

# 1. 認知症かも？と思ったら

## (1) 認知症はどんな病気？

正常に発達した脳の機能が加齢等の理由で低下し、日常生活に支障がある状態が続くことを「認知症」といいます。

多くの方に見られやすい「中核症状」、体調・性格・環境等の要因が関わる「周辺症状」に大別されますが症状には個人差があります。



## (2) 加齢によるもの忘れと認知症のちがい

	加 齢	認 知 症
忘れ方	 一部を忘れる	 丸ごと忘れる
自覚	ある	ないことが多い
進行	あまり変わらない	少しずつ進む
生活の支障	ない	ある

## 認知症チェックリスト

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター「認知症チェックリスト」より

受診・相談を考える目安にご利用下さい。3つ以上あてはまる方は認知症予防(P.10)や早期治療に取り組むいいタイミングです。認知症の検査や診断を希望する場合は(P.3~4)をご参照下さい。

1. 同じことを言ったり、聞いたりする

2. 物や人の名前が出てこない

3. 置き忘れやしまい忘れが目立つ

4. 以前はあった関心や興味が失われた

5. だらしなくなった

6. 日課をしなくなった

7. 時間や場所の感覚が不確かになった

8. 慣れたところで道に迷った

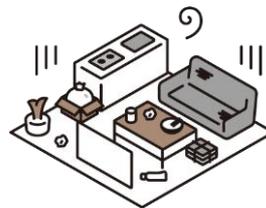
9. 財布などを盗まれたと言う

10. ささいなことで怒りっぽくなった

11. 蛇口・ガス栓の締め忘れ、火の始末ができない

12. 複雑なテレビドラマが理解できない

13. 夜中に急に起きだして騒いだ



### (3) 認知症の診断・治療について相談したい

まずかかりつけの主治医へ認知症の診断について相談しましょう。  
必要に応じて検査や専門の機関等を紹介されます。

#### 町内の医療機関一覧

名称	電話番号
八雲総合病院	63-2185
医療法人道南勤労者医療協会 八雲ユーラップ医院	62-2878
医療法人社団 まきた循環器内科クリニック	62-4711
八雲町熊石国民健康保険病院	01398-2-3555

#### 八雲町の専門外来

##### 八雲総合病院 精神科

住 所:八雲町東雲町50番地

電 話:0137-63-2185

相談先:精神科外来

または精神保健福祉士



予約は不要です。

血液検査・心電図検査やMRI検査などを行う場合など、  
受診に時間がかかる、複数回受診が必要になることもあります。

※病院受診の前に(P. 5)もぜひご覧ください。

## 函館市（認知症疾患医療センター）

認知症の種類診断、専門的治療、支援機関や地域の専門職との連携など、認知症をかかえる方や介護者の方が地域で安心して生活できるよう専門医療や知識・情報を提供する医療機関です。

血液検査・心電図検査やMRI検査などを行う場合など、受診に時間がかかる、複数回受診が必要になることもあります。

※病院受診の前に(P. 5)もぜひご覧ください。

### 社会医療法人文珠会 亀田北病院

住 所:函館市石川町191番地4

電 話:0120-010-701

### 医療法人 富田病院

住 所:函館市駒場町9番地18

電 話:0138-52-1112

### 社会医療法人函館博栄会 函館渡辺病院

住 所:函館市湯川町1丁目31番地1

電 話:0120-596-676

予約制です。受診の前に、  
各医療機関へご相談下さいね！



「もの忘れ外来」「認知症外来」がある医療機関一覧  
QRコード(認知症の人と家族の会ホームページ)



## 病院受診のまえに

### 準備・段取り



(必要な場合は)受診先に予約を取っておく  
症状の時系列、変化などを紙にまとめる等準備する

### 受診当日の注意点



- ・伝えやすい方法で医師に様子を伝える  
(例)別々で診察室へ呼んでもらう、紙で渡すなど
- ・時間に余裕を持って出かける
- ・必要に応じて昼分の薬や飲みもの等を持参する

### 受診を嫌がる場合

ご本人に嘘をつく、無理に連れ出すなどした場合、  
診察・検査・治療に協力してもらえないことがあります。  
忘れるとしても一度は納得してもらおうことが大切。

(例)

- 「眠れないと言っていたから、先生に相談してみよう」
- 「最近よく忘れるから、何か病気じゃないか心配なんだ」
- 「もの忘れの検査に行くから、付き合ってもらえない？」
- 「年1回は脳の検査するよう、保健師さんが言っていたよ」



受診できず困っている場合は  
こちら(P.6)へご相談ください

## (4) 認知症の人の生活や介護について相談したい

### 地域包括支援センター



高齢者の介護・生活等に関するワンストップ相談窓口です。  
介護予防教室や認知症サポーター養成講座も行っています。  
来所相談をご希望の場合、事前にご連絡を頂くとスムーズです。

**【八雲地域】** 保健福祉課 包括支援係(シルバープラザ)  
電話番号:0137-65-5001  
受付時間:平日8時30分~17時15分(年末年始除く)

**【熊石地域】** 住民サービス課 住民福祉係(熊石総合支所)  
電話番号:01398-2-2365  
受付時間:平日8時30分~17時15分(年末年始除く)

### 居宅介護支援事業所

高齢者の介護に関する相談に対応しています。  
来所相談をご希望の場合、事前にご連絡を頂くとスムーズです。

#### 【八雲地域】

- |                      |          |
|----------------------|----------|
| (1)八雲町社協指定居宅介護支援事業所  | ☎64-2112 |
| (2)居宅介護支援事業所やくも      | ☎65-2121 |
| (3)八雲総合病院指定居宅介護支援事業所 | ☎63-2185 |
| (4)小規模多機能型ホーム やすらぎの里 | ☎63-3711 |

#### 【熊石地域】

熊石居宅介護支援事業所 ☎01398-2-2365



## (5)認知症に関する悩みをじっくり聞いて欲しい

### ①熊石介護者と共に歩む会

認知症介護の経験を持つ会員と話をすることができます。  
介護の悩みや困りごとを語り合う集いも開催しています。  
詳細は住民サービス課 住民福祉係までお問い合わせ下さい。

電話番号:01398-2-2365

受付時間:平日8時30分~17時15分(年末年始除く)

### ②北海道認知症の人を支える家族の会(コールセンター)

認知症介護の経験を持つ会員と話をすることができます。  
地域が限定されますが、定期的な集いも開催しています。

電話番号:011-204-6006

受付時間:平日10時00分~15時00分  
(年末年始を除く)



ホームページ

対応のコツや介護者側のストレス対処など、様々な情報や  
経験を持つ介護経験者は頼れる仲間です。  
専門職以外にも悩みを分かち合ったり、愚痴や弱音を  
言い合えたりする仲間がいると心強い味方になります。



### ③認知症カフェ



認知症の方・介護者の方の外出・交流を目的としたカフェです。

#### 【八雲地域】

日 時:毎月第3月曜日(祝祭日は変更) 10時00分～

会 場:ラフも(本町219番地)

内 容:認知症や介護に関する相談対応、ミニイベント  
介護予防活動、パンフレット配布など

参加費:300円(飲料・お菓子を提供)

予 約:不要

連絡先:保健福祉課 包括支援係 ☎65-5001

#### 【熊石地域】

会 場:介護者の会、個人宅で開催しています。

参加ご希望の際はご連絡ください。

連絡先:住民サービス課 住民福祉係

☎01398-2-2365

## (6)もの忘れがある方の運転について

認知症が進むと運転が難しくなると自覚することが難しく、  
運転をやめる決断がしにくくなってしまう場合があります。

ご家族等から外出時の送迎を申し出る、タクシー助成券など利用  
できるサービスを提案して申請手続きを手伝うなど、当事者の方が  
車や免許証を手放す決断をしやすくなるよう協力しましょう。

免許証返納の手続きは下記の機関へお問い合わせください。

### <運転免許返納時の申請先>

函館運転免許試験場(石川町149番地23) ☎0138-46-2007

八雲警察署(富士見町113番地) ☎0137-64-2110