

## 早く相談することでできること

早期に…

### 発見 すれば

#### 準備ができる

症状が軽いうちに病気について話しあうことで、将来の生活に備えができます。本人だけでなく、周りの人も症状を理解し適切な対応をすることで、本人の困りごとが軽減します。

### 診断 すれば

#### 治療ができる

原因になっている病気には早期に治療すれば改善が可能なものもあります。また、中には一時的な症状の場合もあるので、原因がわかることで、その後の対処法が変わってきます。

### 治療 すれば

#### 症状の進行を遅らせることができる

原因になっている病気によって、治療方法が異なります。適切な治療を受けることで、進行を遅らせることができる場合もあります。

## 本人・家族のつどいの場

### ■ オレンジカフェ

認知症の方やその家族、地域住民等どなたでもご自由に参加できる場所です。

お茶やコーヒーを飲みながら、日々の暮らしで心配なこと、認知症のこと、介護のこと等を気軽に相談したり、ゆっくりと過ごす場です。



#### カフェとまと

【日 時】毎週水曜日（祝祭日は休み）  
13時～15時

【場 所】大原公民館 隣

【問合せ】☎0858-22-4226（倉繁宅）

#### マグCafe

【日 時】毎月第1金曜日（祝祭日は休み）  
13時30分～15時

【場 所】地域ケアセンターマグノリア

【問合せ】☎0858-26-3922

#### サン・フラワーカフェ

【日 時】毎月第3水曜日（祝祭日は休み）14時～15時

【場 所】ル・サンテリオン 【問合せ】0858-26-3051

### ■ 介護家族の集い

【問合せ】倉吉市役所 認知症相談室 ☎0858-24-5416

認知症の人等を介護する家族が集まって、日頃の悩みを気軽に語り合うための会です。

#### 倉吉会場

【日 時】毎月第2水曜日  
13時30分～15時30分

【場 所】倉吉交流プラザ

#### 関金会場

【日 時】4月・7月・10月・1月 第4水曜日  
13時30分～15時30分

【場 所】高齢者生活福祉センター

## 倉吉市認知症ケアの流れ

認知症の発症前や発症して症状が進行していく段階で「本人の様子」や「暮らしの中の困りごと」に応じて「本人や家族に必要なサービス」を示したものです。

### 認知症に関する問合せ先・相談先

#### ■ 認知症地域支援推進員

認知症地域支援推進員が認知症やその家族の相談に対し、状況に応じて、必要な医療や介護等のサービスが受けられるよう、関係機関との連携をとりながら相談支援を行います。

☎0858-24-5416（倉吉市役所 認知症相談室内）

#### ■ お住まいの地域を担当する地域包括支援センター

65歳以上の高齢者やその家族の支援するための総合相談窓口です。

担当地域	上井・西郷・灘手	マグノリア地域包括支援センター	☎0858-26-3922
	上北条・社・高城	うつぶき地域包括支援センター	☎0858-26-6378
	上灘・成徳	倉吉中央地域包括支援センター（上灘・成徳）	☎0858-22-6102
	明倫・小鴨	明倫・小鴨地域包括支援センター	☎0858-23-7106
	北谷・上小鴨・関金	かもがわ地域包括支援センター	☎0858-45-3888

#### ■ 鳥取県認知症コールセンター・鳥取県若年性認知症サポートセンター

認知症、介護の問題、介護家族の悩みの相談を受け付けています。

☎0859-37-6611（毎週月～金曜日 10時～18時）

#### ■ 鳥取県認知症疾患医療センター（倉吉病院）

認知症の方やご家族、関係機関からの認知症に関する相談に応じます。認知症か、その他の病気か必要な検査等を行い、総合的に判断します。診断に基づきその方に応じた治療などの方針を検討します。

☎0858-26-1015

#### ■ 運転免許の相談

中部地区運転免許センター

☎0858-35-6110



お問い合わせ先

倉吉市役所 長寿社会課 ☎0858-22-7851

各地域包括支援センター ☎上記参照

# 認知症の経過によって、利用できる支援が変わっていきます

	発症前（認知症予備軍）	症状はあっても日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助けや介護が必要	常に介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 探し物が多くなる</li> <li>● 人や物の名前が出にくい</li> <li>● 約束を忘れてしまうことがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 買い物や金銭管理にミスが見られるが、日常生活はほぼ自立している</li> <li>● 財布や通帳など大事なものをなくすことがある</li> <li>● 新しいことがなかなか覚えられない</li> <li>● 探し物が増える、料理の準備や手順を考えるなど、状況判断が必要な行為が難しくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 買い物など今までできていたことにミスが目立つ</li> <li>● お金や薬の管理が難しくなる</li> <li>● 電話の対応や訪問者の対応が一人では難しい</li> <li>● よく知っている場所で道に迷うことがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 自宅内でもトイレの場所がわからなくなる</li> <li>● 排泄の失敗が増えてくる</li> <li>● 時間・場所・季節がわからなくなる</li> <li>● 遠くに住む子供や孫がわからなくなったり、親しい人がわからなくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 自由に身体を動かせなくなる</li> <li>● 言葉によるコミュニケーションが難しくなる</li> <li>● 飲み込みが悪くなったり食事に介助が必要</li> <li>● 飲食・排泄・入浴など日々の行為が困難</li> </ul>
生活のポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 趣味や友人との交流を続け、地域の行事に参加しましょう</li> <li>● 適度な運動、バランスの良い食事、十分な睡眠、健康管理をしましょう</li> <li>● かかりつけ医を決め、必要な時は相談しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 今までの趣味や日課を続け、規則正しい生活をしましょう</li> <li>● 大事なことはメモに書きとめたり、張り紙をしたりしましょう</li> <li>● 早めに専門医を受診しましょう</li> <li>● 介護保険サービスの利用を検討しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● お金の管理や契約のサポートについて考えましょう</li> <li>● 火の始末や道に迷う等、思いがけない事故に備えましょう</li> <li>● 認知症であることを周りの人に伝え、理解者や協力者をつくりましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 万一の行方不明に備え、外出先から自宅にもどれなくなることを想定し、居場所がわかる物を携帯するようにしましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 話しをすることが難しければ、スキンシップや表情、しぐさから気持ちをくみ取りましょう。「気持ちいい」「おいしい」はいつまでも残る感情です</li> <li>● 可能な範囲で外出の機会を作りましょう</li> </ul>
主な支援・サービス	学ぶ・予防・交流・活動 ボランティア活動による社会参加「倉吉市介護支援ボランティア」：シルバー人材センター ☎0858-22-0870 地区公民館を会場に実施している介護予防教室「なごもう会」：長寿社会課・なごもう会 ☎0858-24-5416 介護予防教室・認知症予防教室：地域包括支援センター 健康診断「特定健診」・「長寿健診」：健康推進課 ☎0858-27-0030 / 認知症簡易検査「もの忘れ健診」：地域包括支援センター 交流の場への参加「地域サロン」・「老人クラブ」：社会福祉協議会 ☎0858-22-5248				
	生活支援安否確認権利を守る 栄養バランスのとれた食事を提供するとともに安否確認を行う「配食サービス」：地域包括支援センター 「ふれあい給食」：社会福祉協議会 ☎0858-22-5248 日常生活における軽易な作業の援助（買い物・掃除など）「軽度生活援助事業」：地域包括支援センター 24時間体制で緊急通報や相談を受付、急病や災害時等の緊急時に対応し電話での安否確認を行う「緊急通報システム」：地域包括支援センター 心配事の相談、地域の見守り「民生委員・福祉協力員」 お金の管理や財産についての相談「日常生活自立支援事業」「成年後見制度」：あんしん相談支援センター（倉吉市社会福祉協議会 ☎0858-24-6265）・中部成年後見支援センター（ミットレーベン ☎0858-22-8900） 認知症等により行方不明になった際、早期に発見・保護するために、高齢者等の情報を事前に登録する「認知症高齢者等事前登録制度」：長寿社会課 認知症について正しい認識を持ち、認知症の人やその家族に対して暖かい目で見守っていただく地域の応援団を養成「認知症サポーター養成講座」：地域包括支援センター				
	家族支援 認知症の家族の方等が日ごろの思いや悩み等を気軽に語り合う集いの場「介護家族の集い」：倉吉市役所 認知症相談室 ☎0858-24-5416 認知症の相談や人との交流ができる場、認知症の人や家族が安心して過ごせる場（オレンジカフェ）：「オレンジカフェとまと」・「マグCafe」・「サン・フラワーカフェ」				
	介護保険 本人や家族の相談に応じ、介護保険に関する手続きの支援、情報提供やサービス計画書の作成、サービス調整：地域包括支援センター・居宅介護支援事業所 通所サービス・訪問サービス等				
	医療 かかりつけ医・かかりつけ薬局 認知症かどうかの診断を受けることができる専門の医療機関「鳥取県認知症疾患医療センター（倉吉病院）」「鳥取県立厚生病院」「野島病院」 医療の専門職に自宅に来てもらう（訪問診療・薬局・訪問歯科診療）				
	住まい 有料老人ホーム・サービス付き高齢者住宅・ケアハウス 生活の環境を整えるサービス（住宅改修・福祉用具貸与・購入） 老人保健施設・グループホーム・特別養護老人ホーム				

