

白鷹町認知症高齢者  
見守りネットワーク

**見守り  
支え合い**

お年寄りが地域で安心・安全に暮らせるよう応援します

**介護ワンポイントアドバイス**  
地域包括支援センターTel.86-0112

**認知症の家族と笑顔で暮らす**  
①介護保険サービスを利用しましょう

認知症とは、脳が萎縮する「アルツハイマー病」や、脳梗塞や脳出血、くも膜下出血で脳の血管が詰まったり破れたりする「脳血管障害」などにより、物忘れがひどくなったり、物事を判断する力が低下して生活に問題が出ている状態のことです。

病気が進行すると、体験を丸ごと忘れるような物忘れや、時間や場所がわからなくなるなど、見守りや声かけが

ないと生活ができなくなってくる場合があります。誰かが一緒にいられば良いのですが、家事や仕事があつたりすると、なかなか一緒にいられない、ということもあると思います。そんなとき、広く見守りを受けるために介護保険のサービスをご利用ください。介護保険サービスを利用するための要介護認定は、健康福祉センター健康福祉課の窓口で申請することができます。

**認知症に有効な  
介護保険サービス**

①デイサービス、デイケア

定期的に外出する習慣をもつことで、生活にメリハリがついて脳に刺激を与えることができます。また、多くの人と会って会話すること、認知症の進行を予防するのに有効です。家に閉じこもりがちな認知症高齢者には、寝たきり予防のために身体を動かす機会を持つことも大切です。

②ショートステイ

認知症のかたの介護は、家族にとつて大きな負担となることがあります。介護者が疲労を感じたり体調を崩したときに利用し、上手に休養をとることで、より良い介護を続けていくことができます。

④福祉用具貸与

要介護二以上の認定を受けていると、認知症のかたが一人で外に出ようとするとブザーがなるなどの徘徊感知器を利用することができます。

③訪問介護

自宅にホームヘルパーが同つて、一緒に食事を作ったり声かけしながら掃除をしたりすることで、認知症のかたの残存能力をいかすことができます。認知症のかたに「自分ができることはこんなにある」と思ってもらふことで、前向きな気持ちをもって生活していただくことができます。

※ホームヘルパーによる家事など生活援助は、高齢者のみなどの世帯に限って利用できます。

介護保険サービスを利用することで、認知症のかた本人だけでなく家族も休養をとったり、ケアマネジャーや事業所職員からアドバイスを受けたりすることができるようになります。

また、多くの人が認知症のかたに関わることで、本人の体調不良に早く気づき、今の状態を長く保つことができるようになります。

認知症は、今の医学では完全に治すことは難しいと言われています。だからこそ、その人にあつた対応をしていき、認知症を悪化させないことがとても大切なことです。認知症のかたに正しいことを知ってもらおうと教えたつもりでも、その人は落ち込んだり、ストレスや悪い感情を溜め込んでしまひ、認知症が悪化しやすい状態になってしまひます。認知症を悪化させないためには、認知症のかたも介護者も気分転換をして、明るい気持ちで生活することがとても大切です。

一人で抱え込まず、困ったことはみんなに相談しながら介護を続けていきましょう。

■問い合わせ 地域包括支援センター (☎86-0112)

