


年齢のせいと思っていませんか? **認知症は病気です!** 早めの受診で安心未来!!

 **もの忘れ!?** **気になった時の**

# ガイドブック

もしかして  
認知症??



- いつも「あれがない」と探している
- 趣味や好きなことに興味がなくなった
- 前よりも怒りっぽくなった
- お風呂に入るのを嫌がるようになった

お気軽に  
ご相談  
ください!

ひとつでもあてはまる場合は、認知機能の衰えのサインかもしれません。  
**かかりつけ医や地域包括支援センターにご相談ください!**

## 平内町地域包括支援センター

(平内町役場 福祉介護課内) 月曜～金曜 8:15～17:00

☎017-755-2114



# 認知症は脳の病気です



## 《認知症と普通のもの忘れとの違い》

**【普通のもの忘れ】**

体験の一部のみを忘れるので、他の記憶（ヒント）があれば忘れていた内容を思い出すことができます。

例：食べた食事のメニューが思い出せない  
約束をすっかり忘れてしまった

**【認知症のもの忘れ】**

体験や出来事を全部忘れてしまうため、ヒントがあっても思い出すことが困難です。

例：食べたことを忘れている  
約束したこと自体を忘れている

日常生活に大きな支障はない

日常生活に支障がある

## 《認知症の代表的な原因疾患》

認知症には、脳が損傷を受けている部分や原因によって、様々な疾患があります。その種類は70種類を超えるといわれており、原因疾患ごとに症状や治療が異なります。

疾患名	特徴	症状や傾向
アルツハイマー型 認知症	脳に特殊なたんぱく質が溜まることで、脳の細胞が弱り、徐々に脳が萎縮していく。早期の発見が重要。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・女性に多い</li> <li>・ゆっくりと症状が進む</li> <li>・最近のことを忘れる</li> </ul>
脳血管性認知症	脳の血管が詰まる箇所が増え、脳の機能が低下して発症する。生活習慣病が原因と言われており、定期受診が予防の1つ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・男性に多い</li> <li>・人格は比較的保たれる</li> <li>・片麻痺や言語障害など身体症状が多い</li> </ul>
レビー小体型 認知症	脳に「レビー小体」という特殊な物質が溜まることで、脳が萎縮して発症する。比較的早く進行していく。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・生々しい幻覚があらわれる</li> <li>・パーキンソン症状（前傾・突進歩行、小刻み歩行、手指振戦など）がある</li> </ul>
前頭側頭型認知症	前頭葉と側頭葉の萎縮によって、社会性（がまんや思いやりなど）を失い、自分の思うままの行動をする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・万引きをしたり、痴漢行為をする</li> <li>・同じ言動の繰り返しがあがる</li> <li>・興味関心が薄れると会話中でも立ち去る</li> </ul>

## 《認知症の症状を示す疾患》

【治療可能な疾患】脳腫瘍、慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症、甲状腺疾患



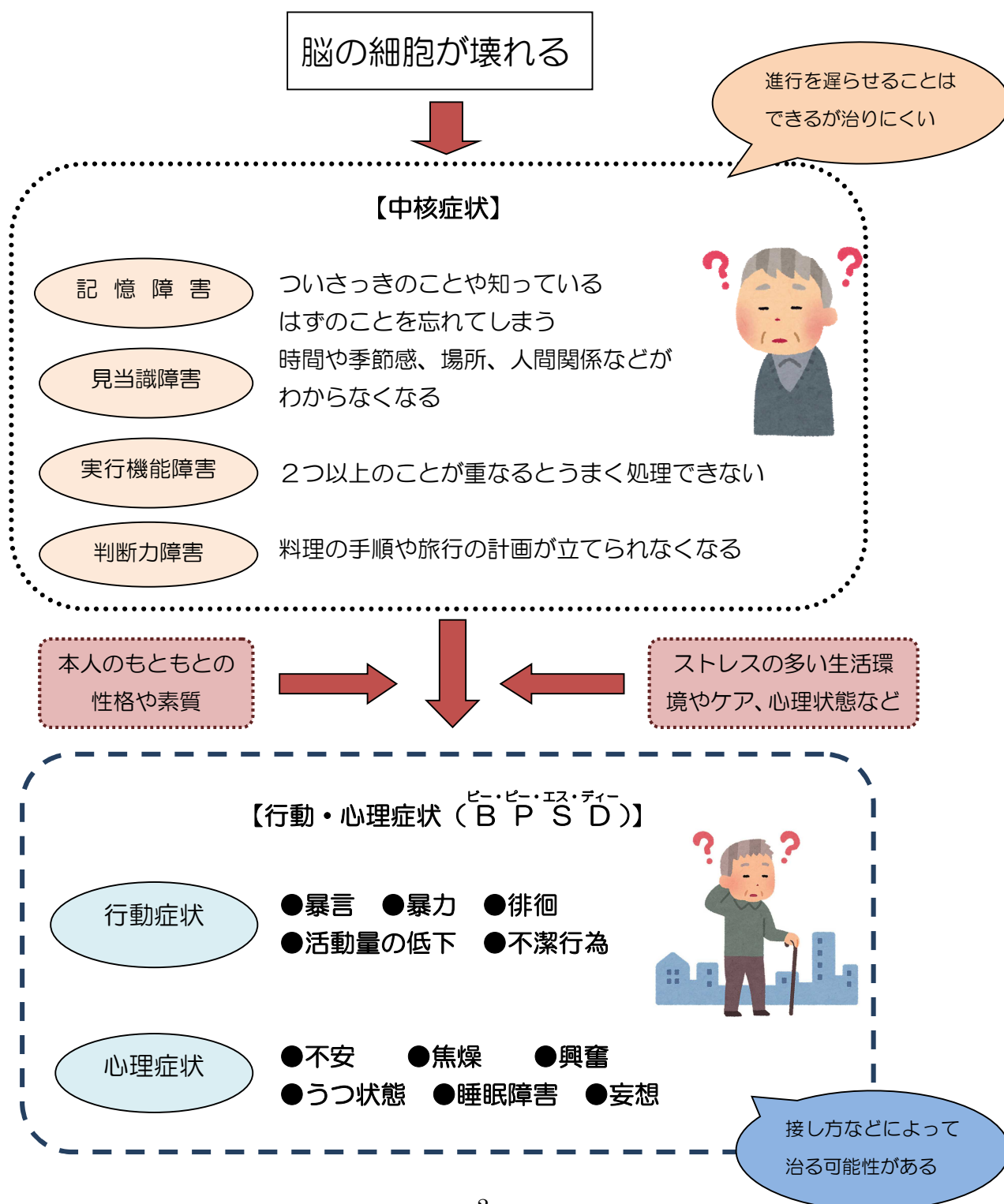
## 《認知症には2つの症状があります》

### ① 中核症状

脳の細胞が壊れることで起こる、認知症本来の症状。

### ② 行動・心理症状 (B P S D)

本人の性格や環境、人間関係など様々な要因が絡み合っって引き起こされる症状。



## ～注意が必要な変化かどうか確認してみましょう～

### 【認知症が疑われるサイン】

- ①おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった
- ②今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった
- ③外出したり、人と会うことを面倒（嫌がるよう）になった
- ④今までできていた家事、計算、運転などのミスが増えた
- ⑤財布が見当たらないときなど、人を疑うようになった
- ⑥同じことを何度も言ったり聞いたりするようになった
- ⑦いつも探しものをしている
- ⑧知っているはずの人やものの名前が出てこなくなった
- ⑨以前に比べ、怒りっぽくなった
- ⑩つじつまの合わない作り話をするようになった



《認知症に早く気づくことが大切なわけ》

### 1 治る病気や一時的な症状の場合があります

脳の病気で外科的な処置でよくなる場合や、薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出る場合もあり、正しく調整することで回復する場合があります。



### 2 進行を遅らせることが可能な場合があります

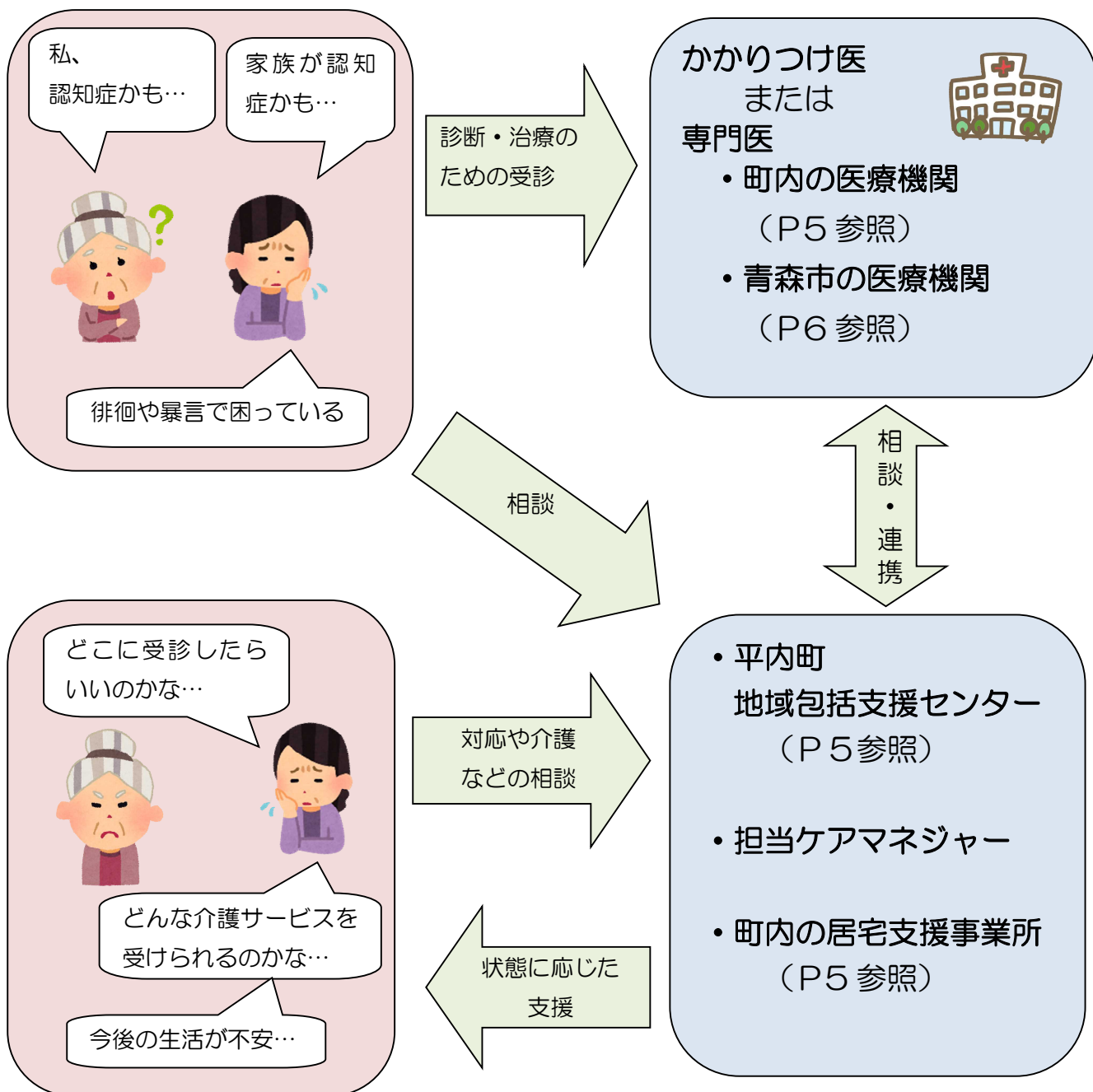
アルツハイマー型認知症では、薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると自立した生活を長くすることができます。

### 3 今後の生活の準備をすることができます

早期の診断を受け、症状が軽いうちにご本人やご家族が認知症への理解を含め、病気と向き合い話し合うことで、今後の生活の備えができ、自分らしい生き方をまっとうすることができます。

## 《認知症支援の医療や介護の流れ》

「認知症かな？」と気になったら、『迷わず相談』『ためらわず受診』することが大切です。



## 《相談・受診時には家族からの情報がとても重要です》

### 【まとめておきたい内容】

- 本人の経過（いつ頃から、どのような症状や出来事が、どのくらい続いているのか等）
- 本人や家族が困っていること、求めていること
- 介護保険認定結果（要介護度）
- これまでに本人がかかった病名、現在治療している病名
- 本人が飲んでいる薬（お薬手帳を持参しましょう）

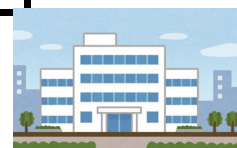


●平内町で認知症の診療ができる医療機関



医療機関名	受診時間	住所/電話
<b>平内中央病院</b>	■もの忘れ外来(要予約) 毎月第2・4月曜日 13:00~15:30	♠小湊字外ノ沢 1-1 <b>☎017-755-2131</b> ⓧ土曜・日曜・祝日
<b>ひきち内科 クリニック</b>	8:15~12:00、 14:30~18:00 ※訪問診療・訪問看護も 行っております。	♠小湊字愛宕 95-2 <b>☎017-758-1155</b> ⓧ水曜午後・土曜午後 日曜・祝日

●医療機関への受診が難しい場合の相談先



<b>平内町地域包括 支援センター</b>	月曜~金曜 8:15~17:00 (祝日・年末年始除く)	(平内町役場 福祉介護課内) <b>☎017-755-2114</b>
---------------------------	------------------------------------	--

●その他、介護や認知症に関する相談窓口



居宅支援事業者	連絡可能時間	問い合わせ先
<b>平内町社会福祉協議会</b>	月曜~金曜 8:15~17:00 (祝日・年末年始除く)	<b>☎017-755-3956</b>
<b>ひまわり</b>	月曜~土曜 8:30~17:30 (祝日・年末年始除く)	<b>☎017-758-1030</b>
<b>清風荘</b>	月曜~日曜 8:30~17:30	<b>平内町在宅介護支援センター</b> <b>☎017-755-5531</b>
	月曜~金曜 8:30~17:30	<b>在宅介護支援センター西の家</b> <b>☎017-755-6180</b>

## ●青森市で認知症の診療を行っている医療機関

青森市の認知症ケアパスを基に、令和元年12月に平内町が実施した「平内町認知症ケアパスへの情報掲載に関する調査」において、情報掲載可と回答のあった医療機関を掲載しています。

※ 表内の用語について ※



[○印について]

- ・確定診断…認知症の原因疾患を特定し、診断します。
- ・治療…認知症の原因疾患に合わせて、治療相談をすることができます。
- ・BPSD…**暴言や暴力、興奮、抑うつ、昼夜逆転、徘徊**など本人の性格や環境、人間関係など様々な要因が絡み合って引き起こされる症状（P2参照）を治療相談をすることができます。

[初回受診時の要件について]

- ・電話予約…記載の電話番号に電話し、予約をする必要があります。
- ・紹介状…現在のかかりつけ医を受診し、認知症の相談をし、紹介状をもらう必要があります。
- ・家族等同行…本人だけではなく、ご家族が受診に同行する必要があります。
- ・直接受診可…電話等の予約をする必要なしに、受診することができます。

### (1)病院

	医療機関名	住所/電話	確定診断	治療	BPSD治療	初回受診時の要件	備考
1	青い森病院	大谷字山ノ内16-3 ☎(代)017-729-3330		○	○	・電話予約(代表へ) ・紹介状 ・家族等同行	
2	青森県立中央病院 神経内科	東造道2-1-1 ☎017-726-8493 (医療連携部直通)	○	○		・電話予約 ・紹介状 ・家族等同行(必須)	
3	(※) 青森県立つくしが丘病院 認知症疾患医療センター	三内字沢部353-92 ☎(代)017-787-2121	○	○	○	・電話予約 ・紹介状(原則) ・家族等同行	※詳細は9P参照
4	青森新都市病院	石江高間109-18 ☎(代)017-757-8750	○	○	○※	・電話予約(代表へ) ・家族等同行	※常時見守りを必要とするような重症例は不可能
5	浅虫温泉病院	浅虫字内野27-2 ☎(代)017-752-3004		○	○	・家族から電話予約 ・紹介状 ・家族等同行	
6	生協さくら病院	問屋町1-15-10 ☎(代)017-738-2101	○	○	○	・電話予約(代表へ) ・紹介状 ・家族等同行	
7	浪打病院	合浦2-11-24 ☎017-741-4341		○		・電話予約 ・紹介状 ・家族等同行	
8	芙蓉会病院	雲谷字山吹93-1 ☎(代)017-738-2214	○	○	○	・電話予約 ・紹介状 ・家族等同行	
9	村上新町病院	新町2-1-13 ☎(代)017-723-1111	○	○	○	・直接受診可 ・家族等同行	かかりつけ医からの紹介状があればなお良い

## (2) 診療所

	医療機関名	住所/電話	確定 診断	治療	BPSD 治療	初回受診時の要件	備考
1	青い海公園クリニック	安方1-103-2 ☎017-721-1111	○	○		・直接受診可	
2	青森クリニック	篠田1-9-11 ☎017-783-2222	○	○	○※	・紹介状 ・家族等同行 ・直接受診可	※軽度の患者なら対応可
3	石木医院	浅虫字蛸谷65-37 ☎017-752-3015		○	○	・電話予約 ・紹介状 ・家族等同行 ・直接受診可	認知症診療は月・火の午前のみ
4	いしだ医院	花園2-43-26 ☎017-744-3300		○		・紹介状 ・家族等同行	
5	えびな脳神経クリニック	緑 2-1-3 ☎017-735-3000	○	○	○※	・紹介状 ・家族等同行	※症状によって対応可
6	おきだてハートクリニック	沖館 3-1-18 ペイオトおきだて1F ☎017-761-1132		○		・家族等同行 ・直接受診可	
7	木村健一糖尿病・内分泌クリニック	茶屋町 13-9 ☎017-765-3100		○		・紹介状	
8	木村内科クリニック	浜田字豊田386 ☎017-774-1811	○	○	○	・家族等同行 ・直接受診可	
9	協立クリニック	東大野 2-2-2 ☎017-762-5511	○	○	○		新規受付が半年待ちの状況
10	くぼぞのクリニック	堤町 1-10-11 つつみクリニックビル2F ☎017-777-7788		○		・家族等同行	
11	クリニックこころの森	東大野1-21-10 ☎017-729-1556	○	○	○	・直接受診可 ・家族等同行	初診は1日2名のみのため要問い合わせ
12	駒井胃腸科内科	浜館4-14-4 ☎017-765-1500	○	○	○	・紹介状 ・家族等同行	
13	近藤内科胃腸科	筒井3-14-32 ☎017-728-2022		○		・紹介状 ・家族等同行	
14	斉藤内科県庁前クリニック	長島 2-3-4 ☎017-731-3110		○	○	・直接受診可	
15	斉藤内科小児科医院	青柳2-6-17 ☎017-777-3818		○		・家族等同行	
16	佐々木胃腸科内科	岡造道 2-2-25 ☎017-741-1155		○		・紹介状※ ・家族等同行	※診断・方針・投薬内容が事前に決まっていれば受診できます。
17	嶋中内科循環器科	青柳2-9-38 ☎017-775-2111	○	○		・家族等同行 ・直接受診可	
18	しんまちクリニック	新町 2-1-14 ☎017-735-3111	○	○			
19	関谷外科クリニック	横内字亀井 261-9 ☎017-752-7570					
20	高屋医院	長島 3-5-8 ☎017-776-2881		○	○	・家族等同行	



	医療機関名	住所/電話	確定 診断	治療	BPSD 治療	初回受診時の要件	備考
21	武山循環器科内科	勝田 2-9-13 ☎017-734-0111		○		・確定診断後に治療依頼があった場合に可 ・紹介状 ・家族等同行	
22	津軽医院	浪岡字浅井205 ☎0172-62-3101		○	○	・直接受診可	
23	とよあきクリニック	浜田2-15-5 ☎017-762-3100	○	○	○	・家族等同行 ・直接受診可	
24	中野脳神経外科 ・総合内科クリニック	石江字高間105-3 ☎017-788-7200	○	○	○	・電話予約(MRI 予約とお伝えください) ・HPからも予約可	予約のない場合は後日受診の可能性あり
25	なかむら脳外科頭痛クリニック	浪打2-10-12 ☎017-744-1165	○	○	○	・家族等同行	
26	成田あつしクリニック	浪館前田3-22-8 ☎017-761-7215		○		・紹介状 ・家族等同行	
27	成田祥耕クリニック	中佃1-1-30 ☎017-743-6511	○	○	○※	・紹介状 ・家族等同行	入院治療を行っていない※BPSDは専門医に依頼する可能性あり
28	脳神経外科内科 藤本クリニック	大野字片岡34-3 ☎017-729-1111	○	○	○	・家族等同行 ・直接受診可	
29	福士胃腸科循環器科 医院	千富町1-4-16 ☎017-776-4558		○	○	・家族等同行 ・直接受診可	
30	福士内科胃腸科医院	緑1-19-5 ☎017-777-8363		○		・家族等同行	
31	福盛内科胃腸科	長島2-1-14 ☎017-775-2767	○	○		・家族等同行	
32	降矢内科医院	花園1-19-1 ☎017-742-1836		○		・直接受診可 ・家族等同行	
33	まちだ内科クリニック	羽白沢田39-4 ☎017-788-6688	○	○	○	・直接受診可	
34	まつもと内科・外科 クリニック	沖館5-5-26 ☎017-783-3030		○	○	・紹介状 ・家族等同行	
35	三川内科医院	八重田2-1-6 ☎017-736-8191	○	○		・家族等同行	
36	南内科循環器科医院	岡造道1-17-8 ☎017-741-1616	○	○	○	・家族等同行 ・直接受診可	
37	村上内科胃腸科医院	栄町2-2-1 ☎017-741-1215		○		・紹介状	
38	森総合クリニック松原	奥野2-20-2 ☎017-776-6299		○	○	・直接受診可	
39	安方クリニック	安方1-11-6 ☎017-732-3955		○		・紹介状 ・家族等同行 ・直接受診可	

## ※認知症疾患医療センター

認知症患者とその家族が、住み慣れた地域で安心して生活ができる支援の一つとして都道府県が設置し、認知症疾患における原因疾患の確定診断、地域における医療機関などの紹介、問題行動への対応についての相談を行っています。青森市内では、県立つくしが丘病院内に設置され、認知症看護認定看護師に相談を依頼できます。

相談窓口	専用連絡先	受付時間
青森県立つくしが丘病院 認知症疾患医療センター 住所は6P参照（医療連携室内）	017-788-2988	9:00～16:00 (土・日・祝祭日・年末年始は除く)

## ※若年性認知症総合支援センター

若年性認知症とは、65歳未満で発症した認知症です。仕事・家事・子育てのキーパーソン世代に発症するものであり、高齢者の認知症とは異なる課題を抱えています。専門知識や支援経験を有するコーディネーターが、本人や家族、関係機関、雇用する企業等からの各種相談をお受けします。

相談窓口	専用連絡先	受付時間
青森県若年性認知症総合支援センター 〒039-1101 八戸市尻内町島田 13-1	0178-38-1360	9:00～16:00 (金・土・日・祝祭日・年末年始は除く)

【メール相談可】 [iyakunen@kokorosukoyaka.org](mailto:iyakunen@kokorosukoyaka.org)

## 《平内町認知症初期集中支援チーム》

### 認知症初期集中支援チームとは

認知症サポート医や保健師、社会福祉士による、認知症に関する専門チームです。認知症の方、またはその疑いがある方やその家族の自宅を訪問し、必要に応じて医療機関の受診や介護保険サービスなどの利用につなげるための支援を行います。

### 対象となる方

40歳以上で、自宅で生活している①②いずれかに該当する方

- ①認知症の医療サービスや介護サービスを受けていない方または中断している方
- ②認知症による症状が強く、どのように対応したらよいか困っている方



### 【支援の流れ】

① 地域包括支援センターへ相談



② 初回訪問  
(認知症程度や身体状況の確認)

③ チーム員会議 (支援の方向性を検討)

④ 必要な支援の実態  
(生活指導や介護指導、受診のすすめ、かかりつけ医との連携など)

⑤ チーム員会議

⑥ ケアマネジャーなどへの  
引き継ぎ



## 《認知症サポーター》

“認知症サポーター”とは、「認知症サポーター養成講座」を受講し、認知症についての基礎知識や対応の仕方などを学び、認知症の人やその家族を地域で温かく見守る応援者のことです。

平内町では、生涯学習課の「ふれあい出前講座」で企画していますので、地域包括支援センターまたは生涯学習課（017-755-2565）までお問い合わせください。

認知症になっても安心して暮らせるまちをみんなで作っていくために、より多くの応援者が必要です。地域の団体・グループ等で、積極的に認知症サポーター養成講座を開催しましょう。

### 認知症サポーター養成講座の受け方

【実施方法】5人以上の団体から開催依頼で講師を派遣

【内 容】認知症に関する基礎知識、認知症の人への対応の仕方など

【所要時間】60分～90分

【受講料】無料

【講 師】キャラバン・メイト（専門の研修修了者）

【申込み先】・生涯学習課 ☎017-755-2565

・地域包括支援センター ☎017-755-2114



受講者にはオレンジリング  
が配られます！



### もの忘れ！？気になった時のガイドブック

令和元年度作成 平内町認知症ケアパス

発行元：平内町役場 福祉介護課 地域包括支援センター

住 所：〒039-3321

青森県東津軽郡平内町大字小湊字小湊63番地

連絡先：TEL 017-755-2114

FAX 017-755-2145

URL <http://www.town.hiranai.aomori.jp>

# 地域包括支援センターでは こんな仕事をしています

## 介護保険



介護保険のサービスを利用したいときや、要支援 1・2 と認定された方の介護保険サービスの利用、介護認定手続きのお手伝いをします。

## 生活相談



介護に関する心配ごとや生活全般の相談など、幅広く相談を受けて、必要なサービスや制度を紹介し、関係機関につなぎます。

## 権利擁護・高齢者虐待



財産管理に自信がなくなった、悪質な訪問販売の被害にあった、隣のおばあちゃんが暴力を振るわれているようだ等の高齢者虐待の通報窓口にもなっております。

## 介護予防に関すること



身体の機能に不安がある、介護予防サービスを利用したいという方に、介護予防のための健康づくりをお手伝いします。

## 案内図



平内町役場 福祉介護課 内  
(平内町地域包括支援センター)