

◎認知症の人とかかわる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. 声をかけるときは一人で
4. 後ろから声をかけないで
5. 相手に目線を合わせてやさしい口調で
6. おだやかに、はっきりと話しかける
7. 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

◎各種相談機関

指宿市地域包括支援センター | 指宿市役所 6番窓口 | TEL 0993-22-2111

地域で暮らす高齢者の生活を医療・介護・福祉・保健など、様々な面から包括的に支援するための「総合相談窓口」です。

認知症初期集中支援チーム
(指宿市地域包括支援センター内) | 指宿市役所 6番窓口 | TEL 0993-22-2111

認知症の専門医と医療・介護の専門職で構成されたチームで、認知症の方やその疑いのある方、またそのご家族を訪問し、必要に応じてサポートを行います。

認知症に関する疑問や悩みの電話相談窓口
(認知症の人と家族の会 鹿児島支部) | 鹿児島市鴨池新町1-7
県社会福祉センター2階 | TEL 099-257-3887
月～金曜日10～16時

介護体験者や専門職の相談員が心ゆくまでお聞きします。来訪相談も可能。

若年性認知症相談窓口 | 月～金曜日 10時～17時 | TEL 099-251-4010

若年性認知症特有の様々な疑問や悩みに対し、専門教育を受けた相談員が対応します。

専門医療機関（精神科）

医療機関名	住所	電話
赤崎病院	開聞仙田2307	0993-32-2011
指宿竹元病院	東方7531	0993-23-2311
西田病院	十二町2105-1	0993-22-3352

認知症疾患医療センター

医療機関名	住所	電話
ウエルフェア	枕崎市	0993-72-4747
九州病院	白沢北町191	

認知症サポート医のいる医療機関

医療機関名	住所	電話
生駒外科医院	湊2丁目23-20	0993-22-3059
指宿竹元病院	東方7531	0993-23-2311
指宿脳神経外科	東方8714-21	0993-27-1177
幸南クリニック	西方6733	0993-25-6090
西田病院	十二町2105-1	0993-22-3352
宮菌クリニック	開聞十町1266	0993-32-2001
国立病院機構 指宿医療センター	十二町4145	0993-22-2231



あんしん認知症ガイド

認知症の方と家族が穏やかな
毎日を過ごせる指宿市をめざして

認知症チェック項目

認知症チェック項目はあくまでも目安です。認知症の診断をするものではありません。3つ以上あてはまった場合はかかりつけ医等に相談してみましょう。

- 同じことを言ったり聞いたりする
- 物の名前が出てこなくなった
- 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた
- 薬の管理ができなくなった
- 以前はあった関心や興味が失われた
- だらしなくなった
- 日課をしなくなった
- 時間や場所の感覚が不確かになった
- 慣れた場所で道に迷った
- 財布などを盗まれたという
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 蛇口・ガス栓の締め忘れ火の用心ができなくなった
- 複雑なテレビドラマが理解できない
- 料理の手順が悪くなった
- 機械の操作が覚えられない、使いこなせない、使い方を忘れる
- 思考が遅くなった、判断力が落ちた
- 夜中に急に起きだして騒いだ
- 幻覚を見る

出典:国立長寿医療研究センター「認知症チェックリスト」

認知症の介護は家族だけで解決できる問題ではありません。ひとりで抱え込まず、ぜひ、医師やケアマネジャー、行政の窓口等に相談してください。この「あんしん認知症ガイド」が認知症の方と家族の方々にお役に立てれば幸いです。

指宿市役所 長寿支援課
令和7年4月発行

※本人の様子や症状には個人差があります。

	MCI (軽度認知障害)	認知症 (軽度)	認知症 (中等度)	認知症 (重度)
認知症の経過	自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活を送るには支援や介護が必要	常に専門医療や介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> • 物の忘れが増えるが自覚もある • 財布の中に小銭が増える • 会話の中に「あれ」、「それ」等の代名詞がよく出てくる 	<ul style="list-style-type: none"> • 同じことを何度も聞くようになる • 物や人の名前が出てこない • 置き忘れやしまい忘れが増える • 料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる 	<ul style="list-style-type: none"> • 「物を盗られた」などの発言をする • 洋服の着替えがうまくできなくなる • 道に迷って帰れなくなる • 物の忘れの自覚がない 	<ul style="list-style-type: none"> • 食事、トイレ、お風呂、移動などの日常生活に関することが、誰かの助けがないと難しい • 車いすやベッド上での生活が長くなる • 表情が乏しくなる
本人の気持ち	物の忘れについて不安を感じている	物の忘れや失敗が増え、これまでできていたことができなくなり、気持ちが沈んでしまう 失敗したときどうしたらいいかわからずイライラし不安が高まる		自分の気持ちをうまく言葉にできない 嬉しい感情、嫌な感情は伝わる
介護者のポイント	<ul style="list-style-type: none"> • 気になり始めたら、早めにかかりつけ医や地域包括支援センター等に相談しましょう。つことが大切です。何でもかんでも取り上げず、本人期です。 • MCIは認知症の一手前です。早期発見しができないことだけをサポートしましょう。て、食事・運動・認知機能トレーニング等適切に取り組めば正常に戻る可能性があります。 	<ul style="list-style-type: none"> • 本人が家庭や地域社会の一員であるという役割を持つ • 介護予防サービスの利用を検討しましょう。 • 認知症について正しい知識を持つことが大切です。 • 周囲の接し方や生活環境の工夫で本人の混乱を少なくすることができます。 	<ul style="list-style-type: none"> • 介護の負担が増え、家族も大変になってくる時 • 介護サービスを複数組み合わせることで介護負担を軽減しましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> • 体力が衰え、合併症を起こしやすくなるので注意が必要です。 • 施設入所についても検討しましょう。 • 最期の迎え方について家族間で話し合いをしておきましょう。
介護予防	シルバー人材センター 生涯学習 老人クラブ ころばん体操 地域サロン ふれあいデイ など			
医療	かかりつけ医 認知症サポート医 認知症疾患医療センター 認知症初期集中支援チーム			
介護保険	介護サービスの利用（訪問介護、通所介護、訪問看護、通所リハビリ、訪問リハビリ、短期入所（ショートステイ）、福祉用具貸与、住宅改修、小規模多機能型居宅介護等）			
安否確認・見守り	家族 地域住民 民生委員 在宅福祉アドバイザー 認知症サポーター養成講座 訪問給食サービス 緊急通報装置 高齢者等あんしん登録票 見守りサポーター協力事業所			
相談	地域包括支援センター	居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）		
	認知症カフェ 認知症の人と家族の会 家族介護教室			
権利	日常生活自立支援事業（社会福祉協議会）	成年後見制度		
住まい	自宅 軽費老人ホーム 有料老人ホーム サービス付き高齢者向け住宅			認知症高齢者グループホーム 介護老人保健施設 介護老人福祉施設

