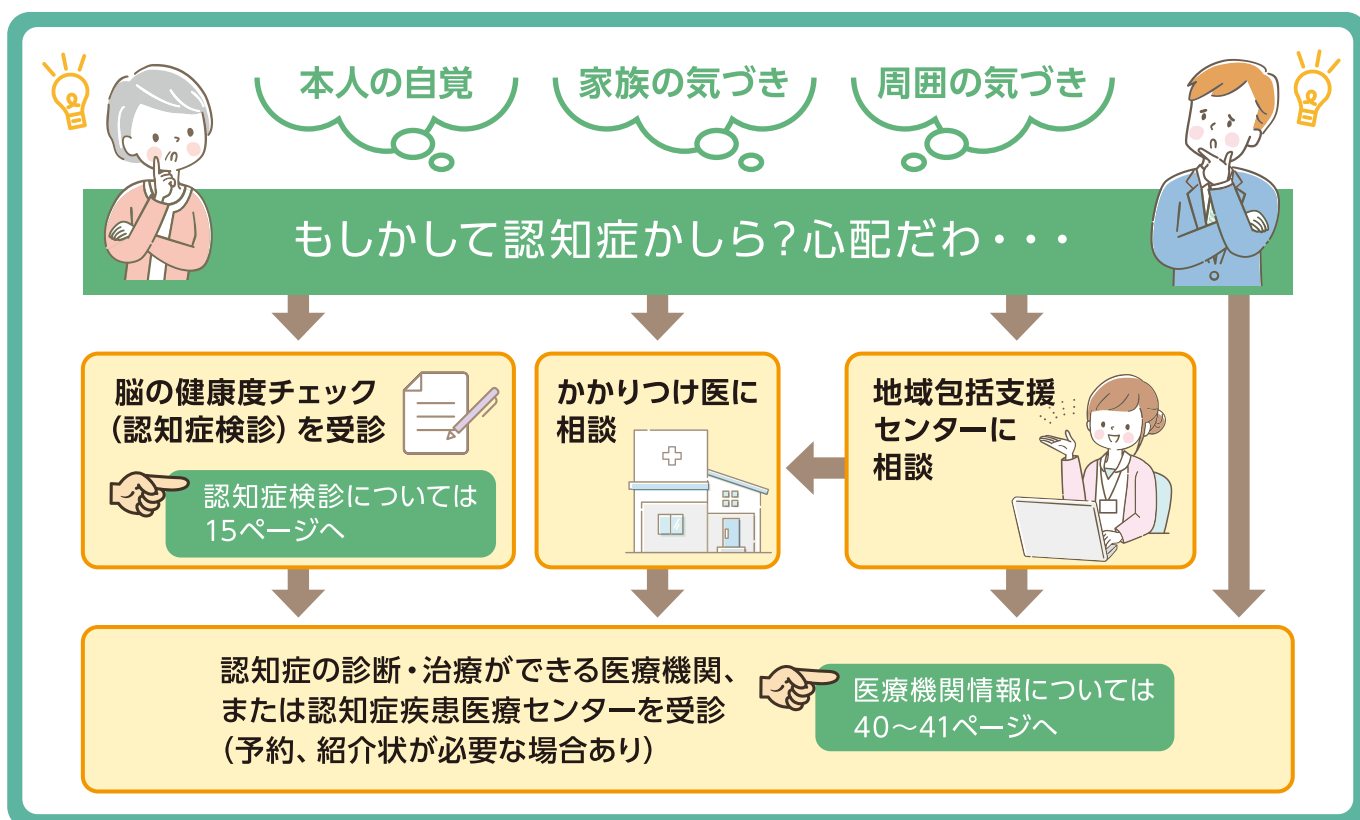


7 初めての受診どうしたらいいの？

認知症かな？と思ったら、早めに受診しましょう。早期から治療を受けることで、認知症の進行を遅くすることができたり、原因疾患によっては治る場合もあります。また、早くから治療を受けることで、医師と信頼関係を築けたり、必要なサービスの利用準備をし、生活環境を整えることができる等のメリットがあります。とはいえ、初めての受診は勇気があることも多く、また、本人が受診を躊躇していたり、どの医療機関に受診したらよいかわからない場合もあるかと思います。どのように受診したらよいか、下記を参考にしてください。



>>> 受診や相談をするときはメモを持参しましょう

受診前に、相談したいことをメモにしておくと、伝えたいことや聞きたいことが整理できて、診療に役立つ場合もあります。

メモにしておくこと

- ▶ 気になる症状 (どんな症状が、どれくらい続いているのか)
- ▶ 日常生活の中で困っていること、本人や家族が心配になった出来事
- ▶ これまでにかかったことのある病気、飲んでいる薬
- ▶ 現在ほかに治療している病気





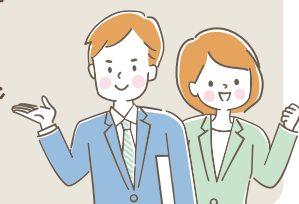
9 認知症の相談窓口

地域包括支援センター 市内8か所 裏表紙参照

開所日時	月～土曜日 午前9時～午後5時
休所日	日曜、祝日、年末年始（臨時休所する場合があります） 地域包括は市内に8か所あります。お住まいの地域によって担当が分かります。 各センターの担当地区と、連絡先は裏表紙に掲載しています。

相談内容の例

- 介護保険の使い方を知りたい
- 認知症について知りたい
- オレンジカフェについて知りたい
- 介護をしている人の集まりに参加したい
- 成年後見制度について知りたい
- 自分がこれからも介護を受けずにいられるように、何かしたい
- 認知症サポーターに興味関心がある、養成講座に参加したい



認知症地域支援推進員

認知症地域支援推進員は、認知症の人やそのご家族をサポートする人です。認知症の相談対応のほか、認知症についての講座開催や、医療関係者や介護関係者との連携を図るなど、認知症になっても安心して暮らせる地域づくりのために、様々な取り組みを行っています。

地域包括支援センターに配置されていますので、まずはお住まいの地区のセンターへご相談ください。



認知症初期集中支援チーム

認知症状などでお困りの人のご自宅を訪問して相談に応じます。必要に応じて医療や介護サービスの利用につなげたり、生活環境を整えることを目的に、認知症専門医、専門職員で構成するチームで包括的かつ集中的な支援を行っています。

まずはお住まいの地域包括支援センターへご相談ください。

草加市役所 地域介護課 地域支援室

開庁日時	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
連絡先	電話：048-922-2862（直通） / FAX：048-922-3279
休所日	土曜、日曜、祝日、年末年始

認知症介護の電話相談 (公益社団法人 認知症の人と家族の会 埼玉県支部)

ご利用時間	月・水・金・土曜日 午前10時～午後4時 ※祝日、年末年始は休み
連絡先	電話: 048-814-1210 / FAX: 048-814-1211 (随時) E-mail: afcdesai@circus.ocn.ne.jp
URL	http://www.alzheimer.or.jp (本部) http://www.aaj-saitama.org/ (埼玉県支部)

認知症疾患医療センター

認知症疾患医療センターとは、認知症の人やそのご家族の支援を医療面から行う、認知症専門の医療機関です。認知症疾患医療センターでは、専門医が本人やご家族からの認知症に関する様々な相談に対応しています。また、必要に応じて詳しい検査や診察を行い、認知症と診断された場合には、適切な治療も行います。

埼玉県内には10か所の認知症疾患医療センターがあり、草加市を担当しているのは下表の「武里病院」です。(※武里病院以外の医療機関も受診できます。)

医療機関名	住所	電話番号
埼玉精神神経センター	さいたま市中央区本町東6-11-1	048-857-6817
つむぎ診療所	秩父市寺尾1404	0494-22-9366
武里病院	春日部市下大増新田9-3	0120-8343-56
丸木記念福祉メディカルセンター	入間郡毛呂山町毛呂本郷38	049-276-1486
西熊谷病院	熊谷市石原572	048-599-0930
戸田病院	戸田市新普南3-4-25	048-433-0090
埼玉県済生会鴻巣病院	鴻巣市八幡田849	048-501-7191
菅野病院	和光市本町28-1	048-464-6655
狭山尚寿会病院	狭山市水野600	04-2957-1202
久喜すずのき病院	久喜市北青柳1366-1	0480-23-3300

武里病院
のご案内

武里病院では、認知症に関するさまざまな相談に応じています。
ご家族様からの相談や初診前の相談にも応じます。
なお、初めての受診の場合は事前の予約が必要となります。

認知症相談
専用ダイヤル**0120-8343-56**

※つながらない場合は、「048-733-5111 (代) 医療相談室」までお電話ください。
受付: 月～土 9:00～12:00 / 13:00～17:00

■ アクセス … 春日部市下大増新田9-3

【電車・バスでお越しになる方へ】

春日部駅 (東武スカイツリーライン・アーバンパークライン) 西口より
朝日バス「かすかべ温泉行き」または「ウイングハット行き」にて約10分
「かすかべ湯元温泉」乗降、徒歩3分 (*バスは6分間隔 (7時台・8時台) で運行されておりますので大変便利です)



【車でお越しになる方へ】

東北自動車道岩槻IC (国道16号線・柏・春日部方面) より約15分

10 認知症の人への接し方・対応例

認知症の人への対応は、認知症に伴う認知機能の低下があることを正しく理解することが必要です。



具体的な対応の7つのポイント

① まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。

② 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手に伝わって動揺させてしまいます。笑顔でゆっくりと声をかけましょう。

③ 声をかける時は一人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声をかけましょう。

④ 後ろからは声をかけない

一定の距離で相手の視界に入ったところで声をかけます。「何かお困りですか」「どうなさいましたか」など。

⑤ 相手の目線に合わせてやさしい口調で

相手の目線と同じ高さにして、やさしい口調で対応しましょう。

⑥ おだやかに、はっきりした話し方で

高年者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくりはっきりと話すように心がけましょう。

⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人は、急がされることや同時に複数の問いに答えることが苦手です。相手の反応を伺いながら相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきましょう。

》》「認知症サポーター養成講座」を開催しています！

認知症サポーターとは？

認知症サポーターは、認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守る「応援者」です。講座は90分間で、「認知症の症状」や「認知症の方への接し方」を学びます。地域でのボランティア活動等で活躍できることを目指した「ステップアップ講座」も実施しています。

【開催日などのお問い合わせ】

地域支援室（電話048-922-2862）または地域包括支援センターへ。10人以上の団体の場合、講師を派遣する出張講座も行います。



チームオレンジそうか

認知症と共生する社会の実現に向けたまちづくり

チームオレンジそうかは、認知症サポーターを中心として、認知症のご本人の希望や困りごと（支援ニーズ）に寄り添う地域の様々な活動を結び付け、自分らしく安心して暮らせるまちの実現を目指します。



認知症の人の気持ちを理解し、誰もが自分らしく暮らす社会に

認知症は、病状が進行するにつれて状態が変化し、生活の上で様々な支障が出てきます。そのため、認知症の方が地域で暮らし続けるためには様々な支援が必要になってきます。

それでも、何も分からなくなる・何もできなくなるわけではなく、必要な支援を受けながら、自分の能力を生かして自分らしい生活を送ることもできます。

わくわくミーティング (認知症本人ミーティング)

ご本人がメインとなり、自らの体験や希望などを自由に語り合い、「やってみたい！」にチャレンジしています。日時等は地域支援室へ問合せを。



認知症とともに生きる希望宣言

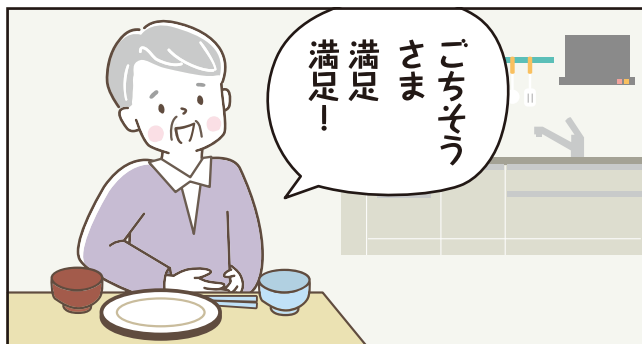
- 1
自分自身がとらわれている常識の殻を破り、
前を向いて生きていきます。
- 2
自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、
社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
- 3
私たち本人同士が、出会い、つながり、
生きる力をわかちあわせ、元気に暮らしていきます。
- 4
自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、
身近なまちで見つけ、一緒に暮らしていきます。
- 5
認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、
暮らしやすいわがまちを一緒につくっていきます。

▲認知症の方が自らの体験や思いを言葉にしたもの。厚生労働省またはワーキンググループのホームページでダウンロードできます。

>>> 認知症の人への対応例

本人の気持ちを理解しましょう。認知症の人が、不安を感じながら生活していることを、十分に理解して接

ごはんを食べていないと言われたら



本人は直前の出来事も忘れてしまうことがあります。「さっき食べたでしょう」と否定せずに「今、準備しているからこれでも食べて」とフルーツや軽食を出すなどしてみましょう。

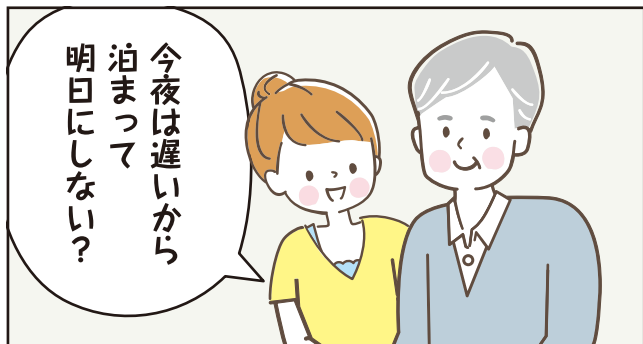
財布を盗られたと言われたら



「自分でしまい忘れてだけでしょ」という声掛けは、たとえそれが事実だとしても逆効果です。「それは困ったね。一緒に探しましょう」と本人の“大変”という気持ちに共感しながら探してみましょう。否定したり、怒ったりせず、家族が見つけたとしても、本人が自分で見つけた形にもっていけると更によいですね。

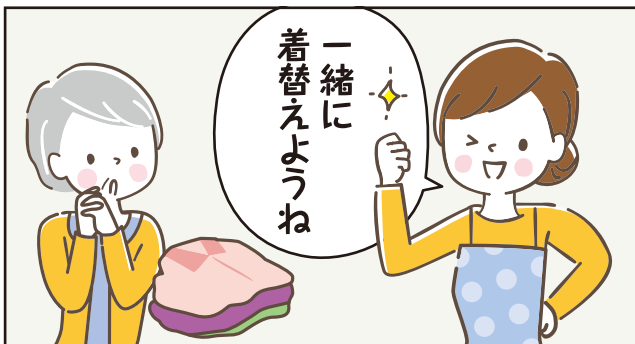
することが重要です。

家に帰ると言われたら



現実の家が自分の家だという記憶は失われてしまい、過去の記憶の中にある家に帰ろうとしているかもしれません。一度、家の外に連れ出してあげたり、「今夜は遅いから泊って行って」「出かける支度をするからテレビでも観て待っていて」と本人の帰りたいたいという気持ちをそらすような声掛けをしてみましょう。

トイレで失敗してしまったら



認知症になるとトイレの場所がわからなくなったり、どのように処理してよいかわからず、本人は混乱していることがあります。失敗したことを責めるのではなく、「失敗しても大丈夫ですよ。一緒に取り替えましょう」など、自尊心を傷つけないような声掛けやトイレの場所に目印を付けるなど環境づくりにも配慮しましょう。