

中間市 認知症ガイドブック

認知症早期発見のめやす

暮らしの中で思い当たることがいくつかある場合は、かかりつけ医などに相談しましょう。

【判断・理解力が衰える】

- ☐ 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった。
- ☐ 新しいことが覚えられない。
- ☐ 話のつじつまが合わない。
- ☐ テレビ番組の内容が理解できなくなった。

【人柄が変わる】

- ☐ 些細なことで怒りっぽくなった。
- ☐ 周りへの気遣いがなくなり頑固になった。
- ☐ 自分の失敗を人のせいにする。
- ☐ 「この頃様子がおかしい」と周囲から言われた。

【時間・場所がわからない】

- ☐ 約束の日時や場所を間違えるようになった。
- ☐ 慣れた道でも迷うことがある。

【不安感が強い】

- ☐ ひとりになると怖がったり寂しがったりする。
- ☐ 外出時、持ち物を何度も確かめる。
- ☐ 「頭が変になった」と本人が訴える。

【もの忘れがひどい】

- ☐ 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる。
- ☐ 同じことを何度も言う・問う・する。
- ☐ しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている。

【意欲がなくなる】

- ☐ 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった。
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。
- ☐ ふさぎ込んで何をするのもおっくうがり嫌がる。

「家族がつくった「認知症」早期発見のめやす」
公益社団法人 認知症の人と家族の会ホームページより

65歳以上の高齢者の約5人に1人が認知症であると言われ、その数はますます増えると予想されます。

「認知症」になっても、住み慣れた場所で自分らしく安心して暮らすためにこのガイドブックをご活用ください。

令和7年9月



中間市地域包括支援センター

中間市認知症ケアパス



本人の様子
(症状や行動の例)

元気な頃～
認知症の疑いまで

・物忘れがあり、買い物や金銭管理、書類作成に時々ミスが見られる
・着替え、食事、トイレ等の日常生活は自立している
・表情が乏しく、会話が少なくなった

認知症はあるが
日常生活を送れる

・買い物や金銭管理等にミスが見られる
・新しいことがなかなか覚えられない
・料理の準備や順序を考えるなど、状況判断を必要とする行為が難しくなる

準備しておきたいこと

★規則正しい生活を送り、認知症を予防しましょう
★認知症に関する正しい知識や理解を深めましょう
★今後の生活設計(介護、金銭管理等)について考えましょう

予防・社会参加

●各種健診・検診
●ふれあい・いきいきサロン ●出前講座(認知症サポーター養成講座、認知症
●そのままの会、にじいろカフェ(認知症カフェ)
●校区まちづくり協議会 ●自治会 ●老人クラブ
●ボランティア活動

相談

●地域包括支援センター

医療・介護

●かかりつけ医 ●認知症専門医

●デイサービス・デイケア

生活支援

●身近な人への相談
【民生委員】
●家事援助・庭仕事などの依頼
【シルバー人材センター：246-4528】
●悪徳商法などの困りごと
【消費生活センター：246-5110】
●運転免許証自主返納支援
【安心安全まちづくり課：246-2017】

住まい

●シルバーハウジング ●養護老人ホーム ●軽費老人ホーム
●サービス付き高齢者向け住宅


誰かの見守りがあれば
日常生活は送れる

・時間・日付・季節が分からなくなる
・服薬管理ができない
・電話の応対や訪問者の対応等が1人では難しい
・たびたび道に迷う
・今までできていたことに失敗が目立つ

日常生活に
手助け・介護が必要

・着替えや食事、トイレ等がうまくできない
・お金等を盗られたと言い出す(物盗られ妄想)
・自分が分からなくなる
・夜眠れなくなる
・大声をあげたり、暴力を振るう

常に介護が必要

・言葉によるコミュニケーションが難しい
・ほぼ寝たきりで意思の疎通が難しい
・着替えや食事、トイレ等に介助が必要

予防教室、その他)

●認知症初期集中支援チーム
●認知症の人と家族の会 ●福岡県若年性認知症サポートセンター ●居宅介護支援事業所

●認知症疾患医療センター(宗像病院、産業医科大学病院、高山病院)
●訪問診療 ●訪問歯科 ●訪問看護
●介護療養型医療施設 ●介護療養院
●訪問介護・訪問リハビリテーション・訪問入浴介護 ●ショートステイ

●あんしん見守り情報キット ●成年後見制度利用促進事業
●紙おむつの給付 ●日常生活自立支援事業
●緊急通報装置 【中核機関(なかま成年後見支援センター)：244-1310】
●配食サービス
●ひとり暮らし高齢者等見守りネットワーク
●はいかい高齢者等SOSネットワークシステム
●オレンジセーフティネット
【地域包括支援センター】


●有料老人ホーム
●グループホーム
●介護老人保健施設 ●介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

1.認知症とは？

認知症とは、様々な原因により脳に変化がおこり、それまでにできていたことができなくなり、生活に支障をきたした状態です。

2.認知症の種類と特徴

神経変性疾患：脳の神経細胞そのものが変化していく
病気のグループ

①アルツハイマー型認知症

原因

異常なタンパク質が長い時間かけて、たまることによって、脳の細胞がゆっくりと死んでいき、脳が委縮（縮む）する。

症状

記憶障害（もの忘れ）
見当識（時間・場所・人）障害
不安、うつ
妄想

特徴

認知症の原因で一番多い
進行がゆっくり
運動面には障害が出にくい



②レビー小体型認知症

原因

「レビー小体」という異常なたんぱく質が脳にたまることで、脳の細胞が傷んで発症する。

症状

パーキンソン症状
（手足の震え、歩行障害）
幻視
（虫・子どもが見える）

特徴

調子がよい時と悪い時を繰り返しながら進行



壁に虫が！
小さな子供が
いる！



③前頭側頭型認知症

原因

今のところ明らかでない。

脳の中の「タウたんぱく」または「TDP-43」と呼ばれるタンパク質が蓄積することで、前頭葉や側頭葉の委縮を引き起こすと考えられているが、メカニズムは判明していない

症状・特徴

同じ行動を繰り返す、我慢が苦手になる行動の変化が見られるタイプ（前頭葉を中心に病気が起こる）

言葉の意味理解が苦手になるタイプ（側頭葉を中心に病気が起こる）

記憶障害よりも行動の変化や言語障害などが目立つ

進行するにつれて意欲低下が顕著になり、症状が目立ちにくくなる

血管障害：脳梗塞や脳出血等を起こしたことにより、起こってくる認知症のグループ

④血管性認知症

原因

脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化など

神経の細胞に栄養や酸素がいきわたらなくなることによる

症状

損傷を受けた場所により症状が異なる

特徴

予防の効果が高い認知症

調子の良い時と悪い時を行き来しながら進行



認知症と似た症状が現れる疾患

他の病気や薬の影響などで、認知症のような症状が現れる場合もあります。治療によって改善できるものが少なくないので、自己判断せず、早めに受診することが大切です。

（例）甲状腺機能低下症、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、うつ状態など



MCI（軽度認知障害）	認知症の前段階（予備軍）とされています。
-------------	----------------------

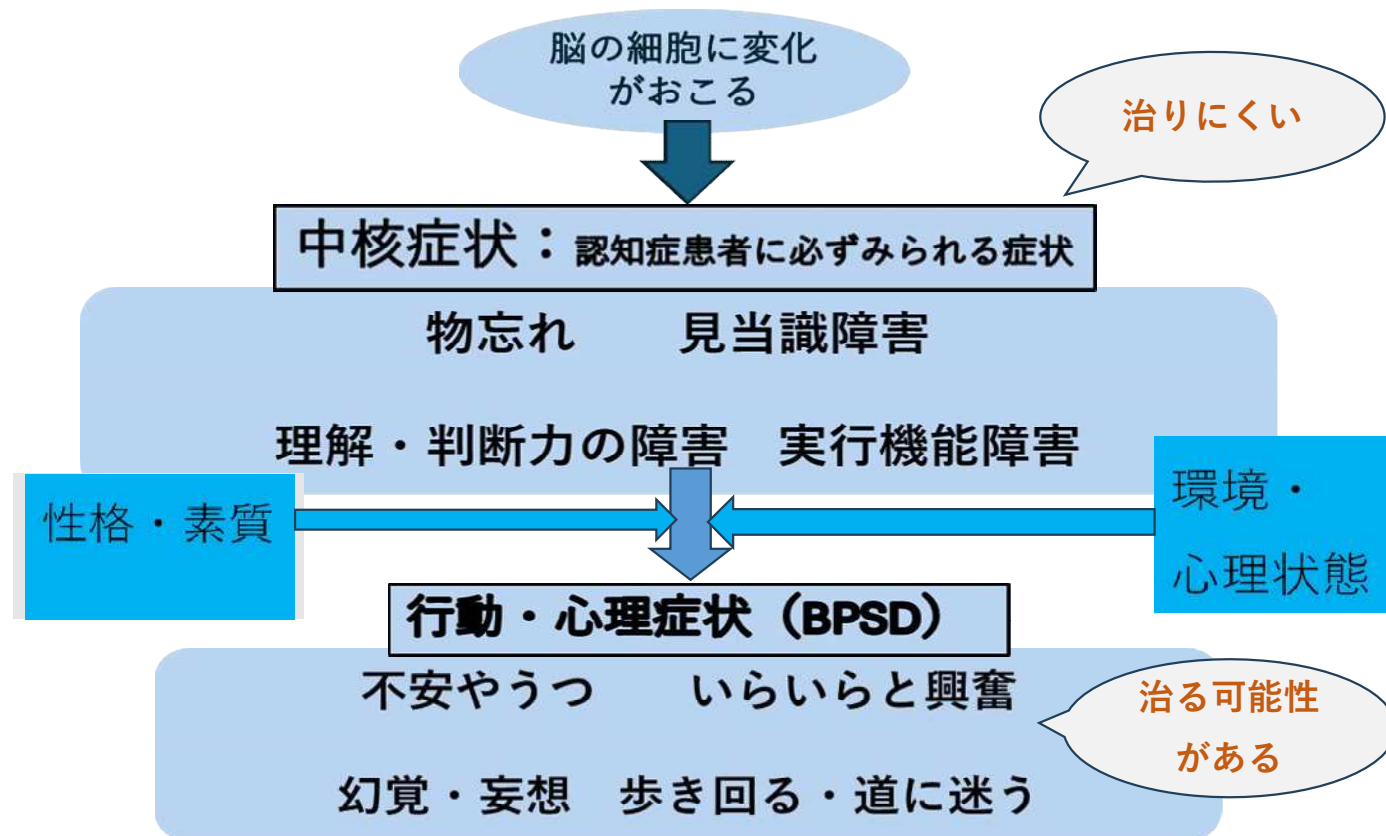
日常生活に支障をきたす程度には至らないため認知症とは診断されないが、記憶障害と軽度の認知障害が認められる中間的な段階のこと。
生活習慣や脳の活性化、運動習慣の向上により認知症を予防することが可能で、正常に戻る人もいます。



若年性認知症	65歳未満の人が発症する認知症です。
--------	--------------------

老年期の認知症に比べて進行も早く、病気についての認識も少ないことから診断までに時間がかかってしまうことも少なくありません。また、現役で仕事をしていたり、家庭や子育て等も心配になる年代です。
早期に発見し、診断することにより、社会的サービス（介護保険・障がい年金・障害者手帳等）を早く利用することができます。

3.認知症の症状



4.認知症の診断について

認知症の診断は初期ほど難しく、専門の病院の受診が不可欠。

（内容）
CT、MRI、脳血流検査などの画像検査
記憶・知能などに関する心理検査など



★気になることがあれば、まずは、かかりつけ医への相談も有効です。



早期に受診することのメリット

- ①認知症と診断されたら、原因疾患にあわせた適切な治療を始めることにより、進行を遅らせることができます。
- ②早期であればあるほど病気のことを理解して受け入れやすく、生活しづらさやトラブルを自分で工夫して軽減することもできます。
- ③症状が軽度のうちに、重度になったときに備えて信頼できる人に代理判断を託すことを決めておけば、自分が願う生き方を全うすることができます。



受診する前に以下のことなどをメモしておくことで、医師にスムーズに伝えることができます。

- ・変化がいつ頃から現れたか
- ・困っている症状
- ・内服薬とその服用期間
- ・既往歴
- など



受診を拒否する時は？

- ◎かかりつけの先生に相談する
- ◎健康診断を受ける時に一緒に受診する
- ◎本人が耳を傾ける相手から説得してもらう
- ◎不眠や不調などの自覚症状がある場合はそこに焦点を当てて促す

認知症の相談窓口（専門機関）

認知症疾患医療センター

福岡県や政令市が認知症医療の専門機関を指定しています。
認知症に関する相談に応じる他、専門医療を提供する役割を担います。
受診の際は、事前に電話で確認してください。



	病院名	所在地	電話番号
福岡県	宗像病院	宗像市光岡130番地	0940-36-2775
北九州市	産業医科大学病院	北九州市八幡西区医生ヶ丘1番1号	093-603-1611 (内線8002)
直方市	高山病院	直方市大字下境3910番地50	0949-22-3661

物忘れ・認知症に対応する医療機関（R6.6月現在）

近隣の医療機関です。受診の際は、事前に電話で確認してください。

	病院名	所在地	電話番号
中間市	通谷メンタルクリニック	中間市鍋山町1番8号	093-243-5569
	中間メディカル	中間市扇ヶ浦一丁目14番1号	093-245-3366
岡垣町	おかがき病院	岡垣町大字手野145	093-282-0181
	堤病院	岡垣町鍋田二丁目1番1号	093-282-1234
	高倉クリニック	岡垣町公園通り一丁目7番1号	093-282-0081
北九州市 八幡西区	有吉クリニック	八幡西区菅原町5番1号	093-645-1310
	小田内科消化器科医院	八幡西区引野一丁目2番30号	093-641-0808
	折尾病院	八幡西区本城三丁目26番18号	093-691-4366
	鍵山医院	八幡西区光明一丁目8番8号	093-691-2741
	神原クリニック	八幡西区西神原町9番19号	093-642-8088
	くろさきファミリークリニック	八幡西区幸神二丁目1番26号	093-632-8637
	権頭クリニック	八幡西区永犬丸二丁目10番10号	093-692-5557
	数住医院	八幡西区木屋瀬三丁目16番15号	093-617-1034

高砂脳神経外科クリニック	八幡西区鉄竜一丁目3番2号	093-644-0113
谷内科クリニック	八幡西区西神原1番27号	093-621-5058
千代クリニック	八幡西区千代一丁目7番3号	093-614-5558
泌尿器科皮膚科 上野医院	八幡西区相生町6番19号	093-621-1082
ファミリーヘルスクリニック北九州	八幡西区本城一丁目22番6号	093-647-0970
もりぞの内科	八幡西区上上津役二丁目14番17号	093-611-5335
八幡厚生病院	八幡西区里中三丁目12番12号	093-691-3344

認知症初期集中支援チームを設置しています

（中間市地域包括支援センター内）

認知症が疑われる人やその家族に対して、医療や介護の専門家がチームを組み、早期対応に向けた支援を行います。

【対象者】40歳以上の在宅生活者で、次に該当する人

- ・認知症の診断を受けていない人、または治療が中断している人
- ・適切な医療・介護サービスを利用していない人
- ・認知症による症状が強く、対応に困っている人



5.認知症の治療

アルツハイマー型認知症の薬

- ◆塩酸ドネベジル（アリセプト）
- ◆リバスチグミン（リバスタッチ・イクセロンパッチ：貼り薬）
- ◆ガランタミン（レミニール）、メマンチン（メマリー）



- ◆レケンビ（レカネマブ）・・・根本治療薬。2024年使用開始。（2週間に一回の点滴投与。MCIか極めて初期のアルツハイマー型認知症に適用）

脳血管性認知症・・・薬や身体活動を高めるリハビリテーション、脳梗塞などの病気の再発を防止することにより、進行を止めることができます。

行動・心理症状には原因や状況に応じた療法が必要です。

6.認知症について知っておきたいこと

①認知症の予防とは？

認知症の発症のリスクを少なくすること、進行をおくらせること
「認知症にならない」予防法はない。

バランスの良い食事

適度な運動

血圧のコントロール

家の中に閉じこもらない

人と接する

頭をつかう趣味活動

脳の活性化を図る→楽しく行う

①快刺激で笑顔に

②コミュニケーションで安心

③役割・日課をもとう

④ほめる、ほめられる

②認知症について学ぶ

認知症について正しく理解しておく、いざというときに慌てません。

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を見守るのが認知症サポーターです。

地域の皆さんが集える場所に出向き、「認知症サポーター養成講座」を実施しています。講座を受講された人には、サポーターの目印となるものをお渡しします。

③社会に参加する

社会との繋がりを持ち、地域活動に参加することは、認知症発症のリスクを下げると言われています。中間市でも様々な地域活動が行われています。活動に参加して役割や生きがいを見つけてみませんか。興味のある方はおたずねください。

校区まちづくり協議会

自治会

老人クラブ

ふれあい・いきいきサロン

ボランティア活動

7.利用できるサービスを知りたい

①認知症などによる徘徊に応じたサービス

はいかい高齢者等SOSネットワークシステム

折尾警察署、行政機関、地域の協力機関などが連携し、認知症高齢者等が行方不明になった場合の早期発見・早期保護を図ります。

【対象者】 はいかい行動により行方不明となる可能性のある認知症高齢者等

【費用】 無料

【内容】 ・「徘徊高齢者等SOSネットワークシステム」への登録者に対して、折尾警察署指揮の下で、行政や関係機関を含めた捜索
・「コミュニティ無線」を活用した捜索
・「防災メールまもるくん」による行方不明情報の発信
・「どこシル伝言板」への登録

オレンジセーフティネット

認知症高齢者等が、はいかい行動により行方不明となった場合に、家族等がスマートフォンアプリを利用して捜索依頼をすると、その情報を元に、捜索協力者が付近を捜索し位置情報などの情報を共有することで、早期発見・早期保護につながります。

【対象者】 認知症高齢者等

【費用】 無料（インターネット回線接続料等は各自の負担となります。）

※対象者または、その家族等により事前に登録が必要です。

②その他のサービス

介護保険サービス

訪問介護、通所介護、訪問入浴、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、訪問看護、ショートステイ、小規模多機能型居宅介護（通いや泊まりのサービス）、住宅改修、福祉用具貸与、福祉用具購入など。

ご利用には、介護認定が必要。収入により1割～3割の本人負担があります。

詳しくはお尋ねください。

権利擁護

日常生活自立支援事業

福祉サービスの利用や日常的な金銭管理などに不安がある方が住み慣れた地域で安心して暮らせるようお手伝いします。

成年後見制度

認知症や知的障がい、精神障がい等、判断能力が十分でない方の権利や財産を守るための制度です。お金の管理や生活に必要な契約・手続きが難しい方に代わって、法的な権限を持って支援する人（成年後見人等）を家庭裁判所が選び、支援を行います。

住まいについて

県営松ヶ岡住宅 シルバーハウジング

高齢者に配慮した県営住宅で、生活援助員（ライフサポートアドバイザー）や緊急通報装置を配置するなど、安否確認、生活相談、更には緊急時に迅速に対応できるサービスなどを提供しています。

入居条件あり。 【申込先】福岡県住宅供給公社 621-3300

有料老人ホーム

高齢者に住まいを提供し、入浴・排泄・食事の提供その他の日常生活上の必要なサービスを提供する施設です。

軽費老人ホーム（ケアハウス）

60歳以上の高齢者または夫婦のどちらか一方が60歳以上で自分で身の回りのことができる人が入所する施設です。

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症と診断された高齢者が共同で生活できる場（住居）で、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。要支援2以上の方が対象です。

介護老人保健施設

病状が安定し、入院治療の必要がなく、リハビリなどに重点を置く人が入所する施設です。食事や入浴、排泄などの日常生活介護のほか、医学的管理のもとで、看護や機能訓練などを受けることができます。自宅に戻ることを目標としています。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

主に寝たきりや認知症で日常生活において常時介護が必要で、自宅では介護が困難な人が入所する施設です。食事や入浴、排泄などの日常生活の介護や療養の世話を受けることができます。なお、新規入所ができるのは原則として要介護3以上の人です。

このほかにも中間市では、さまざまなサービスを実施しています。利用できるサービスについては「**高齢者のためのサービスガイド**」をご覧ください。地域包括支援センター窓口で配布しています。



8. 認知症の人と接するときの心がまえ

「認知症の本人に自覚がない」は大きな誤りです。認知症の症状に最初に気づくのは本人で、誰よりも一番心配なのも、苦しいのも、悲しいのも本人です。

「私は忘れていない！」
「病院に行く必要ない」

悲しみや不安から心を守る
自己防衛

認知症になり、失敗ばかりが続いたとき・・・

笑顔・理解
見守り・支援的態度

笑顔・理解
見守り・支援的態度

「また、失敗！」
非難の声

自信を失う

認知症が
急速に進む

9. 認知症の方への対応ガイドライン

1. 基本姿勢

認知症の人への対応の心得
「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



2. 具体的な対応の際の7つのポイント

- | | |
|-----------------------|--------------|
| ① まずは見守る | ② 余裕をもって対応する |
| ③ 声をかけるときは1人で | ④ 後ろから声を掛けない |
| ⑤ 相手に目線を合わせて、優しい口調で | |
| ⑥ 穏やかに、はっきりした話し方で | |
| ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する | |

3. 介護者の気持ちを大切にしましょう

介護者にも自分の生活や生き甲斐があるはず。趣味を楽しむなど介護以外の自分自身のための時間を大切にしましょう。介護者の気持ちの安定は、認知症の人にも伝わります。

4つの心理的ステップ

・認知症の人の家族や介護者のたどる4つの心理的ステップがあります。自分がどのステップにいるかを知ることによって「自分がどうすべきか」がわかり介護の方向性も見えてきます。

第1ステップ

とまどい・否定

長年一緒に暮らしてきた人を認知症だと認めることは難しいものです。

まさか、
そんなはずは

でもやっぱり

誰かに相談？
でも誰に？

どうしたら
いいの？

第2ステップ

混乱・怒り・拒絶

認知症に対する理解の不十分さから、混乱や苦悩が続き、家族全員が追い詰められます。

何度言っても
忘れて！

もう顔も
見たくない

不安

いつまで
続くの？

怒り

絶望

もうダメ

第3ステップ

割り切り・あきらめ

さまざまな情報や経験により、症状は変わらなくても「問題」としては軽くなります。

腹を立てても
仕方ない

イライラする
だけ損か

介護サービスを
うまく活用しよう

なんとかやれるかも

第4ステップ

受 容

認知症に対する理解が深まり、認知症のあるがままを受け入れられるようになります。

こういう時は
こうだったな

大丈夫、落ち着こう

今日は調子が
良さそうだ

これはあの人に相談し
てみよう

認知症カフェをご活用ください！

認知症カフェは、認知症の方だけでなく、家族、専門職、地域の人々が集まり、同じ状況の仲間が集まる場です。

認知症に関する相談や勉強会・イベントだけでなく、お茶を飲みながら情報交換もできます。



認知症カフェ

そのままの会

認知症を特別扱いせず、「そのままでもいいんだよ」を合言葉に、物忘れなどにお困りの方やそのご家庭、認知症でお困りの方を応援したい人などが集える場を作りました。

【日時】毎月第4火曜日 13時30分～15時

【会場】中間市チャレンジショップ

中間市蓮花寺三丁目7番3号（なかまハーモニーホール横）

あおのはカフェ

♪ 通谷3丁目23番5号

♪ 245-8812

♪ 不定期、100円

♪ 日本庭園で季節の花が楽しめます。
認知症の方もスタッフとして参加しています。

カフェ暖家。

♪ 土手ノ内1丁目40番26号

♪ 980-7683

♪ 不定期、無料

♪ 人工芝が敷いてある広い庭園で、花壇や野菜畑を見ながら日々の悩みや相談事を共有しませんか。

相談窓口

中間市地域包括支援センター

【電話】 093-245-7716

【所在地】 中間市中間一丁目1番1号

高齢者の方の「総合相談窓口」です。

もの忘れが気になる、どこの病院に行けばよいかわからないなど、様々な相談に応じます。
また、専門職による「認知症初期集中チーム」が、早期対応に向けた支援を行います。



宗像遠賀保健福祉環境事務所 精神保健相談

【電話】 0940-36-2473

【所在地】 宗像市東郷一丁目2番1号

こころの健康に関する悩みを持つ人に、専門の医師が相談に応じます。（2日前まで要予約）

実施日 第1～第3水曜日、第4木曜日 13時30分～16時 費用は無料です

福岡県若年性認知症サポートセンター

【電話】 0930-26-2370

月～金曜日 10時～16時

若年性認知症（65歳未満で発症した認知症）の方やご家族の相談に応じます。



認知症の人と家族の会福岡県支部 電話相談

【電話】 092-771-8595

木、金曜日 10時30分～15時30分

認知症の介護相談。介護経験を持つ家族の会会員が相談を受けます。

なかま成年後見支援センター （中核機関）

【電話】 093-244-1310

【所在地】 中間市通谷一丁目36番10号（ハピネスなかま内）

高齢者や障がいのある方が住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができるように成年後見制度についての相談や利用のお手伝いをします。相談時間：平日9時～17時15分

家族だけで考えるのではなく、周囲の人や専門家、
行政が共に考え、支えていくことが必要です。

この資料に関する問い合わせ先

中間市地域包括支援センター
（市役所介護保険課内）

電話：093-245-7716

FAX：093-246-2027

mail:tiikihoukatu@city.nakama.lg.jp

