

緊急時の連絡先

※ 困ったときや容態が急変したときなど、いざというときあわてないように、ご自身の連絡先を記入し、見えるところに貼っておきましょう！

※ 緊急入院した時など、かかりつけ医やケアマネジャーに後日でも報告することを忘れないようにしましょう。

かかりつけ医	名称:	(備考)
	電話:	
緊急対応の病院	名称:	
	電話:	
かかりつけ薬局	名称:	
	電話:	
訪問看護ステーション	名称:	
	電話:	
居宅介護支援事業所	名称:	
	担当ケアマネジャー()	
	電話:	

○ 高齢者の総合相談窓口 (地域包括支援センター *機能等についてはP8をご覧ください)

能登町地域包括支援センター (本所)	住所: 能登町字松波13字75番地
	電話: 0768-72-2513
能都藤波支所 (鳳寿荘内)	住所: 能登町字藤波井字48番地2
	電話: 0768-62-3666
能都崎山支所 (社会福祉協議会ケアセンター能都支所内)	住所: 能登町字崎山1丁目1番地
	電話: 0768-62-0602
柳田支所 (こすもす内)	住所: 能登町字五郎左工門分藤17番地
	電話: 0768-76-2002
内浦支所 (第二長寿園内)	住所: 能登町字布浦ノ字10番地3
	電話: 0768-72-8885

○ 医療・介護保険担当窓口

能登町役場 健康福祉課 (能登町字松波13字75番地)	介護保険係
	電話: 0768-72-2502
	福祉医療係
	電話: 0768-72-2503

保存版

平成28年3月作成

能登町

医療と介護の資源ガイド

目次

- 1. 医療サービス (在宅医療) … 1~2P
- 2. 介護サービス (利用までの流れ他) … 3~8P
- 3. 地域包括支援センター … 8P
- 4. 認知症における医療と介護 … 9~14P

この冊子は医療と介護サービスを受けながら病院ではなく住み慣れた自宅で過ごしたいという方や、ご自宅で生活されている高齢の方が安心して暮らせるよう、町内の医療・介護サービス等をまとめたものです。

能登町

1. 医療サービス(在宅医療)

在宅医療とは?

超高齢化とともに、長期に療養生活を行う人が増大しています。その多くの方が現状、病院での入院生活となっておりますが、できるだけ**住み慣れた自宅や施設(生活の場)で療養生活が継続できるよう、診療や治療、処置などを生活の場で行うのが「在宅医療」**です。主に通院がむずかしい患者さんが、医師や看護師等医療従事者に自宅等へ来てもらい医療の継続支援を受けることをいいます。

「訪問診療」と「往診」…訪問診療と往診はどちらも在宅医療に含まれます。
 訪問診療は定期的に訪問して行う医療処置で、往診は主に病状の急変時など不定期に行う治療です。



<医療機関>

在宅医療の中心となるのは、地域の「かかりつけ医」です。

在宅医療をご希望される方は、まず、現在かかっている主治医にご相談ください。

能都地区	町内の医療機関	住所 連絡先(電話)	診察日(○:1日、△:半日)・時間(※)							訪問診療 (往診)	
			月	火	水	木	金	土	備考		
能都地区	公立宇出津総合病院	宇出津字97 ☎62-1311	△	△	△	△	△	△	△	△:9:00~12:00 (※一部異なる科があります)	往診不可、 訪問診療 応相談
	千間内科クリニック	宇出津山分2-32-2 ☎62-1001	○	○	○	△	○	△	○:9:00~13:00 15:00~18:00 △:9:00~13:00	可(月~水、金 午後1時~3時)	
	医療法人社団 美能里会 はしもとクリニック	崎山3-203 ☎62-8300	○	○	△	○	○	△	○:9:00~12:30 14:30~18:00 △:9:00~12:30	水・土午後 に訪問診療	
	医療法人社団 持木会 持木メディカルクリニック	宇出津字61-2 ☎62-1210	○	○	○	○	○	△	○:9:00~13:00 15:00~18:00 △:9:00~13:00	可	
	瑞穂診療所	瑞穂10-166 ☎67-1647	/	/	△	/	/	/	/	△:13:00~16:00	不可
柳田地区	生垣医院	柳田口-1 ☎76-0001	○	○	○	△	○	△	○:8:00~12:00 14:00~18:00 △:8:00~12:00	可	
	医療法人社団 持木会 柳田温泉病院	上町8-393 ☎76-1223	○	○	○	○	○	△	○:9:00~12:00 13:30~17:00 △:9:00~12:00	可	
内浦地区	小木クリニック	小木15-23-3 ☎74-1711	○	○	○	△	○	△	○:9:00~18:00 △:9:00~12:30	可	
	升谷医院	松波10-99-1 ☎72-1151	○	○	○	/	○	△	○:9:00~18:00 △:9:00~15:00	可(木曜日)	

(※)原則、日曜・祝日・年末年始は休診です。診療日等は、都合により変更になる場合がありますので、事前にお電話等で確認ください。

<歯科医療機関>

寝たきりで歯科医院に通えない方などのために、歯科医師等が自宅または施設に訪問して治療を行います。訪問歯科診療は食べることをサポートしたり、お口の中を清潔に保つことで病気を予防したり、全身状態の改善を目的としています。まずは、歯科医師にご相談ください。

<訪問歯科診療で対応可能な状態>

- ・入れ歯の具合が悪い(落ちやすい、あたって痛い、破損しているなど)。
- ・入れ歯がない。
- ・痛い歯がある、動く歯がある、歯ぐきが腫れている、むし歯がある。
- ・なかなか飲み込めない、食事に時間がかかる。
- ・口の中に痰や汚れがべったり付いている、臭い、乾いている。歯石の除去。



能都地区	町内の歯科医療機関	住所 連絡先(電話)	診察日(○:1日、△:半日)・時間(※)							訪問歯科診療
			月	火	水	木	金	土	備考	
能都地区	岡本歯科	崎山2-4-2 ☎62-3377	○	○	△	○	○	△	○:9:00~12:30 14:00~18:00 △:9:00~12:30	可
	はしもとデンタルクリニック	宇出津新港2-24-1 ☎62-2123	○	○	○	△	○	第1-3 ○ 第2-4 △	○:9:00~12:30 14:30~18:30 △:9:00~12:30	可
	持木歯科医院	宇出津字42-1 ☎62-0525	○	○	○	○	○	△	○:9:00~12:00 14:00~18:00 △:9:00~12:00	可
柳田地区	宮本歯科医院	笹川口部36-2 ☎76-0216	○	○	○	○	○	△	○:8:30~12:30 14:30~18:00 △:8:30~12:30	可
内浦地区	草山歯科医院	小木15-23-4 ☎74-1108	○	○	○	○	○	△	○:8:30~12:30 14:00~18:00 △:8:30~12:30	可

(※)原則、日曜・祝日・年末年始は休診です。診療日等は、都合により変更になる場合がありますので、事前にお電話等で確認ください。

<保険調剤薬局>

高齢になると、複数の病気を抱える人も多くなり、薬の種類も多くなりがちです。在宅医療では、薬剤師が自宅を訪問し服薬についての説明や、薬の飲み合わせの管理など、服薬治療に関するサポートを行います。



能都地区	町内の調剤薬局	住所 連絡先(電話)	営業日・時間	薬剤師居宅 療養管理 指導(注1)	薬の 一包装 (注2)	お薬配達
能都地区	宇出津アイン薬局	宇出津字98-2 ☎62-8166	月~金:8:30~18:00 (土・日・祝日閉局)	可	可	可 居宅療養管理指導対象者のみ、当日の午後4時以降で、都合に合わせる。
	宇出津らいふ薬局	宇出津字70-8 ☎62-3376	月~金:8:30~18:30 土:8:30~12:30 (日・祝日閉局)	可	可	可 町内配達可能。処方箋受け取りの原則当日、在庫状態で翌日。
	河合薬局	鶴川19-33 ☎67-1053	月~土:9:00~18:00 (日・祝日閉局)	不可	可	可 配達は鶴川・瑞穂地区。処方箋受け取りの当日、または翌日。
	小西薬局	宇出津新35 ☎62-1524	月~土:8:30~19:00 (日曜閉局)	可	可	可 町内配達可能。宇出津地区当日、他地区は翌日の午後が原則。緊急薬等は応相談。
	さくら薬局能登うしつ店	宇出津字98-1 ☎62-8811	月~金:8:30~18:00 (土・日・祝日閉局)	可	可	可 配達は、町内範囲で応相談。処方箋受け取り当日の午後6時以降。
内浦地区	たておか薬局	宇出津字11 ☎62-0044	開局時間:8:00~19:00 (第1・3日曜定休日)	可	可	可 相談に応じます。(宇出津地区のみ)
	チューリップ宇出津薬局	宇出津山分2-19-3 ☎62-1515	月~水、金:9:00~18:00 木:9:00~17:00 土:9:00~13:00	可	可	可 居宅療養管理指導対象者のみ、薬局から車で30分程度の範囲で可能。
	クオール能登町薬局	松波10-107-1 ☎72-2289	月~土:9:00~18:00 (日曜・祝日閉局)	可	可	可 居宅療養管理指導又は、在宅訪問薬剤師管理指導対象者。配達は、処方箋受け取りの翌日。薬局から正院~柳田程度の範囲

(注1) 薬剤師居宅療養管理指導…医師又は歯科医師の指示に基づき薬剤師が薬の管理指導計画を作成します。利用者のお宅を訪問して服薬指導、服薬状況の確認、医師やケアマネジャー等との連携を行い服薬治療をサポートします。

(注2) 薬の一包装…原則として、医師処方箋による一包装指示が必要です。吸湿等で一包装できないお薬もあります。可能なお薬であれば粉碎調剤(砕いて飲み込みやすく)等もしていただける場合がありますので、ご相談ください。

2. 介護サービス【介護保険サービス利用までの流れ】

①申請

町健康福祉課(介護保険)窓口

(申請に必要なもの)

□申請書

役場窓口にあります(町ホームページからダウンロード可)。申請書には、主治医氏名・医療機関名・所在地・電話番号の記入欄があるので確認しておきましょう。

□介護保険の保険証

40~64歳の方は、健康保険証が必要です。



- ・地域包括支援センター
- ・居宅介護支援事業所
- ・介護保険施設でも申請を依頼できます。

注意)

発熱や急な痛み、認知症状の一時的な憎悪など通常の状態でない時に申請されても「認定調査」を行うことは出来ません。必要な受診・治療等の対応後に申請しましょう。

②訪問調査

申請後、町から調査員が訪問し、ご本人の心身の状態や、生活状況、家族・住居環境などについて聞き取り調査を行います。

注意)

「認定調査」の実施場所や日時等は、申請者に確認します。ご本人だけでは正確に調査できない場合がありますので、調査に立ち会うなど調整しましょう。



○主治医に受診する

町(保険者)から、主治医へ意見書作成を依頼します。

注意)

主治医意見書作成のため、改めて受診していただくことがあります。

③介護認定審査会で判定

「訪問調査」や、保険者が取り寄せた「主治医意見書」などをもとに専門家が公平、公正な審査・判定を行い要介護度を決定します。



④結果通知

★申請から原則30日以内に届きます

要介護認定(要介護1~5) **介護サービス**を利用できます

要支援認定(要支援1,2) **介護予防サービス**を利用できます

非該当(自立) **地域支援事業**を利用できます



要介護・要支援認定を受けた方は

⑤居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)決定

認定の結果でサービスの利用頻度や費用などが異なります。担当ケアマネジャーと相談しながら利用サービスを決めます。



○介護予防サービスの訪問介護、通所介護は、平成29年4月から地域支援事業の「介護予防・日常生活支援総合事業」に移行します。

<居宅介護支援事業所>

介護保険の要介護認定申請手続き代行や、ケアプラン(介護サービス支援計画)作成、直接サービスを行うサービス提供事業者などとの連絡や調整を行うケアマネジャー(介護支援専門員)のいる事業所です。ケアマネジャーは介護の知識を幅広くもつ専門家です。本人や家族の相談に応じて適切なアドバイスも行います。

	町内の居宅介護支援事業所	住所	連絡先(電話)	営業日・時間
能都地区	能登町社会福祉協議会ケアセンター能都支所	崎山1丁目1	62-0602	月~金:8:30~17:15 (必要に応じ、24時間相談可) 土日、祝日、年末年始休業
	居宅介護支援事業所 はしもとクリニック	宇出津ム-13	050-2020-6342	月~金:9:00~17:00 土:9:00~11:00 日、祝日休業
	藤波デイサービスセンター居宅介護支援事業所	藤波井字42-2	62-3666	8:30~17:00 営業 年始休業
	持木メディカルクリニック居宅介護支援事業所	宇出津タ字61-2	62-1210	月~金:8:30~17:15 土・祝日:8:30~13:15
柳田地区	多花楽会居宅介護支援事業所	柳田信部6	76-0980	8:15~17:15 営業(必要に応じ、24時間対応可)年中無休
	居宅介護支援事業所 こすもす	五郎左工門分藤17	76-2002(代表)	月~金:8:30~17:30 (必要に応じ、24時間相談可) 土日休業
内浦地区	第二長寿園居宅サービスセンター	布浦ノ字10-3	72-8885	8:30~17:30 営業(連携体制で24時間相談対応)年中無休

*年末・年始休業などは事業所に確認下さい

●自宅で利用するサービス

<ホームヘルパー(訪問介護)>

ホームヘルパーが訪問し、入浴、排泄、食事介助などの身体介護、調理、洗濯などの日常生活上のお世話をします。

	町内の訪問介護事業所	住所	連絡先(電話)
能都地区	能登町社会福祉協議会ヘルパーステーション	崎山1丁目1	62-0602
	美能里会 訪問介護事業所	宇出津ム-13	050-2020-6342
柳田地区	多花楽会訪問介護事業所	柳田信部6	76-0980
内浦地区	第二長寿園訪問介護サービスセンター	布浦ノ字10-3	72-8885



<訪問看護>

医師の指示のもと、看護師などが訪問し、診療の補助(カテーテルの管理や健康チェックなど)、療養上の世話(食事や排せつ、床ずれの処置など)をサポートします。訪問看護は、医療保険と介護保険のどちらでも利用することができ、利用したい場合は、まずはかかりつけ医や看護師に、介護保険の場合はケアマネジャーなどに相談してみましょう。

	町内の訪問看護事業所	住所	連絡先(電話)	備考
能都地区	公立宇出津総合病院	宇出津タ字97	62-1311	外来受診で、医師指示を要する
	能登中央訪問看護看護ステーション	崎山1丁目1	62-1217	
内浦地区	能登内浦訪問看護ステーション	松波13-77	72-2177	

<訪問入浴介護>

介護者、看護者が専用の移動入浴車などで自宅を訪問して行う入浴介護です。寝たままでも浴槽に浸かったり、体を洗ってもらえることができ、入浴前の体調確認なども行ってもらえます。

	町内の訪問入浴介護事業所	住所	連絡先(電話)
能都地区	藤波デイサービスセンター訪問入浴介護事業所	藤波井字48-2	62-3666
柳田地区	多花楽会訪問入浴事業所	柳田信部6	76-0980



<訪問リハビリテーション>

在宅での生活動作向上を目的として、理学療法士、作業療法士などが自宅を訪問してリハビリテーションを行います。

	町内の訪問リハビリ事業所	住所	連絡先(電話)	備考
能都地区	公立宇出津総合病院	宇出津字97	62-1311	外来受診で、医師指示を要する

●施設に通って利用するサービス

<デイサービス(通所介護)>

送迎つきの通所介護施設で、食事・入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練、レクリエーションなどを日帰りで受けられます。他者と交流することで気分がリフレッシュされ、閉じこもりの防止や孤立感の解消などが図れます。

	町内のデイサービス事業所	住所	連絡先(電話)	備考
能都地区	七見デイサービスセンター	七見ツ字100	67-8201	15人定員/日 ※地域密着型サービス
	藤波デイサービスセンター	藤波井字48-2	62-3666	30人定員/日
柳田地区	デイサービスセンター こそもす	五郎左工門分藤17	76-2002(代表)	35人定員/日
	デイサービスセンター 多花楽	柳田信部6	76-0980	30人定員/日
	認知症対応型デイサービス こそもす	五郎左工門分藤17	76-2002(代表)	12人定員/日 ※地域密着型サービス
内浦地区	小木デイサービスセンター	小木15-42-2	74-1777	19人定員/日
	第二長寿園デイサービスセンター	布浦ノ字10-3	72-8887	33人定員/日

※地域密着型サービス:原則、能登町の住民のみ利用できます

<デイケア(通所リハビリテーション)>

送迎つきの通所リハビリ施設で、食事・入浴などの日常生活上の支援や、生活機能を向上させるためのリハビリテーションなどを日帰りで受けられます。デイケアでは、医療的なケアなどを中心に理学療法士や作業療法士など専門スタッフがあたります。

	町内のデイケア事業所	住所	連絡先(電話)	備考
柳田地区	通所リハビリテーションセンター陽だまり	上町8-393	76-1223(代表)	20人定員/日

●短期間施設に泊まるサービス

<ショートステイ(短期入所生活介護)>

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)などに短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などのサービスが受けられます。介護をしている家族の休息や用事等で利用することもできます。

	町内のショートステイ事業所	住所	連絡先(電話)	備考
能都地区	短期入所施設石川県鳳寿荘	藤波井字48-2	62-1241(代表)	10床
柳田地区	特別養護老人ホームこそもす	五郎左工門分藤17	76-2002(代表)	40床
内浦地区	第二長寿園短期入所生活介護センター	布浦ノ字10-3	72-8888	10床

<医療型ショートステイ(短期入所療養介護)>

介護療養型医療施設などに短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などのサービスが受けられます。医療的なサービスが可能で、介護する家族の心身の負担軽減にも役立ちます。

	町内の医療型ショートステイ事業所	住所	連絡先(電話)
柳田地区	医療法人社団持木会 柳田温泉病院	上町8-393	76-1223(代表)

●自宅から移り住んで利用するサービス

<介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)>

常に介護が必要で、自宅では介護が難しい方が対象となる施設です。(やむを得ない事情がある場合を除き、H27年4月から新規に入所できるのは、要介護3以上の方になりました。)

	町内の介護老人福祉施設	住所	連絡先(電話)	備考
能都地区	特別養護老人ホーム石川県鳳寿荘	藤波井字48-2	62-1241(代表)	100床
柳田地区	特別養護老人ホームこそもす	五郎左工門分藤17	76-2002(代表)	80床
内浦地区	特別養護老人ホーム第二長寿園	布浦ノ字10-3	72-8888	従来型特養50床、 ユニット型特養30床

<介護療養型医療施設>

急性期の治療を終え、病状は安定しているものの、長期にわたり療養が必要な方が対象となる施設です。(要介護1以上の方が対象となります。)

	町内の介護療養型医療施設	住所	連絡先(電話)	備考
柳田地区	医療法人社団持木会 柳田温泉病院	上町8-393	76-1223(代表)	144床



<グループホーム（認知症対応型共同生活介護）> ※地域密着型サービス ：原則、能登町の住民のみ利用できます

認知症と診断された高齢者が、少人数の家庭的な雰囲気の中で共同生活を送ることにより、症状の進行を緩和し、よりよい日常生活を送ることができるよう支援する場（住居）です。施設というより「家」に近い感じです。（要支援2以上の方が対象となります。）

	町内のグループホーム	住 所	連絡先（電話）	備 考
能 都 地 区	グループホーム いるか乃里	姫12-95	62-8125	1ユニット
	グループホームなかよし	瑞穂ツ字112-3	67-1577	2ユニット
	グループホーム 夕凧	藤波21-7-1	62-1090	1ユニット
柳 田 地 区	グループホームぼかぼか	上町へ部20	76-2037	2ユニット
	鶴の恩返しホーム柳田	石井ト部5-3	76-2050	2ユニット
内 浦 地 区	グループホーム長寿の郷	布浦ノ字10-3	72-8822	3ユニット
	鶴の恩返しホーム	小木1丁目161-2	74-1318	1ユニット

○ユニットは共同生活単位で1ユニットは9人です



<軽費老人ホーム>

身体機能の低下などで自立した日常生活を営むことに不安があると認められ、家族による援助を受けることが困難な高齢者が食事や日常のサポートを受けられる福祉施設です。介護保険による生活介護サービス（特定施設入居者生活介護）を受けられる施設もあります。

	町内の軽費老人ホーム	住 所	連絡先（電話）	備 考
能 都 地 区	軽費老人ホーム ケアハウス縄文	宇出津新港2丁目23	62-3470	特定施設入居者生活介護あり

<養護老人ホーム>

常時介護の必要はないが、心身および経済的な理由などから居宅における生活が困難な65歳以上の高齢者を養護するための福祉施設です。入所費用は入所者および扶養義務者が能力に応じて負担します。

	町内の養護老人ホーム	住 所	連絡先（電話）	備 考
能 都 地 区	石川県鳳寿荘	藤波井字48-1	62-1241（代表）	特定施設入居者生活介護あり

<その他、高齢者対応型住居>

	町内の高齢者対応型住居	住 所	連絡先（電話）	備 考
柳 田 地 区	高齢者生活支援ハウス多花楽	柳田信部6	76-0980	13部屋（定員15人）。概ね60歳以上の者で、高齢の為居宅において生活することに不安のある者。
	高齢者対応型共同住宅 てっから	柳田17-3	76-1112	16部屋。ひとり暮らしが不安な高齢者（60歳以上）など。

●その他のサービス

<小規模多機能型居宅介護> ※地域密着型サービス：原則、能登町の住民のみ利用できます

住み慣れた家で生活が続けられるように、施設への「通い」サービスや、必要に応じて「訪問介護」、施設での「泊まり」サービスなどを組み合わせて利用することができます。

	町内の小規模多機能型居宅介護事業所	住 所	連絡先（電話）	備 考
能 都 地 区	ケアホーム いるか乃里	姫3-18	62-1588	利用定員 25人まで
	小規模多機能型居宅介護 朝凧	藤波21-7-1	62-1090（☎受付：月～金 8:00～17:00）	利用定員 25人まで
	智恵袋	宇出津山分2-33	62-2100	利用定員 25人まで

<移送サービス>

移動が困難な方の通院等の外出を支援します。車いすや歩行器を必要とする歩行困難な方の車への乗降介助や、寝たきりの方はストレッチャー等で介助し、移送します。

	町内の移送サービス事業所	住 所	連絡先（電話）	備 考
能 都 地 区	能輝人	藤波21-7-1	62-8686	福祉車両を用い、乗降の介助もあり

<福祉用具レンタル>

歩行器・車いす、特殊寝台、床ずれ防止用具、認知症徘徊感知機器などの福祉用具がレンタル（貸し出し）できます。（介護の認定区分により、原則レンタルできないものもあります。）

	町内の福祉用具レンタル事業所	住 所	連絡先（電話）	備 考
能 都 地 区	波島商店	宇出津タ字65-7	62-2192	
	有限会社めでいかるもっちーず	宇出津タ字61-16	62-0373	*特定福祉用具販売可
内 浦 地 区	土川電気商会	松波10-6	72-0041	

*特定福祉用具（トイレ・入浴関連用具などレンタルに適さないもの）は、購入対象となりますが、販売の指定を受けていない事業者から購入した場合、介護保険の支給対象になりませんのでご注意ください。

3. 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して尊厳ある、その人らしい生活を継続できるよう、支援体制の充実を図る中核拠点です。主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などの専門職が連携をとりながら、高齢者の総合的な支援を行います。

高齢者のこんな相談を受けています

- 心身の衰えが心配（予防したい）。
- 介護や生活の支援を受けたい。
- 一人暮らしで財産の管理が心配。
- 悪質商法では？相談したい。
- 近所の高齢者や家族で心配な人がいる。
- 認知症の疑いがあるが、どうすればいいかわからない。
- 出かけて家に戻れないことがあり、行方不明になる心配がある。

<お問い合わせ、ご相談窓口>

能登町地域包括支援センター（本所）

能登町字松波13字75番地
（役場内浦庁舎 健康福祉課内）

平日 午前8:30～午後5:15

☎0768-72-2513

土日、祝日、夜間は能登町役場

☎（代表）0768-62-1000

*能登町地域包括支援センター支所は裏表紙に記載

4. 認知症における医療と介護

【認知症ケアの重要性】

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気によって引き起こされます。65歳以上の人の10人に1人、85歳以上では4人に1人にその症状があるといわれ、決してめずらしい病気ではありません。

認知症になると、記憶障害や認知障害から不安に陥り、その結果、まわりの人との関係が損なわれ、症状の悪化や家族が疲れきってしまうことが少なくありません。しかし、周囲の理解と気遣いがあれば穏やかに暮らしていくことも可能なのです。まず、皆が認知症を正しく理解し、対応することが重要です。

認知症とは？

「認知症」は病名ではありません。いろいろな原因(病気)で脳細胞が死んでしまったりして、脳の司令塔の働きに不都合が生じ、日常生活や社会生活に支障をきたした状態であり、それが、おおよそ6ヶ月以上継続しているものをいいます。日々の生活に支障がなければ認知症とはいいません。

a. 認知症の原因となる脳の病気で代表的なもの

● 根本的な治療が困難な認知症～進行を遅らせる治療を行います～

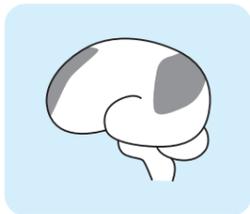
①アルツハイマー型認知症

βアミロイド(タンパク質のゴミ)が蓄積することで脳の神経細胞が徐々に減少するのではといわれています。主に海馬(記憶を司る脳の領域)が委縮します。

【症状】初期には物忘れが徐々に現れ、ゆっくりと進むのが特徴です。特に最近のことを覚えていくことができません。判断力の低下、時間や場所がわからなくなるなどの症状のほか、物を盗られる妄想、ないものが見える、不安やうつ、いろいろな暴言・暴行などさまざまな症状が現れることがあります。

※SPECT画像を参考に脳の血流の違いをイメージしたイラスト

● =機能が低下している部分



②レビー小体型認知症

レビー小体という特殊なタンパク質が、脳の神経細胞の中にたまることによって起こるといわれています。

【症状】初期の段階から、物忘れに加えて、実際にはないものが見えるというような幻視、壁のシミが虫に見える・洋服が人の姿に見えるなどの錯視などの症状が見られます。調子の良いときと悪いときの変化が大きかったり、手足の震えや小刻み歩行などが特徴です。



③前頭側頭型認知症(ピック病)

脳の前頭葉や側頭葉で神経細胞が減少し、脳の委縮が目立ちます。65歳以下の発症が多いのも特徴の一つです。

【症状】初期には、物忘れなどの記憶障害は現れにくいのですが抑制が欠如し、万引きなど反社会的な行動や暴力的になるなどの性格の変化(人格障害)が現れます。



● 予防や治療が可能な認知症～原因となる病気の治療を行います～

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などが原因で、その部分の神経細胞が死んでしまったり、神経のネットワークが壊れてしまう病気です。

【症状】症状が突然現れたり、その後も階段状に悪化・変動します。例えば物忘れが強いのに判断力や理解力は問題なく保たれるなど「まだら認知症」といわれる場合もあります。脳のダメージを受けた場所で、手足のまひや、ろれつが回りにくい、感情のコントロールができなくなるなどの症状が早期からみられます。



● その他(治る病気や一時的な症状の場合もあります。)

- ・正常圧水頭症、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫……脳外科的処置で劇的によくなる場合があります。
 - ・甲状腺ホルモン異常、老年期うつ……内科的治療でよくなります。
 - ・不適切な薬の使用……薬を止めたり、薬の調整で回復します。
- これ以外にも頭部の病気やケガなど様々な原因で発症することがあります。

b. 認知症の早期発見

《早い時期に受診することのメリット》

治る病気(正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫など)や一時的な症状の場合でも、長期間そのまま放っておくと回復できなくなります。また、アルツハイマー型認知症など、治療で完治が難しい病気の場合でも、薬で進行を遅らせることができ、健康に過ごせる時間を長くすることができます。ご本人が病気を理解できる時点で受診し、周囲も少しずつ理解を深めていけば生活上の障害を軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。

「認知症の本人に自覚がない」は大きな間違い、認知症の症状に最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗や、言われても思い出せないもの忘れが重なると、自身が何となくおかしいと思い始め、不安を感じます。

また、認知症は周囲の人が気づくことも少なくはありません。下記のチェックで気になること、思い当たることがあれば早めに医師等に相談してみましょう。

ご家族のための認知症チェック

*あてはまる項目をチェック☑してください

- 同じことを何度も話す、何度も聞く、何度もする
- 財布・通帳などがなくなった、盗まれたと言い出す
- 最近の大きな出来事(冠婚葬祭など)を覚えていない
- 複雑な料理や計算ができない
- 季節にあった服装ができなくなった
- 話のつじつまが合わない
- 慣れた道でも迷うことがある
- ささいなことですぐ怒り、イライラしていることが多い
- 周りの人への気づかいがなくなり、がんこになった
- 外出をしたがらない
- ひとりになることをこわがったり、さみしがったりすぎる
- 下着や洋服をかえず、身だしなみをかまわなくなった

自分のための認知症チェック

*あてはまる項目をチェック☑してください

- 今、切ったばかりの電話の相手や内容が思い出せない
- 貴重品や大切なものしまい忘れや置忘れが増える
- 最近のニュースや出来事が思い出せない
- 料理や片づけ、計算や運転などの間違いが多くなった
- テレビ番組の内容が理解できなくなった
- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 「この頃、様子がおかしい」と周囲から言われる
- ささいなことで怒りっぽくなり、イライラすることが増えた
- 外出時、持ち物を何度も確かめないと不安になる
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を持てなくなった
- 理由もないのに気がふさぐ
- 横の図形と同じものを書き写してください



もしかして
あの
認知症?



もしかして
私
認知症?



老化による「もの忘れ」と認知症による「記憶障害」の違いと特徴

老化による「もの忘れ」



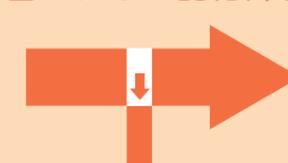
- 体験や出来事の一部を忘れるが、ヒントがあれば思い出すことができる。
- もの忘れしている自覚がある。

たとえば…

- ・朝ごはんのメニューが思い出せないが、朝ごはんを食べたことは覚えている。

日常生活に大きな支障はない

認知症による「記憶障害」



- 体験や出来事の全部を忘れてしまうため、ヒントがあっても思い出すことができない。
- もの忘れをしている自覚がない。

たとえば…

- ・朝ごはんを食べたことを忘れている。

日常生活に支障がある

c. 認知症の診断や相談

認知症の診断や治療は、かかりつけ医に受診し、必要時専門医を紹介してもらうという流れが基本になります。本人や家族が日常生活で困ることがあったり、介護や生活支援をもとめたりしたい場合は地域包括支援センター（P8）に相談しましょう。

●受診時や相談時は、メモにまとめて持参するようにしましょう

- ①本人の経過（いつから、どんな症状や出来事がどのくらい続いているか）
- ②本人や家族が困っていること、求めていること
- ③本人がこれまでかかった病名や飲んでいる薬 など



☞信頼できる「かかりつけ医」を見つけましょう

よく顔を合わせ、一番話しやすい（本人や家族の話しをきちんと聞いてくれる）先生にまず相談してみましょう。

かかりつけ医を持つメリット

- 本人の健康状態の経過を把握している
- 必要に応じ、認知症の診療科や専門医を紹介してもらえる
- 介護保険を利用するとき、本人の状況をしっかり把握したうえで「主治医の意見書」を書いてもらえる
- 入院が必要になった場合に紹介状を書いてもらえる
- 介護サービスや関係相談窓口に必要な時つなげてもらえる など

<近隣専門医療機関>

医療機関名	電話番号	住所
公立宇出津総合病院（精神科）	0768-62-1311	鳳珠郡能登町字宇出津夕字97
珠洲市総合病院（精神科）	0768-82-1181	珠洲市野々江町二部1-1
穴水こころのクリニック	0768-52-1012	鳳珠郡穴水町字川島ヨ47番1
石川県立高松病院	076-281-1125	かほく市高松ヤ36
*石川県認知症疾患医療センター	076-281-2600	
公立能登総合病院	0767-52-8760	七尾市藤橋町ア部6番地4
七尾松原病院	0767-53-0211	七尾市本府中町ワ部5番地

d. 認知症の検査・治療

■検査

記憶、認知機能のテスト

5～15分程度でできる、質問等形式の検査です。

血液検査

認知症と間違われやすい症状に意識障害があり、そうした状態が疑われる場合に有効です。また、生活習慣病が、脳血管性認知症などと強い関係もあるため血液検査で調べます。

画像検査

脳のCT検査、MRI検査、SPECT（スペクト）検査、PET（ペット）検査など

■治療

アルツハイマー病

早期ほど、薬で進行を遅らせることができます。初期から使い始めると健康な時間を長くすることも可能になります。※現在、塩酸ドネペジル、リバスチグミン、ガランタミン、メマンチンなどの薬が広く使用されていますが、根本的な治療薬ではありません。

脳血管性認知症

脳梗塞などの脳血管病を引き起こす基礎疾患（高血圧、血中脂質異常症、高血糖等）を薬、運動、食事等で良い状態にコントロールします。



e. 認知症の症状

脳の細胞が壊れることによって起こるもので、程度の差はありますが**すべての認知症の人に出現する中核症状**と、本人がもともと持っている性格や環境など様々な要因が絡み合って**出たり出なかったりする行動・心理症状**があります。



f. 認知症の人への接し方心得

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

認知症の人だからといって、つきあいを基本的に変えることはありません。しかし、**認知症に伴う認知機能の低下があることを正しく理解して対応すること**が大切です。プライドを傷つけることのないよう、相手の気持ちになって対応してあげることが心がけましょう。ご近所では、ふだんからあいさつや声かけにつとめることも大切です。日常的にさりげない言葉かけを心がけることは、いざというときの確かな対応に役立ちます。

●具体的な対応の7つのポイント

- ①**まずは見守る**・・・さりげなく様子を見守りましょう。ジロジロ見たりするのは禁物です。
- ②**余裕をもって対応する**・・・こちらの困惑や焦りは相手にも伝わり動揺させます。自然な笑顔で対応を。
- ③**声をかけるときは一人**・・・複数で取り囲むと恐怖心をおおしやすい。
- ④**後ろから声をかけない**・・・一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけましょう。「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」など優しく声をかけましょう。
- ⑤**相手の目線に合わせて**・・・小柄な方は、体を低くして目線を同じ高さにして対応しましょう。
- ⑥**おだやかに、はっきりと**・・・高齢で耳が聞こえにくい人も多いので、ゆっくり、はっきりと話しましょう。
- ⑦**相手の言葉に耳を傾けて**・・・急がされたり、同時に複数の問いに答えることは苦手です。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支えよう」

★あなたも「認知症サポーター」になりませんか

「認知症サポーター」とは、認知症の正しい知識を持ち、地域で認知症の人や家族を支援する人です。約10名以上でお申し込みいただければ、随時「認知症サポーター養成講座」を開催します。

（お問い合わせ先）能登町地域包括支援センター 電話72-2513

認知症の進行に合わせて受けられる介護サービスや支援

※認知症となっても本人の意志が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けるという考え方が基本です。

認知症と疑われる症状が発生した場合に、どのような支援を受けることができるのかを早めに理解することが、その後の生活に対する安心感につながります。認知症の生活機能障害の進行経過の中で大まかな位置を知り、今後の参考としてください。(以下の症状は、主にアルツハイマー型認知症の経過を参考にしています。)



認知症を引き起こす疾患や身体の状態などにより経過は異なり、必ずしもこのとおりの経過をたどるわけではありません。

認知症生活機能障害の進行の段階 (いつ)

		1 認知症の疑い	2 認知症を有するが日常生活は自立	3 誰かの見守りがあれば日常生活は自立	4 日常生活に手助け・介護が必要	5 常に介護が必要
		<ul style="list-style-type: none"> ● 物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め日常生活は自立している 	<ul style="list-style-type: none"> ● やる気が出ない、不安が強くなる ● 買い物や事務、金銭管理等にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している ● 新しいことがなかなか覚えられない ● 料理の準備や手順を考えるなど、状況判断が必要な行為が難しくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 服薬管理ができない ● 電話の対応や訪問者の対応などが一人では難しい ● たびたび道に迷う ● 買い物など今までできたことにミスが目立つ 	<ul style="list-style-type: none"> ● 着替えや食事、トイレ等がうまくできない ● 財布など盗られたと言いだす(物盗られ妄想) ● 自宅がわからなくなった ● 時間・日時・季節がわからなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 表情が乏しい ● ほぼ寝たきりで意思の疎通が困難である ● 言葉によるコミュニケーションが難しくなる ● 声かけや介護を拒む ● 飲み込みが悪くなり食事に介助が必要
やっておきたいこと・決めておきたいこと (家族の心構え)		<ul style="list-style-type: none"> ♥ 認知症を予防するため、規則正しい生活が出来るよう働きかける(家での役割を持ってもらうのも良いでしょう。) ♥ 認知症に関する正しい知識や理解を深めておきましょう ♥ 今後の生活設計(介護、金銭管理など)について考えてみましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ♥ 医療や介護について勉強しましょう 認知症を引き起こす病気により今後の経過や介護の方法が異なります。間違った対応は、本人の症状を悪化させる原因にもなります。周囲が適切に対応することにより穏やかな経過をたどることも可能です。 ♥ 失敗ないように手助けしましょう 今まで出来たことが少しずつできなくなり失敗が増えてきます。失敗体験は本人の自信を喪失させ、症状を悪化させることもあるので、出来るだけ失敗しない、失敗を最小限にするようさりげないフォロー(手助け)をしましょう。 ♥ 介護保険サービスなどを利用しましょう 戸惑うような出来事が増え、介護が難しくなってきます。介護者が休息する時間も必要です。介護保険制度等サービスを上手く利用して過度の負担にならないようにしましょう。また、同じ立場の人の集まり(家族会など)で、話を聞いたり自分の気持ちを話せる場をもつことも重要です。 			
予防	介護予防・悪化予防 他者との繋がり支援	介護を予防するための運動教室など 他者と交流 地域高齢者交流会(月1回)、老人福祉センター、公民館等 いきいき介護予防教室(週1回)				
	仕事・役割を持つ	悪化させないためのリハビリとして 通所リハ、通所介護、訪問介護 特技・趣味を活かして活躍(シルバー人材センターなど)				
生活支援	安否確認・見守り 生活支援	ひまわりネットワーク見守り、訪問活動(民生委員)、配食(安否確認)サービス、緊急通報システム、行方不明の備え「徘徊早期発見事業」登録<地域包括支援センター> 配食サービス(高齢者福祉サービス、民間)、商品を配達(民間商店)、予約制タクシー、介護の必要な人の移動支援(民間事業者)、高齢者福祉サービス軽度生活支援(週1回1時間程度)、シルバー人材センター(除雪や庭仕事など) 宿泊サービスが必要なとき(高齢者福祉サービス) 宿泊サービスが必要なとき(介護保険短期入所サービス)				
	医療サービス	診断を受けるには: かかりつけ医、宇出津総合病院(精神科)、認知症の専門的な医療相談(石川県認知症疾患医療センター:石川県立高松病院)				
	介護サービス	医師往診、訪問看護師、薬剤師訪問による服薬管理やリハビリ、療養上の世話や相談指導等 通所でレクリエーションや入浴、食事などのサービスを利用することが出来る 自宅に来て、調理などの生活支援や入浴介助などの身体介護をしてもらうことができる				
住まい	住まい	サービス付き高齢者住宅等 認知症高齢者グループホーム(介護保険) 介護を受けられる施設(特別養護老人ホーム等)				
	家族等支援	※家族介護者教室: 認知症について勉強したり、家族同士の情報交換・交流、リフレッシュのための教室です(問い合わせ先) 能登町社会福祉協議会				

参考: 齊藤正彦「家族の認知症に気づいて支える本」、永田久美子「本人と家族のためのセンター方式ガイド 認知症ケアをもっと楽に!」