

## ◆介護サービス

名 称	対象者
通所介護（デイサービス）	・要介護1～5の認定を受けている方
認知症対応型通所介護	
訪問介護（ホームヘルプ）	
通所リハビリ（デイケア）	
訪問入浴	・要介護1～5の認定を受けている方 ・要支援1・2の認定を受けている方
訪問リハビリ	
訪問看護 ※病状によっては医療保険適用	
小規模多機能型居宅介護	
短期入所（ショートステイ）	
福祉用具貸与・福祉用具購入費支給	
住宅改修費支給	

### ～介護認定の申請について～

介護サービスを利用するためには、介護認定を受ける必要があります。申請の際、意見書を書いてもらう主治医が必要です。主治医の名前をご確認の上、下記まで申請しましょう。申請書は、町のホームページにも掲載しています。

【申請窓口】松島町健康長寿課高齢者支援班 介護保険担当

【場 所】松島町根廻字上山王 6-27 保健福祉センターどんぐり

【電話番号】022-355-0677



## ◆住まい・施設

名 称	対象者
ケアハウス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・施設により、対象となる要件(介護度等)が異なります。</li> <li>・宮城県のホームページに施設の一覧が掲載されています。</li> <li>・施設をお探しの場合は、担当のケアマネジャーもしくは下記までご相談ください。</li> </ul> <p>【相談先】 松島町健康長寿課高齢者支援班 Tel022-355-0677 松島町地域包括支援センター Tel022-354-6525</p>
サービス付き高齢者向け住宅	
有料老人ホーム	
認知症グループホーム	
介護老人保健施設	
特別養護老人ホーム	
介護医療院	



認知症と診断されました。  
これから、どうすればいいのでしょうか？

認知症と診断されても、住み慣れた場所で生活が続けられるように支援するサービスがあります。12 ページにある日常生活のサポートのほかにも、総合事業や介護サービスを利用しながら、ご自宅での生活を続けている方がたくさんいらっしゃいます。

自分が大切にしていることや将来の希望、あるいは日々の様子や大事な交友関係などをノートに書き留め、できれば周りの人に伝えておきましょう。ちょっとした工夫が医療や介護サービス等を利用するときに役立ちます。

## 医療 ～どこを受診したらいいの？～

### かかりつけ医に相談

かかりつけ医がいる場合、かかりつけ医に相談してみましょう。  
必要に応じて、専門医を紹介してもらうこともできます。

受診する際は、いつからどんな症状があるか等の伝えたいことをメモして持って行くとよいでしょう。お薬手帳も持参しましょう。



### 認知症疾患医療センター

認知症の鑑別診断、周辺症状等の急性期医療、認知症医療相談等を行っている医療機関です。事前にお電話でご予約の上、受診してください。

医療機関名	住所	電話番号
坂総合クリニック	多賀城市下馬2-13-7	022-361-7031
こだまホスピタル	石巻市山下町二丁目 5-7	0225-22-6301
旭山病院	大崎市鹿島台平渡字大沢21-28	0229-25-3136
こころのホスピタル 古川グリーンヒルズ	大崎市古川西館3-6-60	0229-24-5165
いずみの杜診療所	仙台市泉区松森字下町8-1	022-341-5850
東北医科薬科大学病院	仙台市宮城野区福室1-12-1	070-5093-3615
東北福祉大学せんだん ホスピタル	仙台市青葉区国見ヶ丘6-65-8	022-303-0133
仙台西多賀病院	仙台市太白区鉤取本町2-11-11	022-245-2122

※令和2年5月1日現在

※県北・県南地域の医療機関もあります。宮城県のホームページ（長寿社会政策課）に掲載されています。

### 近隣のもの忘れ外来・神経内科

医療機関名	住所	電話番号
松島病院 ※神経内科 月・木曜日 14～16時30分	松島町高城字浜 1-26	022-354-5811
仙塩利府病院 ※内科（物忘れ外来） 火曜日 14～16時	利府町青葉台 2-2-108	022-355-4111
仙塩総合病院 ※内科（物忘れ外来） 月曜日 14～16時 ※MRI 検査は仙塩利府病院	多賀城市桜木 2-1-1	022-367-4111

※診療時間が変更になる場合がありますので、直接お問い合わせの上、受診してください。

## 認知症初期集中支援チーム

認知症状のある方やそのご家族のご自宅を訪問し、困りごとや心配なことを確認し、医療機関の受診や介護サービス利用、ご家族への支援などを行います。

<対象者> 40歳以上の町民で、自宅で生活しており、認知症の症状でお困りの方です。

- 認知症の診断を受けていない
- 認知症の治療を中断している
- 介護サービスに結びついていない
- 介護サービスを中断している
- 医療、介護サービスを受けているが、症状が強く対応に苦慮している

<チーム構成員>

- 松島病院 丹野尚医師（認知症サポート医）
- 地域包括支援センター職員（医療・介護の専門職）

まずは、地域包括支援センターへ  
ご相談ください！

## 病院に行くのを嫌がる

最初は医療機関の受診を拒否していたけど、なんとか受診につなげることができた方々の方法を聞いてみました。

夫や妻など家族の受診の時に、付き添いながら、本人も一緒に診察してもらいました

検査や体調不良をきっかけに病院を受診し、専門医を紹介してもらいました



かかりつけの先生から「精密検査のために」と勧められたら、専門医を受診できました

訪問診療してくれるクリニックに相談して、訪問診療してもらいました

## 薬の管理について

薬の管理が難しくなってきたら、薬局で相談して一包処方してもらったり、仕分けのカレンダーやケースを利用してみたり、薬を飲む回数や量を医師に相談してみましよう。薬の内服を拒む場合は、貼り薬もありますので、医療機関でご相談ください。



## 相談窓口 ～どこに相談すればいいの？～

◆ 認知症など高齢者に関する総合相談	日時	電話番号
松島町地域包括支援センター	平日8時30分～17時15分	022-354-6525

◆ 認知症に関する相談	日時	電話番号
松島町認知症地域支援推進員 (グループホーム桜の家 内海裕氏)	相談日は下記参照	022-355-0396

◆ 認知症に関する電話相談	日時	電話番号
宮城もの忘れ電話相談 認知症の人と家族の会 宮城県支部	月～金(祝日除く)9時～16時	022-263-5091
電話相談110番 認知症の人と家族の会・本部	月～金(祝日除く)10時～15時	0120-294-456

◆ 診断されたご本人のための相談	問合せ日時	電話番号
おれんじドア (第4土曜日 14～16時) ※認知症と診断されたご本人のための相談会を仙台市内で 開催しています。日程や場所は、直接お問い合わせください。	月～金(祝日除く) 10時～15時	070-5477-0718

◆ 若年性認知症の相談	日時	電話番号
いずみの杜診療所地域連携室 RBA 相談室	平日 9時～16時	022-346-7068

◆ 介護保険に関する相談	日時	電話番号
松島町健康長寿課高齢者支援班	平日8時30分～17時15分	022-355-0677

### 認知症地域支援推進員の認知症相談

認知症の人との接し方や対応にお困りの方や自分が認知症ではないかと心配な方など、認知症に関する様々な相談を受け付けています。

- 松島町認知症地域支援推進員：グループホーム桜の家 内海裕氏
- 日時：毎月1日 10時～12時 ※予約制  
(1日が土日祝日の場合は、お問い合わせください)  
※広報の無料相談のページで日程をお知らせしています
- 場所：松島町高城字町53番地 SaKuRa (さくら) カフェ
- 問合せ：グループホーム桜の家 TEL355-0396  
松島町健康長寿課高齢者支援班 TEL355-0677



# 接し方 ～こんなとき、どうしたらいいの?～

## ご飯を食べたことを忘れる

～悪い対応の例～



～望ましい対応の例～



食事したばかりなのに忘れてしまい、「食べてない」と言うことがあります。つい「さっき食べたでしょ」と言いたくなりますが、否定せずに相手に話を合わせ、飲み物やお菓子を出したり、違う話題に切り替えたりしてみましょう。





## 地域で支えるためにできること

### 認知症の正しい知識を持つ

- 認知症になっても気軽に周囲に話せる雰囲気を作る
  - 声のかけ方や接し方を学ぶ
- ※被害妄想などの症状は、周囲のかかわり方によって症状が落ち着くことがあります。

### 地域のつながりを持つ

- 地域のサロンに誘う
  - ご近所でお茶のみする
- ※一人暮らしの方は認知症に気づきにくい場合があります。一人暮らしや高齢者だけで暮らしている方を孤立させないことが大切です。

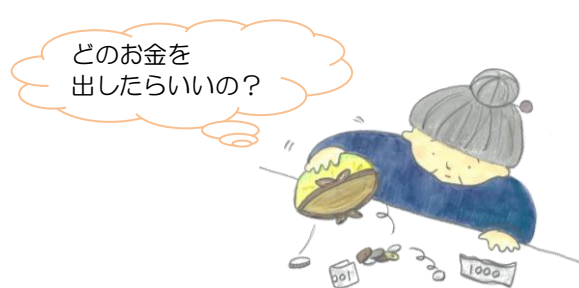
### 認知症の方に気づく

- 一人でうろうろしている
- 季節に合わない服装をしている
- スリッパのまま外を歩いている



### 困っている人を手助けする

- お店のレジでいくら出したら良いか迷っている人
- 道に迷っている様子の人 など



「あれ？」と思う人が歩いていたら、声をかけてみましょう！

～声をかけるときのポイント～

- ① 正面から穏やかに、あいさつしましょう。
- ② 名前や住所、これからどこに行くつもりか聞いてみましょう

### さぎ 詐欺から守る

不審な人がいたら情報を流したり、高齢者宅に不審な訪問客を見かけたら声をかけたりして、オレオレ詐欺や悪質な訪問販売から地域で守りましょう。



### みなさんも「認知症サポーター」になりませんか？

認知症サポーターは、認知症の正しい知識を持って、地域や職場で認知症の人や家族にできる範囲での手助けをする人です。認知症サポーター養成講座を受講すると、認知症サポーターになることができます。認知症について学び、声かけや手助けの方法を知りましょう。

定期的な講座のご案内は、広報などでお知らせしています。講座を実施して欲しい企業や団体などがございましたら、地域包括支援センターまでご相談ください。





## 介護を経験した方からのメッセージ ～その1～

夫は、60歳で認知症を発症して8年目に入ります。今は、施設と病院の往來をしている状況です。8年の年月には、一言では言い表せないほどの落ち込み、悩み、なかなか人には言えないつらさがありました。自分だけ我慢すればいいのか。神や仏はいるのだろうか。自分の運命へのいらだちや夫の人生への悔しさで涙する日々が続きました。子どもたちには、いい父親の状態での思い出、孫たちには優しいおじいちゃんのままの思い出を、ずっと抱いていてほしいと願いました。そして、今後の生活の不安などなど…悩みは尽きませんでした。

しかし、思い悩んでばかりでは、病気は待ってはいけません。残念ながら、今の時点で完治する方法はありません。必ず病気は進みます。夫の場合、人格が変わり一番近くにいる人に被害が加わりました。自分一人が耐えて頑張ればよいと思っていました。でも、限界がありました。一人では何も解決できないのです。まずは、現実を受け入れる力、その力で一歩ずつ前に進むことができました。駆け込み寺へ行く気持ちで地域包括支援センターへ行きました。すぐに相談にのっていただき、手続きやこれからのことなど親身になって考えてくれました。本人の今後のこと、そして介護者の気持ちを汲み取り、いつも見守ってくれているように感じます。

夫は少し落ち着いて生活しているようです。おいしいものを食べて穏やかな気持ちで日々を過ごしてほしいと思います。そして、身内、家族が心身共に健康で笑顔でいられる生活をするのが大切だと感じています。

(60代女性)



## 介護を経験した方からのメッセージ ～その2～

主治医) 「最近、特に困ったことない？」

夫) 「(家で) いろいろ注意されることがストレスになります。」  
ある日の外来受診時、予期せぬ夫の発言に一瞬驚いた。

- 昨秋来、・滞在先で自分の部屋に戻れなくなった
- ・複数の会話が一つしか受け入れられない
  - ・何事にもネガティブ思考になる
  - ・運転していて道路がわからなくなる
  - ・同じことを繰り返し聞く(話す) 等々の異変が多くなった。

「これで何回目よ！ちゃんと人の話を聞いているの！」と怒りを発散させて楽にさせている自分がいた。もしかして認知症では…と思い、かかりつけ医に相談し、専門医を受診。結果は予想通りだった。服薬開始となる夫に、家族の一員としての自覚を促し、メリハリのある生活を送ろうと話し合い、日課表を作成し実践することにした。と同時に、地域包括支援センターへ連絡、相談を希望したら、即丁寧な対応をしていただき、心が軽くなったのを覚えている。

現在、週一度のデイサービスに通所し、出足が好調で、早めの対応法を取って良かったなど感じている。過日、2度目の検査があり、主治医から「前回より良くなっているね。」と言われ、気を良くして帰宅した。久しぶりに夫の笑顔がみられ、感無量だった。

四六時中一緒にいると、頑張りすぎて夫の欠点ばかり目にとまり、つい口を出してしまう。夫を変えることはできないが、自分是被るると考え、接し方を反省し、夫との距離感を置くことで、いい関係が保てることを実感している。週2回の習い事を復活し、お互いの自由な時間を有効活用している。人生第三の峠といわれる老年期の真っ只中、取り越し苦労はしないで、今を大切に、心穏やかに過ごしていきたいと思う昨今である。

(60代女性)



## 認知症と診断されたご本人からのメッセージ

自分が認知症と診断されて半年が過ぎましたが、当初、自分が認知症であると受け入れることはできませんでした。でも、生活している中で、注意されることが多くなり、通院して服薬治療を受けているのが現状です。現在、週一度デイサービスに通所していますが、同年代の人たちと楽しい一時を過ごしています。

松島に生まれ、育ち、現在も松島に住んでいます。環境が変わらないのが何よりです。周りの方々や妻からの支えて、大病や幾多の困難を乗り越えてこられたと感謝しています。

これからは、自分のできることは、地域の一人として微力ながら貢献しつつ、認知症が進まないよう努めていこうと思っています。

(70代男性)



松島町認知症ケアパス「認知症になっても一緒に松島で暮らしましょう」

平成29年3月作成、令和2年8月改訂

編集・発行 松島町 健康長寿課 高齢者支援班

松島町根廻字上山王 6-27 保健福祉センターどんぐり内

Tel.022-355-0677

編集協力 松島町生活支援・介護サービス基盤整備協議体 認知症部会

4コマ漫画作成 グループホーム桜の家・介護職員

イラスト協力 町民ボランティア

各イラストの無断使用はご遠慮ください。