



# 認知症 ガイド ブック

改訂版2025

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 2025」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 2025」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っています。

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 2025」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 7 年 3 月

嘉麻市長 赤間 幸弘

## もくじ

1. 認知症について .....	1
2. 認知症の認知機能障害と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 .....	10
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. 新しい認知症の考え方 .....	19
12. 嘉麻市認知症ケアパス .....	20
13. 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、生活に支障をきたした状態をいいます。年齢が高くなるほど認知症になりやすくなります。



## ○認知症と老化によるもの忘れとの違い

<b>認知症</b>	<p>もの忘れの<b>自覚がない</b></p> 	<p>ご飯を食べたことなど<b>体験したこと自体を忘れる</b></p> <p>ごはんはまだ？</p> 	<p><b>判断力が低下する</b></p> <p>ど、どうしよう！ どれ飲んだらう？！</p> 	<p><b>時間や場所、人との関係が分からなくなる</b></p> <p>どなたですかね？</p> 
<b>老化による物忘れ</b>	<p>もの忘れの<b>自覚はある</b></p> <p>何だったかのう？</p> 	<p>ご飯のメニューなど<b>体験の一部を忘れる</b></p> <p>ゆうべ何食べたっけ？</p> 	<p><b>判断力の低下は見られない</b></p> <p>あら！飲み忘れてた！</p> 	<p><b>時間や場所、人との関係などは分かる</b></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. 認知症の認知機能障害とBPSD(行動・心理症状)

### 認知機能障害

治すことが  
難しい

脳細胞に障害が起きたことが  
原因で現れます。

- ◆物の忘れ
- ◆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)

改善する  
可能性がある

BPSD は認知症状をもとに、本人のもと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現れます。  
介護者の接し方や適切な薬物治療により改善が期待できます。

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



### 3. 軽度認知障害(MCI)について

#### ○軽度認知障害(MCI)とは？

認知症と健康な状態の間のグレーゾーン、「認知症予備軍」をさします。

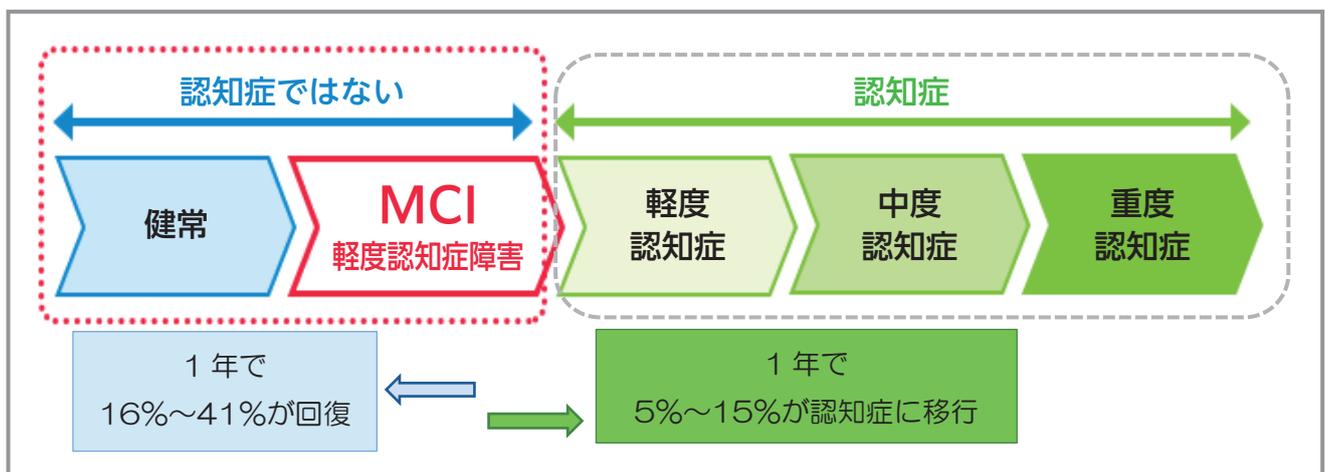
##### 軽度認知症(MCI)を自己判断するためのチェックリスト

1. 財布や鍵など、物をどこに置いたのかわからなくなることがある
2. 置き忘れやしまい忘れをすることが多くなった
3. 蛇口やガス栓の閉め忘れなどが増えた
4. 数分前に聞いた話を思い出せないことがある
5. 同じことを言ったり聞いたりする
6. 今日が何月何日か、何曜日かわからないことがある
7. 言いたい言葉がすぐにでてこないことがある
8. 物の名前が出てこないことがある
9. いつもの場所のはずなのに道に迷った
10. 以前は好きだったことや趣味に対する興味がなくなってきた
11. 日課をしなくなった
12. テレビドラマなどの複雑な話が理解できなくなった
13. ささいなことで怒るようになった
14. 夜中に急に起きて騒ぐことある

出典 厚生労働省

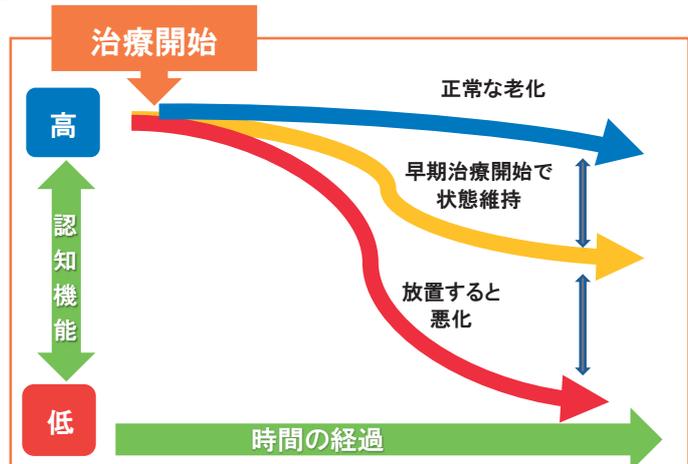
軽度認知障害（MCI）のうちに対応すれば、認知機能を回復したり、維持できたりすることがあります。

#### ○認知症の経過



## 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ける

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。

飯塚記念病院、見立病院など



#### 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行っています。

### ○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。

## 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かかとを 10 回上げる。  
②かかとを上げて  
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やOB会 等

※利用するためには申込等が必要です。

#### いきいき運動教室



#### らくらく水中運動教室



#### ケア・トランポリン教室



#### 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行って、「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

※どなたでも参加できる教室です

#### ケア・トランポリン教室(OB会) 運動教室(OB会)



#### 出前講座

5名以上のグループを対象に専門の講師が健康講座を行います。(平日のみ)  
近くの公民館等に出向いて健康づくりに関する情報をお届けします。

※事前申し込みが必要です

詳細は、「広報嘉麻」  
または、下記へ  
お尋ねください。



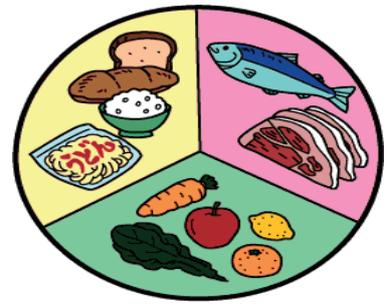
問い合わせ先:

高齢者介護課  
高齢者相談支援センター係

42-7434

## ○食習慣の改善

- ①水分補給をしっかりしましょう
- 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。

- |   |  |                            |
|---|--|----------------------------|
| パ |  | 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 |
| タ |  | 食べ物を押しつぶしたり、口の奥に運ぶ役割       |
| カ |  | 食べ物をスムーズに食道へ運ぶ役割           |
| ラ |  | 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、会話をするのが難しくなります。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

問い合わせ先：  
高齢者介護課  
高齢者相談支援センター係  
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 11 会場でおこなわれています。

問い合わせ先：  
高齢者介護課  
高齢者相談支援センター係  
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行っています。

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、地域にお住ま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行っています。

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？

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、生きがいつくり、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。

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

高齢者は耳がき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

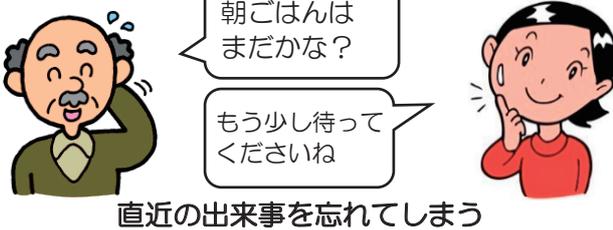
認知症の方は、せかされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。

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？」

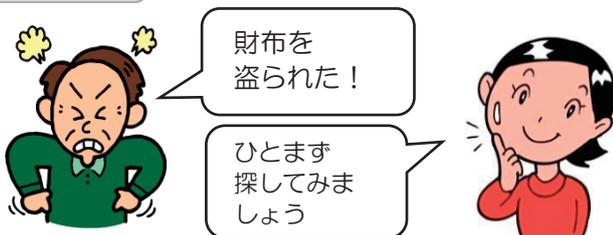


### どうする？

- 「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」とさとするのは逆効果

**こんなとき** 財布などをなくして「盗まれた！」



- 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！」



- ★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



- 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** 「外に出て迷子」になってしまう



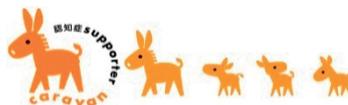
本人は何か目的がある場合もある

- 外出の理由をたずね、同行したり別の話の話をしたりして、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問い合わせ先：  
高齢者介護課  
高齢者支援係 42-7432

## 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、認知症の人と接するときの心がけ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。



問い合わせ先：

高齢者介護課 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（旧やまだふれあいハウス）会議室  
嘉麻市上山田 502 番地 6

＊日時：毎月第3土曜日 13時30分～15時

＊参加費：無料



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ただ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ささえます～

# 嘉麻市 チームオレンジ

= 伴走型支援体制 =

こんな時には…

認知症の家族を  
介護している・・・  
相談したいことがある

最近、物忘れが  
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

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

手挙げ方式の  
事前登録制採用

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



※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

高齢者介護課



④嘉麻警察署生活安全課(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

嘉麻警察署

嘉麻市防災対策課

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。

問い合わせ先:  
高齢者介護課  
高齢者支援係  
42-7432



## 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



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。



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行います。



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能力が低下してしまうため、自分で財産を管理したり、契約を結んだりすることが困難になります。認知症になっても安心して本人らしい生活が続けられるよう制度を活用しましょう。

### ○判断能力が不十分ならば法定後見制度～大切な財産や権利を守るために～

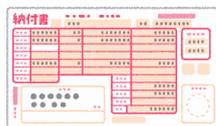
以下の2つの分野を支援します

#### 財産の管理

お金やお金以外の  
財産管理



税金や保険料、  
公共料金、介護費  
用などの支払い



必要のない高額な物  
を購入するなどの不  
利益な契約の取消



#### 医療や介護へつなげるなど 生活の支援

適切な医療を  
受けるための手配



要介護認定など  
の申請



介護サービス利用  
介護施設入所のため  
の契約



#### ※成年後見人等が出来ない業務

- 医療行為の同意(※ともに病状説明を聞くなどして本人の意思決定を支援する)
- 本人に代わって婚姻・離婚・認知・養子縁組・離縁・遺言を行うこと(身分行為)
- 居住場所を強要すること(居所の指定)
- 直接の介護や看護
- 身元保証・連帯保証人にはなれません。本人にかわり、介護ヘルパーの事業者等と契約を結ぶのが成年後見人等の仕事です。

## ○元気なうちにできること～将来の安心のために今から備える～



**終活とは**「いつか来る死の準備を行うためだけの活動ではなく、自分の人生を振り返り、そして残りの人生を自分らしく生きるための活動」を意味しています。

### 終活の準備

- ◎身の回りの物を整理する
- ◎医療や介護の希望をまとめる(終活ノートや医療カードの活用)
- ◎やりたいことリストを作成する



## 今できる5つの仕組み

今は支援してもらわなくても相談できる相手がほしい。

今から支援してもらえないでしょうか？

将来判断力が低下した後のことが心配です。

お葬式やお墓のことはどうしたら良いだろう。

遺産分けはどうしよう。

見守り契約

任意代理  
(財産管理)契約

任意後見契約

死後事務委任契約

遺言書作成



### 問い合わせ先:

- 高齢者介護課 高齢者相談支援センター係 42-7434
- 飯塚公証役場 22-3579
- 嘉麻市社会福祉協議会
  - ・かま権利擁護センター 43-3511
  - ・かま終活サポートセンター 43-3511

# 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

問い合わせ先：

福岡県警本部 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)

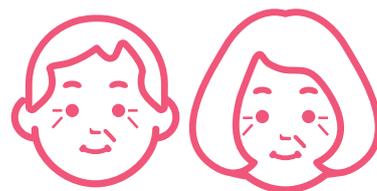
- ・所有する全ての運転免許を自主的に返納された方
- ・嘉麻市の住民基本台帳に記録され、自主返納した日において70歳以上の方
- ・運転免許証を自主返納した日から、6か月以内に申請された方

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. 新しい認知症の考え方

～認知症があってもなくても、ともに生活する（共生社会）を目指して～

認知症の人が尊厳をもち、希望をもってともに暮らせる社会の実現に向けて2024年（令和6年）1月に『共生社会の実現を推進するための認知症基本法』が制定されました。

この法律では、国民に広く認知症についての関心と理解を深めるため9月21日を認知症の日  
9月1日～9月30日までを認知症月間と定めています。

## 〈新しい認知症の考え方〉

みんなで支えあうために、**新しい認知症の考え方**が打ち出されました！

### 古い認知症の考え方

（他人ごと・問題重視・疎外・絶望）

- ① 他人ごと、目をそらす、先送り
- ② 認知症だとなにもわからない、できなくなる
- ③ 本人は話せない/声聞かない
- ④ おかしな言動で回りが困る
- ⑤ 危険重視
- ⑥ 周囲が決める
- ⑦ 本人は支援される一方
- ⑧ 認知症は恥ずかしい、隠す
- ⑨ 地域で暮らすのは無理
- ⑩ 暗い、萎縮、あきらめ、絶望的

### 新しい認知症の考え方

（わがこと・可能性重視・ともに・希

- ① わがこと、向き合う、備える
- ② わかること、できることが豊富にある
- ③ 本人は声を出せる/声聞く
- ④ 本人が一番困っている。本人なりの意味がある
- ⑤ あたり前の事（人権）重視。  
自由と安全のバランス
- ⑥ 本人が決める（決められるように支援）
- ⑦ 本人は支え手でもある。支え。支えられる。
- ⑧ 認知症でも自分は自分。オープンに
- ⑨ 地域の一員として暮らし活躍
- ⑩ 楽しい、のびのび、あきらめず、希望を

問い合わせ先：

高齢者介護課

高齢者相談支援センター係

42-7434



# 嘉麻市認知症ケアパス

ケアパスとは

いつ・どこで・どのような・医療・介護・支援が受けるかケアの流れを示したものです

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"> <li>*物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</li> <li>*着替えや食事、トイレなど日常生活は自立している</li> <li>*表情が乏しく会話が減った</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*新しい事が覚えられない</li> <li>*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</li> </ul>
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】市役所高齢者介護課, 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
見守り	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、ケア・トランポリン教室） 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		
権利擁護	【相談先】高齢者相談支援センター、かま権利擁護センター、かま終活サポートセンター 見守り契約、任意代理（財産管理）契約、任意後見契約、死後事務委任契約・遺言書作成		成年後見制度
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		
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		

<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <span style="font-size: 24px; font-weight: bold;">中度</span> <span style="font-size: 24px; font-weight: bold;">重度</span> </div>		
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出来ない	ほぼ寝たきりで、意志の疎通が困難である
<ul style="list-style-type: none"> <li>*日時、季節が分からなくなる</li> <li>*たびたび道に迷う</li> <li>*今まで出来ていたことにミスが目立つ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*財布を盗られたと言い出す</li> <li>*自宅が分からなくなる</li> <li>*夜眠れなくなる</li> <li>*大声をあげたり暴力を振るう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>*言語によるコミュニケーションが難しい</li> <li>*声掛けや介護を拒む</li> <li>*飲み込みが悪く、食事に介助が必要</li> </ul>
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。	生活すべてに介護が必要、介護量が増。あきらめ。割り切り。	受容。自分自身に投影。最期をどう迎えるか。
<p>【相談先】市役所高齢者介護課、高齢者相談支援センター、在宅介護支援センター</p> <p>【★家族・地域の交流の場】オレンジサロン、認知症家族の会</p> <p>【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</p> <p>【認知症講習】認知症サポーター養成講座</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）		
一般介護予防サービス（健口教室、出前講座）		
<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・アップ、I77-アップ等）が日常業務の中での見守り活動</p>		
【相談先】高齢者相談支援センター、かま権利擁護センター 成年後見制度		
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		
認知症対応型共同生活介護事業所（グループホーム）、介護施設サービス など		
自宅、有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅 など		

## 12. 相談連絡先一覧

### ○相談連絡先

嘉麻市高齢者介護課 高齢者相談支援センター係 <b>☎42-7434</b> 〒820-0292 嘉麻市岩崎 1180 番地 1 (市役所内)	稲築東地区 在宅介護支援センター <b>☎43-1767</b> 〒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)
碓井地区 在宅介護支援センター <b>☎62-5149</b> 〒820-0504 嘉麻市下臼井 1055 番地 (通所介護 うすいの里)	嘉穂地区 在宅介護支援センター <b>☎57-3456</b> 〒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)
稲築西地区 在宅介護支援センター <b>☎43-1077</b> 〒820-0207 嘉麻市口春 744 番地 1 (社会保険 稲築病院内)	山田地区 在宅介護支援センター <b>☎52-1005</b> 〒821-0012 嘉麻市上山田 1237 番地 (嘉麻赤十字病院内)

### ○介護保険に関する事業

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

### ○高齢者福祉サービス・見守りに関する事業

### ○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

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

### ○権利擁護・成年後見制度

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

## ○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 <b>☎22-2565</b> 〒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 <b>☎0947-46-2164</b> 〒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 <b>☎57-0110</b> 〒820-0302 嘉麻市大隈町 418 番地 3	飯塚消費生活センター <b>☎22-0857</b> 〒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 <b>☎42-7415</b> 〒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 <b>☎092-641-4141</b> (代表) 〒812-8576 福岡市博多区東公園 7
---

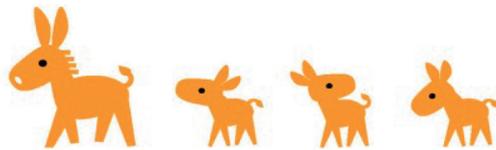
## ○嘉麻市高齢者運転免許証自主返納支援事業

嘉麻市防災対策課消防安全係 <b>☎42-7418</b> 〒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 <b>☎0930-26-2370</b> 〒824-0004 行橋市大字金屋 649-1 相談日: 月～金曜日(お盆、年末年始除く) 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2025

発行 嘉麻市高齢者介護課  
高齢者相談支援センター  
編集 嘉麻市認知症ネットワーク調整会議

住所 〒820-0292  
福岡県嘉麻市岩崎1180番地1

TEL 0948-42-7434  
FAX 0948-42-7094