



認知症
ガイド
ブック
改訂版2023

認知症になっても
安心して過ごせる
嘉麻市を目指して



嘉麻市

はじめに

嘉麻市では厚生労働省の「認知症施策推進大綱」に基づき、認知症になってもできる限り住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けられるように、認知症の方やその家族にやさしい地域づくりを目指して、「嘉麻市認知症ガイドブック改訂版2023」を作成しました。

本冊子は、平成30年(2018)3月に作成しました「嘉麻市認知症ガイドブック」の改訂版として発行しております。

認知症かもしれないと気づき、どう対応したらいいのかわからない、認知症の症状が進んでいないか心配なときなど、この「嘉麻市認知症ガイドブック改訂版2023」を開いて、認知症の知識や対応のポイント、適切なケアやサービス、相談先などを知るためにご活用いただきたいと思います。

自分や大切な家族が、将来認知症になるかも知れません。この「嘉麻市認知症ガイドブック改訂版2023」が、認知症について考えていただく機会になれば幸いです。

令和 5年 3月

嘉麻市長 赤間 幸弘

.....

発行：嘉麻市高齢者介護課

編集：嘉麻市認知症ネットワーク調整会議

もくじ

1. 認知症について	1
2. 認知症の中核症状とBPSD（行動・心理症状）	2
3. 軽度認知障害（MCI）について	3
4. 認知症の早期発見・早期治療	4
5. 認知症を予防する生活習慣	5
6. 認知症の方との接し方について	8
7. 見守り支え合う	12
8. サービスの利用について	14
9. 認知症の方の権利を守る	15
10. 認知症高齢者の自動車運転について	17
11. 認知症ケアパス	19
12. 相談連絡先一覧	22

1. 認知症について

○認知症とは？

認知症とはさまざまな原因によって脳の神経細胞の働きが失われたり悪くなったりして、記憶力や判断力などが低下し、生活に支障がでる病気のことです。



○認知症と老化によるもの忘れとの違い

認知症	<p>もの忘れの自覚がない</p>	<p>ご飯を食べたことなど体験したこと自体を忘れる</p> <p>ごはんはまだ？</p>	<p>判断力が低下する</p> <p>ど、どうしよう！ どれ飲むだろう？！</p>	<p>時間や場所、人との関係が分からなくなる</p> <p>どなたですかね？</p>
老化によるもの忘れ	<p>もの忘れの自覚はある</p> <p>何だったかのう？</p>	<p>ご飯のメニューなど体験の一部を忘れる</p> <p>ゆうべ何食べたっけ？</p>	<p>判断力の低下は見られない</p> <p>あら！飲み忘れてた！</p>	<p>時間や場所、人との関係などは分かる</p> <p>あなた確かお隣の... えーと</p> <p>〇〇です こんにちは</p>

参考：知ってあんしん 認知症ガイドブック(認知症ケアパス)
医学監修：遠藤 英俊 国立長寿医療研究センター 内科総合診療部長

○認知症の種類と特徴



2. 認知症の中核症状とBPSD(行動・心理症状)

中核症状

治すことが
難しい

- ◆ もの忘れ
- ◆ 状況判断ができない
- ◆ 計算ができない
- ◆ 時間・場所・人が認識できない
- ◆ 手順よく物事を進められない
など



BPSD(行動・心理症状)

- ◆ 無気力になる
- ◆ 物が盗まれたと騒ぐ
- ◆ 徘徊
- ◆ 怒りっぽい・怒鳴る
- ◆ なかなか寝付かない など



改善する
可能性が
ある

BPSD は中核症状をもとに、本人のももとの性格や心の状態、人間関係、生活環境などの要因が絡み合って出てきます。介護者の接し方や適切な薬物治療により一般的に改善が可能です。

参考: 本人・家族の安心と笑顔を地域でサポートする認知症ケアパス
みんなで知ろう! 学ぼう! 身近な認知症

監修: 順天堂大学大学院 医学研究科 精神・行動科学教授・医学博士 新井 平伊

3. 軽度認知障害(MCI)について

○軽度認知障害(MCI)とは？

認知症と健常な状態の間のグレーゾーン、「認知症予備軍」を指します。

軽度認知障害(MCI)のサイン

会話のつじつまが合わない

例：何度も同じ話をする。「あれ」「それ」で話す。など

身だしなみを構わなくなった

例：髪の毛やひげの手入れがされていない。臭くなってきた。
服装が汚れている。季節にそぐわない服を着ている。など

とりつくろい、場合わけをする

例：理解していないのに、わかったふりをする。など

近所なのに道に迷っている

電化製品の操作に手間取る

ささいなことで怒りっぽくなった

車の傷が増えた

など



軽度認知障害 (MCI) のうちに対応すれば、認知機能を回復したり、維持できたりすることがあります。健康診断の1つとして早めに受診をしましょう。

○受診するときのポイント

認知症の症状のあらわれ方には個人差があり、お医者さんの前では比較的是っきりと受け答えができる場合もあります。

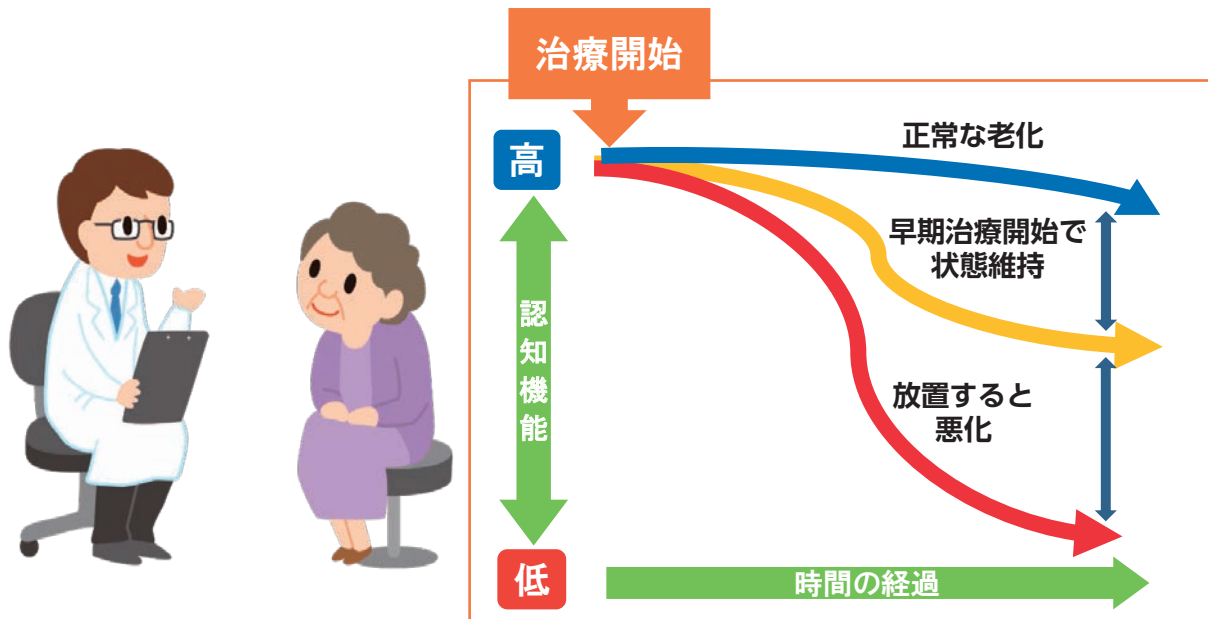
※いつから、どのような変化や症状が出てきたのか、生活習慣、既往歴などもなるべく具体的にメモしておきましょう。

日時	状況	症状
〇月〇日		
〇月〇日		
〇月〇日		
〇月〇日		



4. 認知症の早期発見・早期治療

認知症は進行性の病気なので、早期発見・早期治療が大切です。



○早期発見による3つのメリット

メリット1

今の状態を維持できる

悪化する前の適切な治療やサポートが、進行のスピードを遅らせることができる場合もある。

メリット2

事前に準備ができる

本人や家族で話し合っって認知症に向き合う準備ができる。

メリット3

原因となる病気がみつかる

認知症の原因となる病気はさまざまだが、早期発見・早期治療により、改善が期待できるものもある。
(脳腫瘍・慢性硬膜下血腫など)

○どんな病院にかかればいいのか？



かかりつけ医

専門医受診にためらいがある場合は、かかりつけ医に相談してみましょう。専門医へ紹介してもらうことができます。



認知症専門医

認知症に関する経験や知識が十分であると、認定を受けた専門医です。



認知症医療センター

認知症の相談や診断、入院の必要がある場合は、地域の病院と連携して入院受付をおこなっています。

5. 認知症を予防する生活習慣

『予防』とは、認知症にならないではなく、『認知症になるのを遅らせる』
『認知症になっても進行をおだやかにする』という意味です。 認知症施策大綱より

○家でできる運動の例

運動には、健康寿命を延ばす効果があり、認知症予防にも役立ちます。



もも上げ運動

身体が後ろに
そらないようにし
足を交互に20回
上げる。



かかと上げ運動

背筋をしっかり伸ばし
①かかを10回上げる。
②かかを上げて10数
える。

その他に、ラジオ体操・踏み台昇降・ストレッチ・ヨガ・エア縄跳びなどがあります。
1日30分以上を目安に、取り組みましょう。

○嘉麻市でおこなわれている運動教室 等

いきいき運動教室

開催：年1回
週1回（全14回）
対象者：介護認定を受けていない
70歳以上の嘉麻市民
送迎：送迎あり（定員あり）



らくらく水中運動教室

開催：年1回
週1回（全16回）
対象者：介護認定を受けていない
70歳以上の嘉麻市民
送迎：送迎あり（定員あり）



運動教室(OB会)

※いきいき教室（山田地区）
※夢サイトわくわく会（嘉穂地区）
※碓井さくら会（碓井地区）
※稲築にこにこ会（稲築地区）
対象者：嘉麻市民



元気でい隊教室

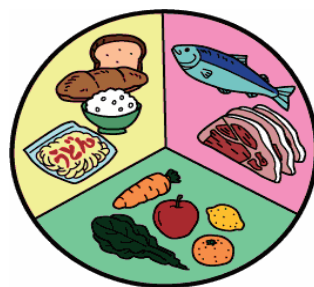
対象者：介護認定を受けていない65歳以上の方で、基本チェックリストの結果で
該当した方。介護保険の認定申請をおこなって、非該当になった方
期間：3か月（12回コース）で、1回2時間程度、送迎あり



お問い合わせ先：高齢者相談支援センター 42-7434

○食習慣の改善

- ①水分補給をしっかりとる
- ②青魚を積極的に食べましょう
- ③野菜や果物を積極的に食べましょう

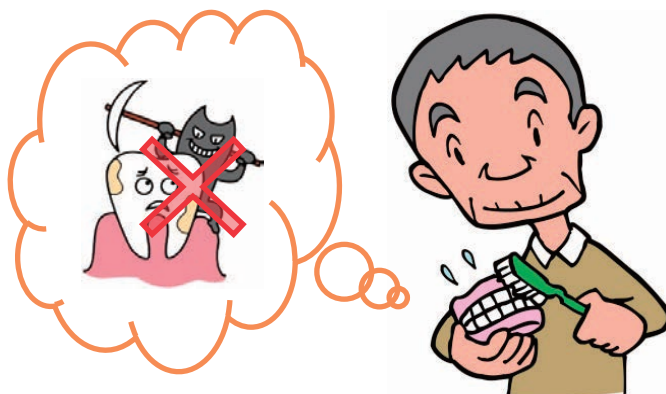


○口腔ケア

●口腔内の清掃を中心とするケア

・歯周病菌と認知症

- ①歯周病菌に感染
↓
- ②脳内に炎症が波及
歯周病菌の毒素が増加
- ③アルツハイマー病の原因
アミロイドβが増加
↓
- ④記憶学習能力が低下
(認知症のリスクが高くなる)



●口腔運動などの機能訓練を中心とするケア

・「パタカラ体操」で誤嚥を防ぐ

口腔体操で代表的なものに「パタカラ体操」があります。この体操は、食べ物を喉の奥まで運ぶのに必要な、口の周りや舌の筋肉を鍛え、誤嚥を防ぐものです。

「パ」「タ」「カ」「ラ」の音を口を大きく動かして、はっきり発音しましょう。



食べ物を口の中に取り込んで、こぼさないようにする役割



食べ物を押しつぶしたり、口の奥に運ぶ役割



食べ物をスムーズに食道へ運ぶ役割



舌を使って食べ物をのどの奥へ送り込む役割

●認知症が原因で口腔機能が低下すると……

誤嚥性肺炎(ごえんせいはいえん)

糖尿病

脳梗塞・脳出血・心臓病など

インフルエンザ・新型コロナ・風邪

○難聴のケア

難聴になると人の声が聞き取りにくくなり、会話をすることが難しくなります。その結果、家族や周囲の方との関わりが少なくなり、脳への刺激が減ることで認知能力の低下がみられることがあります。早めの耳鼻科の受診や補聴器の活用を検討しましょう。



○社会参加

さまざまな行事やボランティアなどに参加したり、身だしなみにも気を配り、周囲の方とふれあい、社会との接点を持ち続けましょう。



お元気デイ

ビーズ細工や編み物など、手芸を楽しめる場所です。お話ししながら楽しく作りませんか？

対象者：65歳以上の嘉麻市民

日 時：毎週木曜日

会 場：なつきの湯

お問い合わせ先：
高齢者相談支援センター
42-7434



オレンジサロン

だれもが気軽に立ち寄り、おしゃべりしたり、日頃の悩みや不安なことも言える場所です。楽しい時間を一緒に過ごしてみませんか？
★市内14会場でおこなわれています。

お問い合わせ先：
高齢者相談支援センター
42-7434



ふれあいいきいきサロン

サロンでは地域の公民館や集会所に集まって自分たちで企画した体操や食事会、おしゃべりなどを通して、仲間づくりや健康づくりをおこなっています。

お問い合わせ先：
嘉麻市社会福祉協議会
43-3511



協議体

協議体では、地域にお住いの方や勤めている方々が集まって、自分たちの困りごとや心配なことを話し合い、解決できる仕組みづくりをおこなっています。

お問い合わせ先：
嘉麻市社会福祉協議会
43-3511



男性料理教室



自分では作れないと諦めていませんか？料理や栄養を、基礎から学び、健康のために手作りの一品を増やしませんか？

お問い合わせ先：
健康課・健康推進係
42-7430



老人クラブ

地域づくり、生きがいづくり、健康づくり、仲間づくりのために、様々な活動をおこなっています!!スポーツ大会・講演会など他にも色々あります。

お問い合わせ先：
嘉麻市老人クラブ連合会
事務局 42-7432



6. 認知症の方との接し方について

認知症の症状は、本人が最初に気づくことが多いようです。認知症が進むと、今までできていたことが徐々にできなくなります。また、認知症特有の「もの忘れ」が重なると、自分に何かが起こっているという不安を感じ始めます。誰よりも心配し、苦しみ、悲しんでいるのは、認知症になった本人だということを考えながら接することが大切です。

● 基本姿勢 ●

認知症の方への対応の心得“3つの「ない」”

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

● 具体的な対応の7つのポイント ●

1. まずは見守る

まずは一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、ジロジロ見るのは禁物です。

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、相手にも伝わり動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

3. 声をかけるときは一人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけましょう。

4. 後ろから声をかけない

唐突な声掛けは禁物。「何かお困りですか？」など、優しく声をかけましょう。

5. 相手の目線に合わせて

小柄な方の場合は、体を低くして目線を同じにして対応しましょう。

6. おだやかに、はっきりした話し方で

高齢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しましょう。

7. 相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

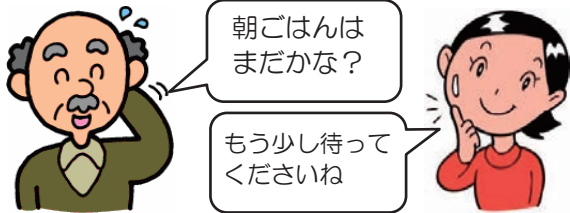
認知症の方は、せかされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。

参考：全国キャラバンメイト連絡協議会「認知症を学び地域でささえよう」

○こんなときどうする？

「こんなことがあったらどうすればいいの？」という事例を紹介します。
参考にしてみてください。

こんなとき 食べたはずなのに「ごはん、まだ？」



直近の出来事を忘れてしまう

どうする？

- 「今準備しているから、先にこれでも食べててね」とフルーツなどを出す
- 庭木の手入れなど、別の事をしてもらい、関心を他にそらす
- ✕→「さっき食べましたよ」とさとすのは逆効果

こんなとき 財布などをなくして「盗まれた！」



どうする？

- 訴えに耳を傾けて、一緒に探しながら関心を他にそらす
- 探し物は、本人が見つけれられるように誘導する
- ✕→置き忘れやしまい忘れを指摘したり、怒ったりするのは逆効果

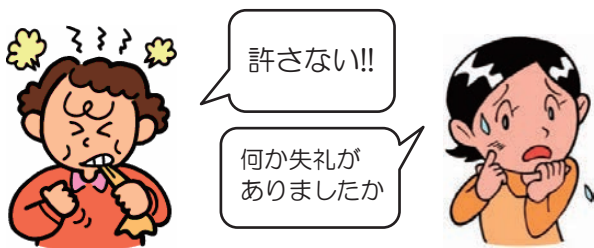
こんなとき 実際には何もいないのに「〇〇がいる！」



どうする？

- 本人は見えているので、否定せずに受け入れる
- 話を合わせて、恐怖感を取り除く
- ✕→頭ごなしに否定しない

こんなとき 急に興奮して「攻撃的」になる



どうする？

- 怒りの理由をたずねたり、よく話を聞く
- 本人が落ち着ける環境へ移動する
- ✕→力で抑え込んだり、説得しようとするのは逆効果

こんなとき 「徘徊して迷子に」になってしまう



どうする？

- 外出の理由をたずね、同行したり別な事の話をして、気をそらす
- 一人で外出して、帰る事が困難になった時は、**嘉麻市情報提供シート（SOSシート）**を提出しておきましょう
- 嘉麻市情報提供シートのお問い合わせ先：高齢者相談支援センター 42-7434**

本人は何か目的がある場合もある

どうしよう！
どこにも見当たらない

行方不明の高齢者を出さないために…

嘉麻市高齢者対策ネットワークと 情報提供シート活用の流れ

- ①担当ケアマネ等（施設職員含む）・高齢者相談支援センター（地域包括支援センター）・嘉麻警察署から、
行方不明となるリスクの高い高齢者本人や家族へのシート提出呼びかけ
- ②家族、担当ケアマネ等（施設職員含む）からのシート提出

手挙げ方式の
事前登録制採用



※おおむね2年ごとに更新
変更があれば、その都度変更届出

- ③ 嘉麻市高齢者介護課 受付



- ④高齢者相談支援センター（地域包括支援センター）は嘉麻警察署生活安全課
と在宅介護支援センター（活用の場合のみ）に情報提供

緊急時の対応

家族等からの行方不明等、届出



嘉麻市高齢者介護課

嘉麻市役所総務課
防災無線
（活用の場合のみ）

在宅介護
支援センター
（活用の場合のみ）

防災メール
まもるくん
（活用の場合のみ）

情報提供シートの利点

- ①リスクの高い高齢者の情報を事前に登録することで、
緊急時に慌てずに関係機関に連絡、依頼できる。
- ②高齢者が家族や、施設等が気づかない間に行方不明となり嘉麻署で保護された際に、事前に情報提供することにより本人の身元確認作業に時間を要しない。

お問い合わせ先
嘉麻市高齢者介護課
42-7432

情 報 提 供 シ ー ト

※新規・更新・取消のいずれかに○（取消の場合は理由） (No.)

新規	更新・変更	取消 ()	申請日： 年 月 日
-----------	--------------	---------------	------------

在宅 ・ 施設	施設名： (居宅)	担当者 (ケアマネ)	利用 サービス
---------	--------------	---------------	------------

本人氏名	性別	性 別	生 年 月 日	年 齡
	(旧姓：)	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	明治 大正 昭和	年 月 日

住所	TEL	
	FAX	

相談者	性別	性 別	生 年 月 日	年 齡
		<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	年 月 日	歳

緊 急 時 連 絡 先

(氏名)	続柄	住所	
		TEL	携帯電話

(氏名)	続柄	住所	
		TEL	携帯電話

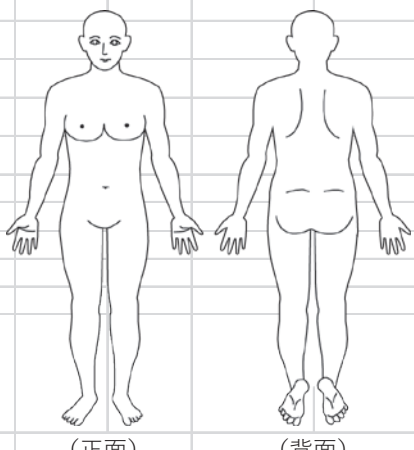
《現病歴・既往歴》

年 月 日	病 名	医療機関・医師名	電 話	経 過	内 容 (受診・服薬状況)
				<input type="checkbox"/> 治療中 <input type="checkbox"/> 経過中 <input type="checkbox"/> その他	
				<input type="checkbox"/> 治療中 <input type="checkbox"/> 経過中 <input type="checkbox"/> その他	

コ ミ ュ ニ ケ ー シ ョ ン 能 力

意思伝達	<input type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> やや困難	<input type="checkbox"/> かなり困難	<input type="checkbox"/> 不能
視 力	<input type="checkbox"/> 支障なし	<input type="checkbox"/> 支障あり			
聴 力	<input type="checkbox"/> 支障なし	<input type="checkbox"/> 支障あり			
理解力	<input type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> やや困難	<input type="checkbox"/> かなり困難	<input type="checkbox"/> 不能
依存度	<input type="checkbox"/> 高い	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> やや低い	<input type="checkbox"/> 低い	
精神状態	<input type="checkbox"/> 高い	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 不安定		

身 体 状 況

写 真	身長		Cm	△障害部位 ×欠損部位 ●褥瘡部位
	体重		Kg	
		(正面)	(背面)	

7. 見守り支え合う

○認知症サポーター養成講座



認知症を理解し、認知症の人やその家族への接し方などを学ぶ講座です。

修了者には「認知症サポーター」としてオレンジリングをお渡しします。



認知症サポーターは、何か特別なことをする人ではありません。「温かい目で見守ること」から一歩進んで、地域や職場などで困っている人がいたら、「なにかお手伝いすることがありますか」と一声かけてみましょう。認知症サポーター養成講座の受講希望の方は、下記までお問い合わせください。



お問い合わせ先：
高齢者相談支援センター 42-7434

○嘉麻市認知症家族の会 ～こころ音の会～

介護で疲れたり、悩んだりしていませんか？

嘉麻市で認知症の方の介護をしている家族の集いを開催しています。

- ・一人で悩まず、たまには愚痴や不満を吐き出してみませんか？
- ・お茶でも飲みながら、気軽に情報交換しましょう。
- ・事前の申し込みは必要ありません。お気軽にご参加ください。

- ＊場所：嘉麻市社会福祉協議会事務所
(旧山田ふれあいハウス 嘉麻市上山田502番地6)
- ＊日時：開催日は下記までお問い合わせください。
- ＊参加費：無料(茶菓子代等で100円)



お問い合わせ先：
嘉麻市社会福祉協議会 43-3511

○嘉麻市 チームオレンジ ～こんな時にはチームオレンジ員へ

嘉麻市では、地域で暮らす認知症の方や家族が安心して暮らしていけるように支援に取り組む「チームオレンジ員」がいます。

～認知症の方とその家族を支えます～ **嘉麻市 チームオレンジ** ＝伴走型支援体制＝

認知症の家族を
介護している…
相談したいことが
ある

こんな時には…



最近、もの忘れが
心配で…

認知症になっても
誰かとお話できる場所
があるかなあ

こんな時は
どこに相談すれば
いいのかしら？

～チームオレンジ員はここにいます。お気軽にお声かけください～

在宅介護支援センター
稲築西地区・稲築東地区
嘉穂地区・碓井地区
山田地区

高齢者相談支援センター
庁舎2階 26番窓口
42-7434

オレンジサロン会場

地域住民

8. サービスの利用について

○介護の負担を一人で抱え込まない

○介護保険のサービスや高齢者福祉サービスを上手く利用しましょう

在宅サービスの例

◎訪問介護(ホームヘルプ)

ホームヘルパーによる自宅での生活上の介護や支援のサービスです。



◎通所介護(デイサービス)

デイサービスセンターでおこなう日帰りの日常生活支援です。



◎訪問看護

医師の指示により、看護師などがおこなう自宅での診療や療養の補助です。



◎短期入所生活介護(ショートステイ)

介護老人福祉施設などに短期間入所しておこなう日常生活支援や機能訓練です。



お問い合わせ先: 高齢者介護課 介護給付係 42-7431

地域密着型サービスの例

◎認知症対応型共同生活介護

(グループホーム)

認知症の人が共同生活をする住宅で受ける日常生活上の世話や機能訓練です。



お問い合わせ先: 高齢者介護課 介護給付係 42-7431



高齢者福祉サービスの例

◎配食サービス など

栄養バランスのとれた夕食(弁当)をご自宅まで配達し、あわせて安否確認をおこないます。



お問い合わせ先: 高齢者介護課 高齢者支援係 42-7432

※サービス利用にあたっては、条件があります。

9. 認知症の方の権利を守る

認知症になると判断力が低下してしまうため、自分で財産管理したり契約を結んだりすることが困難になります。

また、一人暮らしの高齢者は話し相手になってくれると、つい話を聞いてしまいます。そのため、詐欺などにあう可能性も十分に考えられますので、あらかじめ対策しておくことで、安心して生活を送ることができます。

○詐欺にあわないための対策

◎家族と暮らしている人

家族が家を空けて一人で家にいるときは、「電話を留守番電話にする」「インターホンは切っておく」ことなどを、心がけましょう。

◎一人暮らしの人

「怪しいと思ったら、電話や玄関に出ない」ようにしましょう。
※すぐに契約せず、家族や知人に相談しましょう。



○もし、詐欺にあってしまったら？

- ① 振り込め詐欺にあったと気づいたら、まずは「**警察**」に連絡しましょう。
そして、本人の通帳からこれ以上、お金を引き出されないようにしましょう。
- ② 必要のない契約などに気づけば、「**消費生活センター**」に連絡しましょう。
- ③ 契約した日から、8日以内であれば「**クーリングオフ**」が可能です。



お問い合わせ先：

嘉麻警察署 57-0110

飯塚消費生活センター 22-0857

○弁護士による無料法律相談

日常生活での様々な問題（相続問題・金銭や契約トラブルなど）について、弁護士が相談に応じます。（事前に予約が必要になりますので、相談日等については下記までお問い合わせください。）



お問い合わせ先：

総務課市民相談係 42-7415



○成年後見制度のご案内～大切な財産や権利を守るために～

成年後見制度は、認知症・知的障がい・精神障がいなどによって判断能力が不十分な人が、社会で不利益や被害を受けることがないようにするための制度です。

「成年後見人」や「保佐人」などが本人に代わって財産の管理や日常生活上の手続きをおこない、不利益を受けないようにします。

●こんなときに成年後見制度をご活用ください

事例①

ひとり暮らしの父親が、訪問販売で使うはずもない高価な品物を買ってしまい、困っている。



事例②

認知症の母親名義の定期預金を解約して母親の入院費用にあてたい。



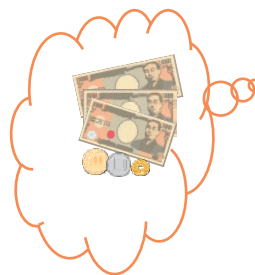
事例③

今は元気だが、将来的に認知症になるなどの不安がある。



事例④

最近もの忘れがひどくなってきたので、財産管理などが不安になってきた。



お問い合わせ先：

高齢者相談支援センター 42-7434

嘉麻市社会福祉協議会

かま権利擁護センター 43-3511(代表)

10. 認知症高齢者の自動車運転について

現在、高齢運転者の事故が増加傾向にあり、ブレーキとアクセルの踏み間違いなどの操作不適、歩行者の飛び出しや急な車線変更などに、とっさの判断ができないことでの重大事故が多く発生しています。



○運転免許証自主返納

運転に不安を感じ、運転免許証を返納したいと考えている方は、運転免許取り消しの申請（自主返納）ができます。また、運転免許証を自主返納された方は、返納後5年以内であれば「**運転経歴証明書**」を申請することができます。

○運転経歴証明書の申請について

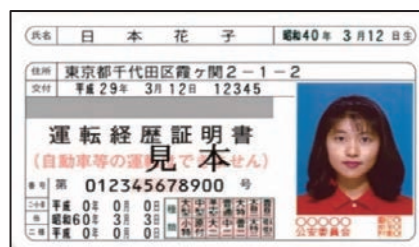
運転経歴証明書とは、運転免許証に代わる公的な本人確認書類として、利用することができます。

◎申請場所

- ・自動車運転免許試験場
- ・警察署交通課
- ・警察本部運転免許管理課

◎申請手数料が必要

※申請にあたって必要な書類および詳細については、下記へお問い合わせください。



運転経歴証明書（見本）
警察庁HPより

お問い合わせ先：

福岡県警察本部 092-641-4141(代表)



○嘉麻市高齢者運転免許証自主返納支援事業

嘉麻市は、すべての運転免許証を自主的に返納された70歳以上の方に対し、市バスやタクシーの回数券などを交付しています。

◎対象者(以下の条件をすべて満たす方)

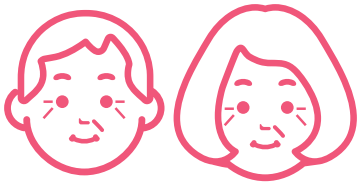
- ・所有する全ての運転免許証を自主的に返納された方
- ・嘉麻市の住民基本台帳に記録され、自主返納した日において70歳以上の方
- ・運転免許証を自主返納した日から、6か月以内に申請された方

お問い合わせ先：

防災対策課 消防安全係 42-7418



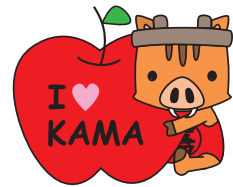
運転行動チェックリスト



ご自身の運転状況（ここ半年間程度）についてお答えください。
該当する設問に○を入れてください。

1	右左折時に周囲にいた歩行者や自転車に気づかず、ヒヤリとしたことがあった	<input type="radio"/>
2	以前と比べて急発進や急ブレーキ、急ハンドルなどが増えた	<input type="radio"/>
3	車間距離が思ったように維持できない（前の車から離れすぎたり、近づきすぎたりする）	<input type="radio"/>
4	発進や車線変更、曲がる際に安全確認不足でヒヤリとすることが増えた	<input type="radio"/>
5	合流が苦手になった	<input type="radio"/>
6	普段通らない道を走ると、余裕がなくなり不注意な運転となることがある	<input type="radio"/>
7	高速道路を利用することが苦手になった	<input type="radio"/>
8	道路や周囲の交通に合わせて速度を調節することが難しくなった	<input type="radio"/>
9	以前と比べて車庫入れ（指定枠内への駐車）がうまく出来ず時間がかかることが増えた	<input type="radio"/>
10	気が付いたらセンターラインを越えて走行していたことがある	<input type="radio"/>
11	ウインカーの出し忘れや、戻し忘れをすることが増えた	<input type="radio"/>
12	アクセルとブレーキを踏み間違えたことがある	<input type="radio"/>
13	運転中に些細なことでイライラすることが増えた	<input type="radio"/>
14	今まで知っていたはずの道路標識があるが判らなくなってしまうことがある	<input type="radio"/>
15	ぼんやりしたり、わき見の多さで運転に集中できないことが増えた	<input type="radio"/>
16	以前と比べて運転すると疲れるようになった	<input type="radio"/>
17	車庫入れや狭い道で壁やフェンスに車体をこすることが増えた	<input type="radio"/>

11. 認知症ケアパス



認知症ケアパスとは？

認知症ケアパスとは、

市民の皆様が住み慣れた地域で安心して暮らし続けていくために、認知症の予防段階から症状の進行に合わせて、いつ・どこで・どのような医療や介護のサービスがあるのか、またどこに相談したらいいのかなどを表したものです。

症状を示した内容を参考に、ご利用していただくものです。（P20～P21）



お問い合わせ先：

高齢者相談支援センター 42-7434

嘉麻市認知症ケアパス

度合	自立	気付き～軽度	→	中度
認知症の生活機能障害		I. 認知症の疑い(自立)		II. 症状はあるが日常生活は自立
本人の様子(例)		もの忘れはあるが、日常生活は自立している		買い物や事務、金銭管理にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している
見られる症状・行動(例)		<ul style="list-style-type: none"> *もの忘れがあり買い物や金銭管理などに時々ミスが見られる *着替えや食事、トイレなど日常生活は自立している *表情が乏しく会話が減った 		<ul style="list-style-type: none"> *新しい事が覚えられない *料理の準備や手順を考える等、状況判断を必要とする行為が難しくなる
家族の気持ち		年齢のせいだろう。言えはできるはず。とまどい。否定。悩みを肉親にすら打ち明けられないで一人で悩む時期。		
教室 予防 悪化防止 介護		【相談先】高齢者介護課、高齢者相談支援センター、在宅介護支援センター 【家族・地域の交流の場】オレンジサロン、認知症家族の会 【社会参加】いきいきサロン、協議体、老人クラブ、シルバー人材センター 【認知症講習】認知症サポーター養成講座		
				介護保険在宅サービス利用
		一般介護予防事業（元気でい隊教室、お元気デイ、いきいき運動教室、らくらく水中運動教室、健口教室、出前講座）		
見守り		高齢者福祉サービス（配食や緊急通報システムなど）での見守り 民生委員や地域での見守り活動 配達や検針で各家庭を訪問する機会の多い事業所（九州電力、郵便局、グリーンポ、I77-プ など）が日常業務の中での見守り活動		
権利擁護		成年後見制度、お金の管理について 【相談先】高齢者相談支援センター、かま権利擁護センター		
医療		かかりつけ医・かかりつけ歯科医、口腔管理推進室等 福岡県認知症医療センター（飯塚記念病院・見立病院 など） 認知症初期集中支援チーム		
住まい (めやす)		自宅、有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅 など		

中度		重度	
Ⅲ.誰かの見守りがあれば日常生活は自立		Ⅳ.日常生活に手助け・介助が必要	
Ⅴ.常に介護が必要			
服薬管理ができない 電話対応や訪問者の対応などが一人では難しい		着替えや食事、トイレなどがうまくできない	
<ul style="list-style-type: none"> *日時、季節が分からなくなる *たびたび道に迷う *今までできていたことにミスが目立つ 		<ul style="list-style-type: none"> *財布を盗られたと言い出す *自宅が分からなくなる *夜眠れなくなる *大声をあげたり暴力を振るう 	
<ul style="list-style-type: none"> *言語によるコミュニケーションが難しい *声掛けや介護を拒む *飲み込みが悪く、食事に介助が必要 			
<p>混乱。怒り。他人の前ではしっかりするが、身近な人には症状が強くなる。自分だけがなぜ。相手のペースに振り回され、疲れ切ってしまう。つらい時期。</p>		<p>生活すべてに介護が必要、介護量が増。あきらめ。割り切り。</p>	
<p>受容。自分自身に投影。最期をどう迎えるか。</p>			
<p>【相談先】 高齢者介護課、高齢者相談支援センター、在宅介護支援センター 【家族・地域の交流の場】 オレンジサロン、認知症家族の会 【社会参加】 いきいきサロン、協議体、老人クラブ、シルバー人材センター 【認知症講習】 認知症サポーター養成講座</p>			
<p>介護保険在宅サービス利用（デイサービスやホームヘルプサービスなどを利用）</p>			
<p>一般介護予防サービス（健口教室、出前講座）</p>			
<p>高齢者福祉サービス（配食や緊急通報システムなど）での見守り 民生委員や地域での見守り活動 配達や検針で各家庭を訪問する機会の多い事業所（九州電力、郵便局、グリーンコープ、エコープ など）が日常業務の中での見守り活動</p>			
<p>成年後見制度、お金の管理について 【相談先】 高齢者相談支援センター、かま権利擁護センター</p>			
<p>かかりつけ医、福岡県認知症医療センター（飯塚記念病院・見立病院 など） 認知症初期集中支援チーム</p>			
<p>認知症対応型共同生活介護事業所（グループホーム）、介護施設 など</p>			
<p>自宅、有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅 など</p>			

12. 相談連絡先一覧

○相談連絡先

<p>嘉麻市高齢者相談支援センター ☎42-7434</p> <p>〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1 (市役所内)</p>	<p>稲築東地区 在宅介護支援センター ☎43-1767</p> <p>〒820-0206 嘉麻市鴨生480番地1 (介護老人保健施設 シルバーケア嘉穂内)</p>
<p>碓井地区 在宅介護支援センター ☎62-5149</p> <p>〒820-0504 嘉麻市下臼井1055番地 (通所介護 うすいの里内)</p>	<p>嘉穂地区 在宅介護支援センター ☎57-3456</p> <p>〒820-0321 嘉麻市馬見64番地2 (特別養護老人ホーム ひまわり園内)</p>
<p>稲築西地区 在宅介護支援センター ☎43-1077</p> <p>〒820-0207 嘉麻市口春744番地1 (社会保険 稲築病院内)</p>	<p>山田地区 在宅介護支援センター ☎52-1005</p> <p>〒821-0012 嘉麻市上山田1237番地 (嘉麻赤十字病院内)</p>

○介護保険に関する事業

○高齢者福祉サービス・見守りに関する事業

<p>嘉麻市高齢者介護課 ☎42-7431</p> <p>〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1</p>	<p>嘉麻市高齢者介護課高齢者支援係 ☎42-7432</p> <p>〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1</p>
---	---

○介護予防教室・家族の情報交換、交流の場・認知症の講習 など

<p>嘉麻市高齢者相談支援センター ☎42-7434</p> <p>〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1 (市役所内)</p>

○権利擁護・成年後見制度

<p>嘉麻市社会福祉協議会 かま権利擁護センター ☎43-3511 (代表)</p> <p>〒821-0012 嘉麻市上山田502番地6</p>	<p>嘉麻市高齢者相談支援センター ☎42-7434</p> <p>〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1 (市役所内)</p>
--	---

○認知症の医療に関すること ※まずは かかりつけ医にご相談ください

福岡県認知症医療センター 飯塚記念病院 ☎22-2565 〒820-0014 飯塚市鶴三緒1452番地2	福岡県認知症医療センター 見立病院 ☎0947-46-2164 〒826-0041 田川市弓削田3237番地
--	--

○振り込め詐欺などにあったら

嘉麻警察署 ☎57-0110 〒820-0302 嘉麻市大隈町418番地3	飯塚消費生活センター ☎22-0857 〒820-0005 飯塚市新飯塚20番地30
--	---

○弁護士による無料法律相談

嘉麻市総務課市民相談係 ☎42-7415 〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1
--

○認知症高齢者の運転免許証自主返納について

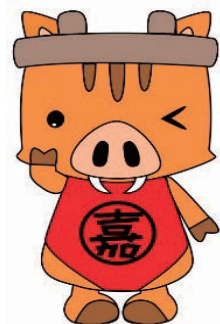
福岡県警本部 ☎092-641-4141（代表） 〒812-8576 福岡市博多区東公園7番地7

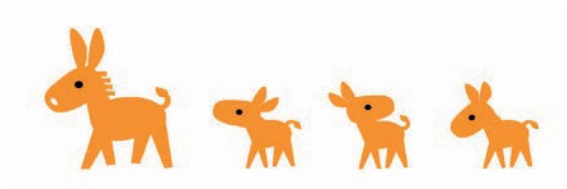
○嘉麻市高齢者運転免許証自主返納支援事業

嘉麻市防災対策課消防安全係 ☎42-7418 〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1 (市役所内)
--

○若年性認知症の相談

若年性認知症サポートセンター ☎0930-26-2370 行橋市大字金屋649-1 相談日：月～金曜日（年末年始・祝日除く） 相談時間：10～16時（12～13時を除く）
--





嘉麻市認知症ガイドブック
改訂版2023

発行 嘉麻市高齢者介護課
高齢者相談支援センター

住所 〒820-0292
福岡県嘉麻市岩崎1180番地1

TEL 0948-42-7434

FAX 0948-42-7094