：1時間30分程度
- 内容：「認知症を理解する」、「認知症サポーターとは」
(講座受講者には、「認知症サポーターカード」※が配られます。)
※令和3年度より、これまで配布されていた「オレンジリング」から変更となりました。

講座の申込み・問合せ先

受講日時や場所、人数等についてもご相談ください。

珠洲市福祉課地域包括ケア推進室 (0768) 82-7746

認知症カフェ（オレンジカフェ）

認知症カフェは、ご本人やその家族・知人、医療やケアの専門職、そして地域の人々が集い出会い、なごやかな雰囲気のもとで交流を楽しみ、認知症のことやその対応などについて、お互いの理解を深めることができる気軽に集える場所のことです。

オレンジカフェ

【開催場所】健康増進センター（飯田町5部9番地）

【開催日時】毎月第2・4金曜日 13：30～15：00

【参加費】 100円

小泊地域オレンジカフェ

【開催場所】小泊集会所

【開催日時】毎月第3水曜日
13：30～15：00

【参加費】 200円



はまなすオレンジカフェ

【開催場所】はまなすふれあいセンター

（三崎町宇治ヲ部7番地 みさきデイサービスセンター内）

【開催日時】毎月第1水曜日 13：30～15：00

【参加費】 100円

双葉オレンジカフェ

【開催場所】上戸町西村様宅

【開催日時】毎月第3月曜日
13：30～15：00

【参加費】 100円



【問合せ先】 珠洲市社会福祉協議会 （0768）82-7751

地域見守りネットワーク（ゆるやかな見守りネットワーク）

地域の見守り体制の充実を図るため、日常的に市民と関わる民間事業者との見守りネットワークの構築を目指しています。

新聞、郵便、宅配、ガスなど、一般家庭に出入りする機会のある配達事業者や銀行、スーパーなど地域住民がよく利用するサービス事業者及び社会福祉協議会、警察、消防などの関係機関と顔の見える関係づくりを行い、地域の見守り体制の推進を図っています。

特に、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯で、このような状況はありませんか？

- 郵便受けに新聞や郵便物がたまっている
- 家の中から大声で怒鳴る声が聞こえる
- 家の中から異臭がする
- 最近、外出している姿を見かけなくなった
- 家を訪問しても顔を出してくれなくなった
- 見れない人が家を出入りするようになった
- 洗濯物が何日も取り込まれていない
- 夜になっても家に明かりがつかない
- 敷地内がゴミであふれるようになった
- 話をすると、深く悩んで（疲れて）いるように見える
- 最近、具合が悪そうに見える
- 服装が不自然なまま外出している



地域でこのような方がいるなと感じたら市役所までご連絡ください。

○孤立化や虐待への理解と関心を持って頂き、通常の業務の中で支援等が必要な人に気づいていただく（アンテナを持っていただく）ネットワークにご協力をよろしくお願いいたします。

（緊急の場合は、警察、消防、救急等へ連絡してください。）

【問合せ先】

珠洲市福祉課地域包括ケア推進室 （0768）82-7746

1. 緊急通報機器設置事業

対 象： 概ね65歳以上のひとり暮らし、またはこれに準ずる高齢者で身体に不安を抱え孤立状態にある人。

内 容： 自宅の電話機に緊急通報機器を取り付け、緊急時にボタンを押すとサポートセンターの看護師につながります。そこから救急車の出動要請や身寄りへの連絡ができます。

自己負担： 月500円（通話料無料）



2. 配食サービス事業

対 象： 概ね65歳以上のひとり暮らしや高齢者のみの世帯等で、身体や精神上的の障害により買い物や調理が困難で低栄養等が予測される人。

内 容： 昼食時間に合わせて弁当を配達し、安否確認を行います。

自己負担： 1食550円（汁物付き600円）

提供事業所：長寿園、珠洲市社会福祉協議会、こすもす、若山の庄

3. ミニヘルプサービス事業

対 象： 概ね65歳以上のひとり暮らしや高齢者のみの世帯で、体調不良等で一時的に生活支援を希望する場合に提供。

（要介護認定等を受けていない人）

内 容： 週1回から2回程度の軽微な生活支援サービス
シルバー人材センターより提供

（利用できる期間は3か月間まで。サービスの継続が必要な場合は要介護認定を申請。）

自己負担： 1時間程度500円

【問合せ先】 珠洲市福祉課 高齢者支援係 (0768) 82-7749
地域包括ケア推進室 (0768) 82-7746

認知症は、いつ誰がなるかわかりません。認知症になっても、それまで積み重ねてきた経験や感情は残り続けます。

「認知症になったらなんもわからなくなる」ではなく、認知症だからこそ自分でうまく表現ができなかったり、自分の思いを通そうとしてしまいます。社会で生活する上では、周囲の環境に合わせた立ち振る舞いが大切ですが、認知症になるとそのことが苦手になります。

このあんしん本が、認知症になった人の気持ちを知らうとすることや自分のこととして考えるきっかけになってほしいです。認知症になっても住み慣れた家で暮らし続けることができる珠洲市を目指して、皆さんと一緒に取り組んでいきたいと思っています。



あんしん
BON

平成27年4月 第1版

令和5年 4月 第6版

【あんしん本に関する問合せ先】

珠洲市福祉課 地域包括ケア推進室

住所：珠洲市上戸町北方1字6番地2

TEL：（0768）82-7746

FAX：（0768）82-8138