

多職種で支える認知症



皆さん、今後高齢者が激増するわが国において、認知症の人が増えていきます。皆さんのご家族やお知り合いの方でも、物忘れが目立つようになったり、いろいろなことが理解できにくくなって認知症が疑われるような人がおられるかもしれません。

この冊子は、都民の皆さんが認知症のことについてお困りになった場合に、少しでもご参考になればという思いで作成しました。皆さんのお役に立ちますようにと願っております。

平成 30 年 3 月

東京都多職種連携連絡会代表
公益社団法人東京都医師会
会長 尾崎 治夫

住み慣れた街で いつまでも自分らしく暮らし続けるために

高齢化が急速に進行する中、東京でも、今後高齢者人口が増加していき、2030年には4人に1人が65歳以上の高齢者になると予想されています。これに伴い、認知症の人も急速に増加し、都内の認知症高齢者は、2025年には、現在の約1.4倍の約56万人に達すると見込まれています。

認知症は誰もがかかる可能性のある身近な病気です。認知症になっても住み慣れた地域での生活を続けられるよう、東京都では認知症対策を重点施策の一つに位置づけ、認知症疾患医療センターの整備を進めるなど、容態に応じた適時・適切な医療・介護・生活支援等を受けられる体制の構築に取り組んできました。今後も、認知症の人の支援に携わる専門職等の連携を推進し、地域における認知症対応力を高めていく必要があります。

東京都は、平成26年度から、医療・介護に関する団体による東京都多職種連携連絡会を開催し、相互の連携強化に取り組んでいます。

この度、この連絡会において、「認知症」をテーマに冊子を作成しました。本冊子では専門職の方々や東京都の取組を紹介しています。ぜひ手に取って、多職種の取組を知っていただき、日々の生活に役立てていただければ幸いです。

平成30年3月

東京都福祉保健局長

梶原 洋

Introduction

認知症はとても身近な病気です



認知症は誰にとっても身近な問題です

誰でも認知症になる可能性があります。だからこそ、認知症のことを正しく理解することがとても大切です。この冊子を読めば、「認知症になるとできないことは増えますが、決して不幸なことではありません」、「物忘れがあるからといって、認知症だとはいえません」、「お隣の人やお友達が認知症になっても、今までどおりのお付き合いをして支えてあげましょう」、「自分が認知症になっても、支えてくれるオール東京チームのメンバーがいます」を分かっていると思います。

認知症に気付いたら

多くの場合、認知症に気付くのはご本人です。一方で、ご家族は気付きにくいといわれています。ご本人の「私、認知症ではないかしら？」という相談には十分に耳を傾けましょう。ご家族には「まさか自分の親が」という思いがありますし、ご本人には「家族には知られたくない」という気持ちがあります。



どこに相談すればいいの？

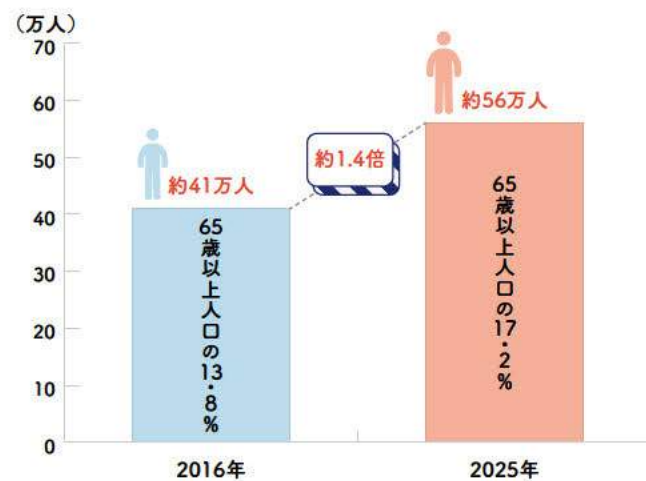
まずは、かかりつけ医に相談しましょう。かかりつけ医がいない場合は、地域包括支援センター P44 や地区医師会に相談してください。認知症を診療する医師を紹介してくれます。

認知症とは？

脳の病気に加え、加齢、生活環境の変化、健康状態などが原因で認知機能（記憶する、話す、問題を解決する、などの脳の働き）が低下し、生活のしづらさが現れる状態を認知症といいます。アルツハイマー病などの認知症を起こす病気を認知症疾患と呼びます。

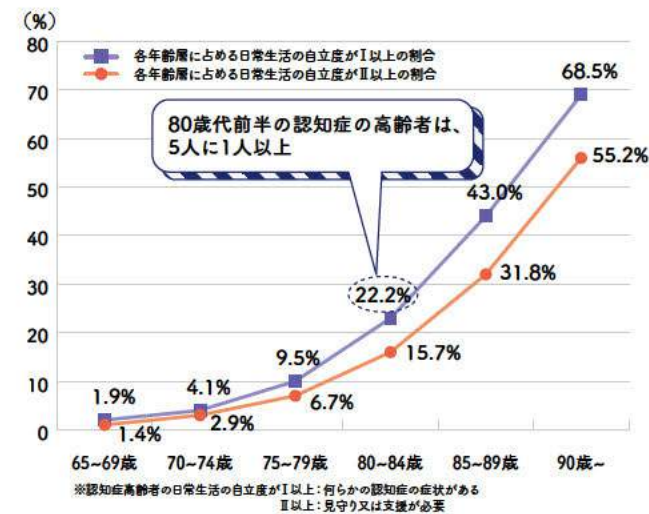
図1 認知症高齢者の推計（東京都）

2025年には2016年の約1.4倍まで増加すると推計されています。



資料：東京都福祉保健局「平成28年度認知症高齢者数等の分布調査」

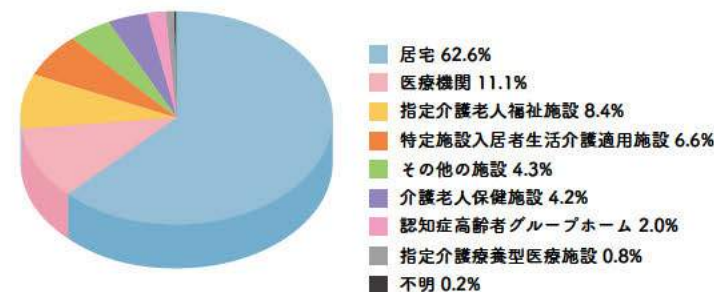
図2 認知症高齢者の割合（東京都）



資料：東京都福祉保健局「平成28年度認知症高齢者数等の分布調査」

図3 認知症高齢者の居所（東京都）

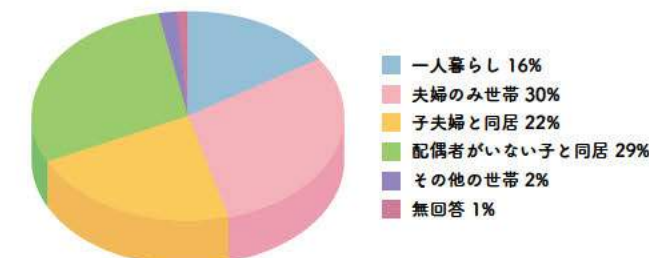
2016年時点で認知症高齢者の62.6%は、ご自宅で生活されています。



資料：東京都福祉保健局「平成28年度認知症高齢者数等の分布調査」

図4 認知症が疑われる人がいる世帯の状況（東京都）

合計46%の世帯が「一人暮らし」（高齢単独世帯）、「夫婦のみ世帯」（高齢夫婦世帯）となっています。



資料：東京都福祉保健局「認知機能や生活機能の低下が見られる地域在宅高齢者の実態調査報告書」（平成26年5月）

認知症の予防につながる生活習慣

認知症を予防できる確かな方法はありませんが、生活習慣を整えることで認知症を起こしやすい病気（高血圧症、糖尿病、脂質異常症、心臓病など）を予防することができます。



食生活に気をつけましょう

塩分を控えめに、お酒はほどほどに、バランスよい食事を心がけましょう。魚や野菜、果物、乳製品を食べましょう。口腔機能の向上に努めましょう。

→ 歯科医師P12、歯科衛生士P14、管理栄養士・栄養士P22



適度な運動をしましょう

ウォーキングや体操などの運動を継続的に行いましょう。

→ 理学療法士P32、作業療法士P34



生活を楽しみましょう

本を読んだり趣味に取り組んだり、様々な活動を通して生活を楽しみましょう。ただし、喫煙は禁物です。



人と積極的に交流しましょう

地域の活動や区市町村が行っている介護予防教室などに参加してみましょう。

→ 老人クラブP50

認知症の人の心に寄り添う

認知機能は年齢とともに低下します。記憶力や理解力が低下しても、人格が失われたり、その人らしさがなくなるわけではありません。その方の人生の歴史を知ってください。

オール東京チームで支えます

病人扱いせず、人生の先輩として敬意をもって謙虚に接しましょう。あなたの思いと行いは必ず相手に通じます。

1 気持ちが不安定で、怒りっぽくなってしまう

物忘れが進むと不安感を覚えることが多くなり、ささいなことで精神的に不安定になってしまいます。



そのようなときは

否定しないで話をよく聞きましょう。相手の痛みを理解して、事実を正すことより不安を取り除くことに努めてください。



2 家の中に引きこもりがちになる

不安感や気力の低下により他人との付き合いや外出が嫌になることがあります。

そのようなときは

ご本人の性格をよく理解することに努めましょう。外向的な方であれば通所サービス利用で状況が変わることもあります。もともとあまり外に出ることを好まない方であれば、嫌がることを無理に勧めないでください。ゆっくりと見守り、その方にあった支援を考えましょう。



3 物を盗られたとかん違いしたり、つい被害的になってしまう

身近にいる方のせいにされることが多いのですが、許容してください。「大切な物がなくなった」と思ったときに、「自分はしまい込んでいない」と確信すると、「誰かがどこかに持って行った」と思うよりしかたありません。



そのようなときは

一緒に探すなど、余裕をもって接しましょう。介護者の学び、通所サービスの適切な利用により、関係改善が得られるといわれています。

4 外出して道に迷ってしまうことがあります

「徘徊」は目的のない行動を意味しますが、認知症の人の外出の多くは動機や原因や目的があります。専門職にも助言を求めながら原因を探してください。



そのようなときは

気持ちが不安定になりますから、無理に外出を止めないでください。「外は雨だからあとで行きましょう」のような勧めで納得されない場合は、一緒に出掛けてください。しばらく歩いたら別の話をしながら帰宅を促し一緒に帰りましょう。外出された方が事故や事件に巻き込まれることがあります。ご近所の方・交番・商店の皆さんによる見守りや声かけがあれば「認知症になっても住みやすい街」に近づけるはずです。

5 トイレの場所が分からなくなることがあります

夜間トイレに行こうとして場所が分からなくなることがあります。トイレ以外の場所で用を足してしまったり、間に合わずに失禁してしまったりすることがあります。



そのようなときは

トイレまでの通路の電気をつけておく、トイレの戸に場所を明記した張り紙をしておくなどの対応で解決することがあります。寝室からトイレまでの距離を短く、手すりを付けるなどバリアフリーに心がけ、転倒の予防にも努めましょう。

Introduction 3



認知症初期集中支援チーム

サポート

サポート

相談・受診・リハビリテーション

相談・リハビリテーション

相談

医療

●医師	10
●歯科医師	12
●歯科衛生士	14
●薬剤師	16
●看護職	18
●管理栄養士及び栄養士	22
●病院	38
●介護老人保健施設	40

生活・サポート

●ケアマネジャー	24
●地域包括支援センター	44
●若年性認知症総合支援センター	46
●社会福祉士	26
●医療ソーシャルワーカー	28

介護

●訪問看護師	20
●介護福祉士	30
●理学療法士(PT)	32
●作業療法士(OT)	34
●言語聴覚士(ST)	36
●高齢者のための住まい	42
●高齢者福祉施設 (社会福祉協議会)	48

地域の居場所

●老人クラブ	50
●認知症の人と家族の会	52
●東京都の取組	54

連携



かかりつけ医です！

かかりつけ医とは、なんでも相談できる上、最新の医療情報をよく知り、必要なときには専門医を紹介できる、身近で頼りになる医師です。街の診療所の先生方の多くは専門分野を持っていますが、医療のことについて広く相談に乗ってくれますので、認知症についての困りごとにも是非相談してみてください。



かかりつけ医は、認知症の早めの診断と支援を行うために、介護保険の相談に乗ったり、必要に応じて専門医やケアマネジャーや看護師などとともに、ご本人やご家族の生活を支えます。

かかりつけ医による認知症早期発見のためのスクリーニング(例)

(TOP-Q: Tokyo Primary Questionnaires for Dementia) 「工藤 千秋ら老年精医誌 2014年」

時事計算・誕生日記憶

質問

1. 例えば、今度の東京オリンピック若しくは何か特別な出来事の時は何歳？
2. 例えば、前の東京オリンピック若しくは何か特別な出来事の時は何歳？
3. 誕生日はいつですか？



判定

すべて正解のみ 「○」
いずれか一つ以上失敗 「×」

キツネ・ハト模倣テスト

キツネ



ハト



判定

いずれか1つ失敗 「×」
両方とも失敗 「×」「×」



TOP-Qの得点＝「×」の個数の合計
正常＝0点

TOP-Qの2点以上＝「×」数2個以上



認知症の可能性あり

多職種で支える認知症



認知症を起こす病気には治すことが難しいものが多いのですが、適切な医療によって進行を遅らせたり、ご本人の不安や介護する方の負担を軽くすることができます。そのためには早めの気づき、早めに支援することが大事です。

かかりつけ医は、そのためのお手伝いをします。



早い段階での診断を行います。



症状や状態に応じて、適切な医療を提供します。



総合的な病気の対応や健康管理も行います。



他職種と連携してご家族や介護する方を支援します。



必要に応じ専門医療につなげます。

Profile

公益社団法人東京都医師会

〒101-8328 東京都千代田区神田駿河台2-5

TEL 03-3294-8821 FAX 03-3292-7097

E-mail jimu@tokyo.med.or.jp

ホームページ <http://www.tokyo.med.or.jp>

かかりつけ歯科医師です！

かかりつけの歯医者さんは健康なときから寄り添います。



歯ブラシの使い方が分からなくなったり、病状が進むと、お口の中の状態は一気に悪化します。

しっかり噛める健康な歯や歯ぐきでいることは認知機能の低下を予防したり、進行を遅らせる効果が認められています。

かかりつけの歯医者さんで
早期発見！



歯科診療所は、認知症の早期発見などに大きな役割を担っています。入れ歯の上下や入れる方向が分からないなど歯医者さんでの様々な様子から早い時期に異常が発見でき、地域の「かかりつけ医」へ相談して、その対策を早くから行うことができます。

→ 医師 P10

歯医者さんの対応は？



認知症の進行に伴ってお口の中の問題も変化しますので、歯科ではその状態（時期）に応じた対応に努め、また次の状態を予想しながら治療を行います。

通院が困難な状況になった場合には、在宅でも歯科訪問診療を行うこともできます。

多職種で支える認知症



見守りがあれば日常生活は自立できている時期（軽度）

ご自身での歯磨きや入れ歯の管理がやや難しくなりますが、歯科での治療は十分行えますので、積極的に「かかりつけ歯科医」を受診して、対応が難しくなった時期に備えて、ご家族の理解や協力を得ながら良好なお口の中の状態を作っておきます。

日常生活に手助けが必要な時期（中等度）



自分から食べようとすることや良く噛むことが難しくなり、自分で歯磨きやうがいなどができなくなると、お口の中の状態が一気に悪くなります。

認知機能や運動機能の低下がみられるこの時期では、食べ物の形態や食事方法の工夫が必要になってきます。食事介助の方法も含めて助言させていただきます。また、良好なお口の中の状態を維持するために、ご家族や介護者さんの口腔ケアに加えて歯科医師や歯科衛生士による専門的な口腔ケアが重要になります。

→ 歯科衛生士 P14

常に介護が必要な時期（高度）

嚥んで飲み込むことが難しくなってきます。栄養状態が悪くなったり、誤嚥性肺炎が起こることもあります。入れ歯が合っていないでも嚥んで飲み込む運動ができなければ、あえて入れ歯を外したり、噛むことを必要としない食事などに変更します。

歯科訪問診療を含めて痛みや不具合を取り除き、ご家族や介護者さんが行う口腔ケアと専門的な口腔ケアがさらに重要になります。少しでもお口から食べることを楽しんでいただき、生活の質の維持に努めます。



Profile

公益社団法人東京都歯科医師会
〒102-8241 東京都千代田区九段北4-1-20
TEL 03-3262-1146 FAX 03-3262-4199
E-mail soumu-8020@tokyo-da.org
ホームページ <http://www.tokyo-da.org>

歯科衛生士です！

心地よい暮らしのために歯科衛生士は支援します！

皆さんは、1日でも歯を磨かないと気分が悪いのではないのでしょうか。歯を磨き、美味しく食べ、友人との会話を楽しむ。そんな日常が、認知機能の低下と共に残念ながら少しずつ変わってきます。

美味しく、楽しく、安全に！！

健やかな口で、お過ごしいただくこと。それが歯科衛生士の願いです！！



元気な今・軽度認知障害（MCI）のケア

かかりつけの歯科医院で専門的なクリーニングを受け、歯科疾患を予防しましょう。

- 「人に口の中を見られる、人に磨いてもらう。」意外と違和感を感じます。元気な今だからこそ、他の人に磨いてもらうことに慣れておきましょう。
- 歯科医院でフッ化物の塗布を行うなど積極的にむし歯を予防しましょう。
- 食べ物を食べるためには、口の周りの筋肉が大きく関わります。お口の体操を習慣づけましょう。



舌の体操です。（飲み込むための筋力アップ）



お口の体操は、東京都歯科衛生士会ホームページからダウンロードできます。

多職種で支える認知症



見守りがあれば日常生活は自立できている時期（軽度期）のケア

- 磨くことを忘れてしまうことがあります。ご家族の方から食後に「歯磨きした？」と声かけをしましょう。
- 握る部分が太い・毛の部分が大きいなど、効率良く歯垢（細菌の塊）が取り除ける歯ブラシを選びましょう。電動歯ブラシを使うこともお勧めします。
- 入れ歯のお手入れも忘れずに行いましょう。ティッシュなどに包み、誤って捨ててしまうこともあります。保管にも気を付けてください。
- 食べこぼす、咽（の）せることが多くなるなどの変化が見受けられ食事が減ることがあります。食事量の変化に気を付けましょう。



日常生活に手助けが必要な時期（中度期）のケア

- 毎日同じように洗面所に行くことを促しましょう。ご家族と一緒に並んで歯磨きすることもお勧めします。
- 歯磨きを嫌がり、抵抗されることがあるかもしれません。無理強いはいしないでください。
- 口内炎や歯の痛み、入れ歯による傷など、口の中の疾患が原因で食べることを嫌がることもあります。口の中の変化を見落とさないでください。
- 口の中の状態の急激な悪化を防ぐため、定期的に受診しましょう。診療室への受診が難しくなった場合は、かかりつけ歯科医院にご相談ください。また、各地域歯科医師会などが歯科訪問診療を行っています。地域包括支援センター又は行政窓口にお問い合わせください。



常に介護が必要な時期（高度期）のケア

- 舌や粘膜の清掃も重要になります。軟らかい歯ブラシ、舌ブラシ、スポンジブラシなど組み合わせて使うと良いでしょう。
- 歯磨きを拒否する傾向が強くなり口腔清掃が不十分となります。専門的ケアを上手に取り入れましょう。



Profile

公益社団法人東京都歯科衛生士会
〒113-0033 東京都文京区本郷2丁目21-3-4F
TEL 03-5689-4311 FAX 03-5689-4312
ホームページ <http://www.tokyo.jdha.or.jp/>

かかりつけ薬剤師です！

私たちかかりつけ薬剤師は、使用している全てのお薬や健康食品などの情報を把握し、お薬の飲み合わせや飲み残しが無いか、また副作用が起きていないかなどを確認し、あなたに寄り添います。



- ・お薬の服薬状況から“あれ？”と感じると**医師**や**多職種**と連携し、お薬の見直しを考えます。
- ・日常生活面での相談を受けたときは「**近くの地域包括支援センター**」と連携します。
- ・認知症のお薬を服用している患者さんには、その効果や体の調子の具合などを確認し、**多職種**と情報を共有して患者さんの支援を行います。

認知症と診断されたら～認知症のお薬

人の脳には情報伝達に必要なアセチルコリンという神経伝達物質があります。この量が減少すると記憶や運動などに関わる情報を上手く伝えることができなくなり、日常生活に支障をきたしてしまいます。そこで脳内のアセチルコリンを増やし、病気の進行を遅らせるためにお薬を服用します。また、グルタミン酸という物質も神経伝達に大切な要素であり、この量が増え過ぎたり減り過ぎたりするのを防ぐお薬もあります。医師の診断のもと適切にお薬を服用し、病気と上手につきあっていきましょう。



薬局で認知症の疑いがあると感じるとき



- 1 服薬に支障があり残薬がたくさんある
- 2 一度服用したのに「まだ飲んでいない」と何度も訴える
- 3 来局時の表情や会話の受け答えが以前と変化した
- 4 何度も「お薬がない」と来局したり電話がある

こんなときも **かかりつけ薬剤師が対応します**

多職種で支える認知症



きちんと服薬できなくなった患者さんには、家族や介護者と一緒に「**かかりつけ薬剤師**」がサポートします！

- 1 何種類かのお薬を一包にして間違いなく服薬できるようサポートします
- 2 お薬カレンダーや服薬ケースを利用します
- 3 お薬の処方内容や服薬回数を医師と連携して調整します（できればなるべく少なくします！）
- 4 患者さん宅を訪問し、多職種と連携して服薬をサポートします



いろいろなお薬の形

認知症のお薬には、錠剤、口腔崩壊錠、内用液剤、ゼリー剤、ドライシロップ、貼付剤など様々な種類があります。これらの中から視力、握力、嚥下能力の低下など体の機能に応じ、最適な剤型を選択するのもかかりつけ薬剤師の大切な職能です。

- ・嚥下困難な方→**口腔崩壊錠、貼付剤**
- ・飲みにくいと感じたときは味覚にも考慮→**ドライシロップ、ゼリー剤**
- ・服薬支援のためのアイテム→**服薬支援ゼリー、オブラート**を利用



東京都薬剤師会の取組

「くすりの専門家として認知症の人の質の高い薬物療法に貢献し、街の健康相談窓口として早期発見や家族の相談にも応じ、適切な対応をとることができる」を目的に**認知症サポート薬剤師 e-ラーニング講座**を開講しています。認知症の人やその家族の方へしっかりと寄り添った対応ができるよう自己研鑽に努める薬剤師の支援を行っています。



Profile

公益社団法人 東京都薬剤師会
〒101-0054 東京都千代田区神田錦町1丁目21番地
TEL 03-3294-0271 FAX 03-3294-7359
E-mail info@toyaku.or.jp
ホームページ <http://www.toyaku.or.jp>

医療と生活を支え、寄り添う

看護職です！

身近な診療所、病院、保健所、介護施設、訪問看護ステーションなどあらゆる場所で都民の皆さんを支えるパートナーとして働いています。

特に、認知症の専門的知識・技術を持っている**老人看護専門看護師**（都内 16 名）・**認知症看護認定看護師**（都内 127 名）も活躍しています。（2017 年現在）

健康な生活を送るための支援

健康相談・健康体操・日常の健康管理・生活習慣病予防のために保健所・保健センターの保健師がご相談をお受けします。



住み慣れた地域で暮らす支援

看護職は住民の方がその人らしい生き方をするために、多職種と協働し医療・介護・福祉をつなぐ役割があります。

在宅系サービスには

- ・訪問介護・訪問看護・通所介護・小規模多機能型居宅介護・短期入所生活介護・短期入所療養介護
- ・24 時間対応の訪問サービス（定期巡回・随時対応）・複合型サービスなどがあります。

施設系サービスには

- ・介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）・介護老人保健施設（老健施設）・認知症共同生活介護・特定施設入所者生活介護などがあります。

認知症かな？ 認知症になったら

保健所・地域包括支援センターでは介護相談、介護予防支援、健康指導、訪問指導を関係機関と一体となって保健師が中心となって皆さんを支えます。

病院では

認知症になってご家族が対応できない症状（認知症状の悪化による暴力や他の病気が悪化したり骨折など）で入院治療する場合、看護師は常に病気の回復や悪化防止のための支援をします。また、退院の際にも必要な方には医療ソーシャルワーカー、行政、訪問看護ステーションなどと連携して支援します。



多職種で支える認知症



認知症看護認定看護師が認知症の人と家族を支えます！

認知症看護認定看護師



- ・認知症の発症の仕組みや病態を熟知している看護師です。
- ・合併する様々な症状を考慮した上で対応に努めます。
- ・認知症の人の隠れたニーズを読み取ります。
- ・認知症の人の能力を最大限に維持するために早期治療・早期退院のために支援します。
- ・入院中は家庭に近い環境を整え、生活にメリハリをつけるようにします。



- ・認知症や合併症についての複雑な悩みなども、認知症看護認定看護師に相談ください。
- ・認知症の各期に応じたケアの実践や、ケアの体制づくりをお手伝いします。
- ・介護に行き詰まり、悩んでいる家族にケアのアドバイスをします。

**認知症の人が望む生活を支えていきたい
— 私たち看護職の願いです！**

News

東京都看護協会では、多職種の方々と一緒に毎年 5 月に「看護フェスタ」を開催しています。また、都内各地区の商業施設やイベントなどで年に数回無料で健康相談を実施する「まちの保健室」を開催しています。詳しくは、東京都看護協会ホームページをご覧ください。



Profile

公益社団法人 東京都看護協会

〒162-0815 東京都新宿区筑土八幡町4番17号

TEL 03-5229-1520 FAX 03-5229-1524

E-mail tokankyo@tna.or.jp

ホームページ <http://www.tna.or.jp>

訪問看護師です！

訪問看護師は、住み慣れた地域で暮らし続けたいと願う方々のパートナーです。



「ほなと」は
東京都訪問看護ステーション協会の
イメージキャラクターです。



ほ 訪問
な ナース（看護師）
と 東京

どんな方でも家で過ごせる期間を延ばすことができるよう支援するのが、訪問看護師です。認知症の予防はもちろんのこと、認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けるように、症状進行の予防・身体機能の維持・増進のための生活習慣を身に付けるところから始めます。自分らしく生き生きと毎日を暮らせることを一緒に考えましょう。少しでも元気なうちから、訪問看護を利用することをお勧めします。



訪問看護をもっと身近に

訪問看護師は医師・歯科医師・薬剤師やリハビリの専門職の方々と連携しながら、認知症の予防や症状進行の予防、日常生活における身体機能の維持・増進のための衣・食・住の環境整備はもちろんのこと、介護者のご相談にのったり、地域で生きがいをもって暮らせるようにご本人とともに考えていきます。

早期に訪問看護を利用するには？

かかりつけの医師やケアマネジャー又はお近くの訪問看護ステーションにお気軽にご相談ください。



多職種で支える認知症



認知症の予防や、「認知症になってもご本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域の良い環境で暮らし続ける」ことを支えます。



取組の具体策

東京都訪問看護ステーション協会は、日々の訪問看護のほか、都民の方々ご自身が心身の健康に関心を持ち、認知症の予防や認知症の進行を予防するための生活習慣の方法、介護の方法の相談、健康の維持・増進のための事業を行っています。

※毎年1月に都庁で行われる「訪問看護フェスティバル」や毎年5月の看護週間で開催される「看護フェスタ」では、認知症介護に関する基調講演や寸劇・介護相談事業・ミニ交流会を開催



東京都訪問看護教育ステーション

東京都から指定された「東京都訪問看護教育ステーション」で、地域住民向けの認知症予防や認知症介護者への勉強会や相談事業を随時開催

Profile

一般社団法人東京都訪問看護ステーション協会
〒162-0815 東京都新宿区筑土八幡町4番17号
TEL 03-5206-3680 FAX 03-5206-3681
E-mail info@tokyohoukan-st.jp
ホームページ http://tokyohoukan-st.jp

管理栄養士・栄養士です！

日々の生活の中で大切な「食べる」ということは栄養摂取の手段であるだけでなく楽しみのひとつでもあります。

食べることを通してその人らしく生きることができるよう、認知症の人の食事の問題点を一緒に考え、共に暮らしていけるようにサポートします。管理栄養士・栄養士は病院や介護老人保健施設のほか、訪問管理栄養士としても活躍しています。



認知症の予防につながる食事

糖尿病などの生活習慣病を予防することは認知症の予防にもつながります。塩分を控えめに、お酒をほどほどに、バランスの良い食事を心がけましょう。主食に主菜（肉・魚・卵・大豆製品）や副菜（野菜・海藻・きのこ）、果物に乳製品を組み合わせてみましょう。

福岡県久山町における疫学調査の結果から日本人の場合は牛乳・乳製品を適量摂取することで認知症の予防効果があることが分かりました。



最期まで口から食べることを支援するために

管理栄養士が
ご自宅や施設へ訪問します



→ 医師 P10、ケアマネジャー P24

誤嚥性肺炎や喉（気管）に食べ物がつまること（窒息）を予防したお食事が必要です。栄養食事指導をご利用いただけます。

* 訪問栄養食事指導は医療保険と介護保険の「居宅療養管理指導」の中でどなたでも栄養指導が受けられます。ケアプランに余裕がなくてもご相談ください。

詳しくは、**栄養ケア・ステーション** にお問い合わせください。

栄養ケア・ステーション

検索



多職種で支える認知症



こんなことはありませんか？

食事の時間を快適に過ごしていただくために

まずは、食べるための環境の整備や体の準備（姿勢や口腔ケア）が必要です。

→ 言語聴覚士 P36

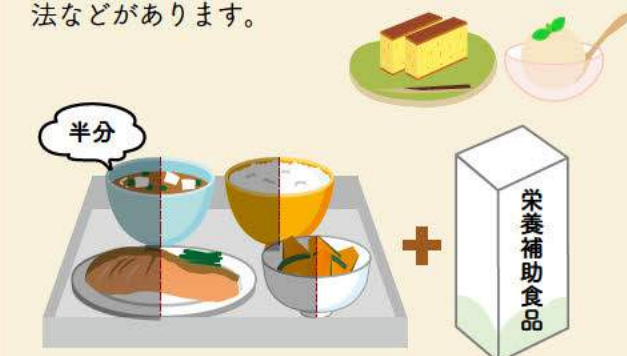
じつと座ったまま食べ始めることができません

食具の使い方が分からない、食事の品数が多くて混乱している可能性があります。おかずを盛り合わせてワンプレートにしたり、コース料理のように1品ずつ提供したりしてみましょう。手で食べられるおむすびや手まり寿司、サンドイッチ、スティックサラダなどもお勧めです。また、食事以外のことに気をとられているかもしれません。食事に集中できるように環境を整えましょう。



食べ方にムラがあります

脳の機能の低下により満腹・空腹の指令が正しく起こらないことがあります。食事回数を2食として、おやつで栄養価の高いアイスクリームやカステラを提供してみましょう。また1回の食事を半分にして栄養補助食品で補う方法などがあります。



むせてしまいます

誤嚥の可能性あります。摂食嚥下障害の専門家（医師・歯科医師・言語聴覚士など）に相談が必要です。その上で、嚥下機能にあったお食事が必要な場合は管理栄養士が対応します。



食べ物を飲み込まず、詰め込んだり、ため込んでしまいます。

嚥下反射の低下により、摂食嚥下障害が起きているかもしれません。専門家（医師・歯科医師・言語聴覚士など）に相談が必要です。



* 摂食嚥下障害に対する食支援は、いろいろな地域で展開されています。取組の内容や、嚥下食レシピなども栄養ケア・ステーション®にお問い合わせください

Profile

公益社団法人 東京都栄養士会

〒160-0004 東京都新宿区四谷3-9 慶和ビル3F

TEL 03-6457-8590 FAX 03-6457-8591

E-mail tokyoeiyou@mui.biglobe.ne.jp

ホームページ <http://www.tokyo-eiyo.or.jp>



ケアマネジャーです！

介護保険法に基づく正式名称は「介護支援専門員」といいます。
居宅介護支援事業所や介護施設、地域包括支援センターなど
様々な場所にいます。

ケアマネジャーは、都民の皆さま一人ひとりの「望む暮らし
の実現」に向けた「**チームづくり**」と、「**チームのまとめ役**」
を担っています。

もし認知症になっても、安心して下さい。あなたらしく生
き生きと暮らし続けるための「**ケアプラン**」を作成します。



物忘れが多い、探し物が増えた、感情が不安
定になる…。
なんだか今までと違う…
こんなこと聞いても良いのかな…
この気持ち、誰かに話せるといいのにな…



そんな「不安」や「戸惑い」を感じたら、
お近くのケアマネジャーにまずはご相談ください。

「認知症」は高齢者でも若年者でも起こるもの。
介護保険サービスを必要とする認知症の方だけでなく、「ご家族」
のサポートもケアマネジャーの大切な仕事です。

多職種で支える認知症



ケアプランは、あなたと共につくる「自立支援の計画書」

あなただけのケアプランを つくります

ケアマネジャーは、生活の中の「不安
や困りごと」を伺い、「認知症になっ
ても安心して暮らせるケアプラン」を作
成します。ヘルパーやデイサービスの
調整、手すりの設置や福祉用具の手配
をはじめ、ご本人を支える家族や家族
の暮らしも大切にしたいケアプランを考
えていきます。

あなたに寄り添い、あなたの言 葉をしっかり受け止めます

認知症があっても、病気や障害があっ
ても、ケアマネジャーは、あなたの意
向を一番大切にします。常に公正中立
な立場で、一人ひとりの想いや暮らし
を尊重します。そして、地域のネット
ワークやサービスやサポートを効果的
に活用して、あなたらしい暮らしを
チームで支えます。



若年性認知症の方や、ご家族 への支援をします

65歳未満で発症する「若年性認知症」。
働き盛りで発症するため、就労や社会
保障、医療・経済問題など、高齢期と
は異なる様々な課題について、「専門相
談窓口」と共にサポートします。病気
について地域や職場内の理解が得られ
るように、また早期に発見し、適切な
治療や援助が受けられるように、あな
たとご家族を支援します。

豊富な知識とネットワークで あなたの暮らしを支えます

介護福祉士、社会福祉士、看護師、管
理栄養士、歯科衛生士など、ケアマネ
ジャーが有する資格は様々ですが、介
護のことだけでなく、認知症のこと、
福祉や医療のことなどアドバイスが可
能です。今の暮らし、これからの暮ら
しへの不安や困りごとは、チームの力
と幅広いネットワークで解決します。
安心してご相談ください。

Profile

CMAT Care Manager's Association of Tokyo
特定非営利活動法人 東京都介護支援専門員研究協議会
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋2-9-3 かすがビル10階
TEL 03-3556-1541 FAX 03-3556-1543
E-mail info@cmat.jp
ホームページ <https://cmat.jp/>

社会福祉士です！

認知症の人には**権利擁護による支援**が求められます

権利擁護の制度には**成年後見制度**や**日常生活自立支援事業** *
があります。社会福祉士は、権利擁護や地域福祉などを担う
福祉の専門職です。



東京社会福祉士会は
**成年後見制度利用の促進に
努めています**

成年後見制度は、本人の権利を守る援助者を選ぶこ
とで、本人を法律的に支援する制度です。
* 日常生活自立支援事業については、地域の社会福
祉協議会にお問い合わせください。

権利擁護センターぱあとなあ東京

あなたの生活を支え安心して暮らせる
ように、相談から成年後見人などの紹
介・受任までの一貫した支援を行い、成
年後見制度利用促進に努めています。

高齢者夜間安心電話

03-5944-8640 19:30～22:30
年中無休

高齢者福祉に関すること、家族の介護
に関すること、生きがいや人間関係に
関することなど、多岐にわたる相談に
応じています。



社会福祉士は、
本人の意思を尊重し、生活や健康
に配慮し、安心した生活がおくれ
るように意思決定支援や契約など
を重視した成年後見制度の実務を
行います。



多職種で支える認知症



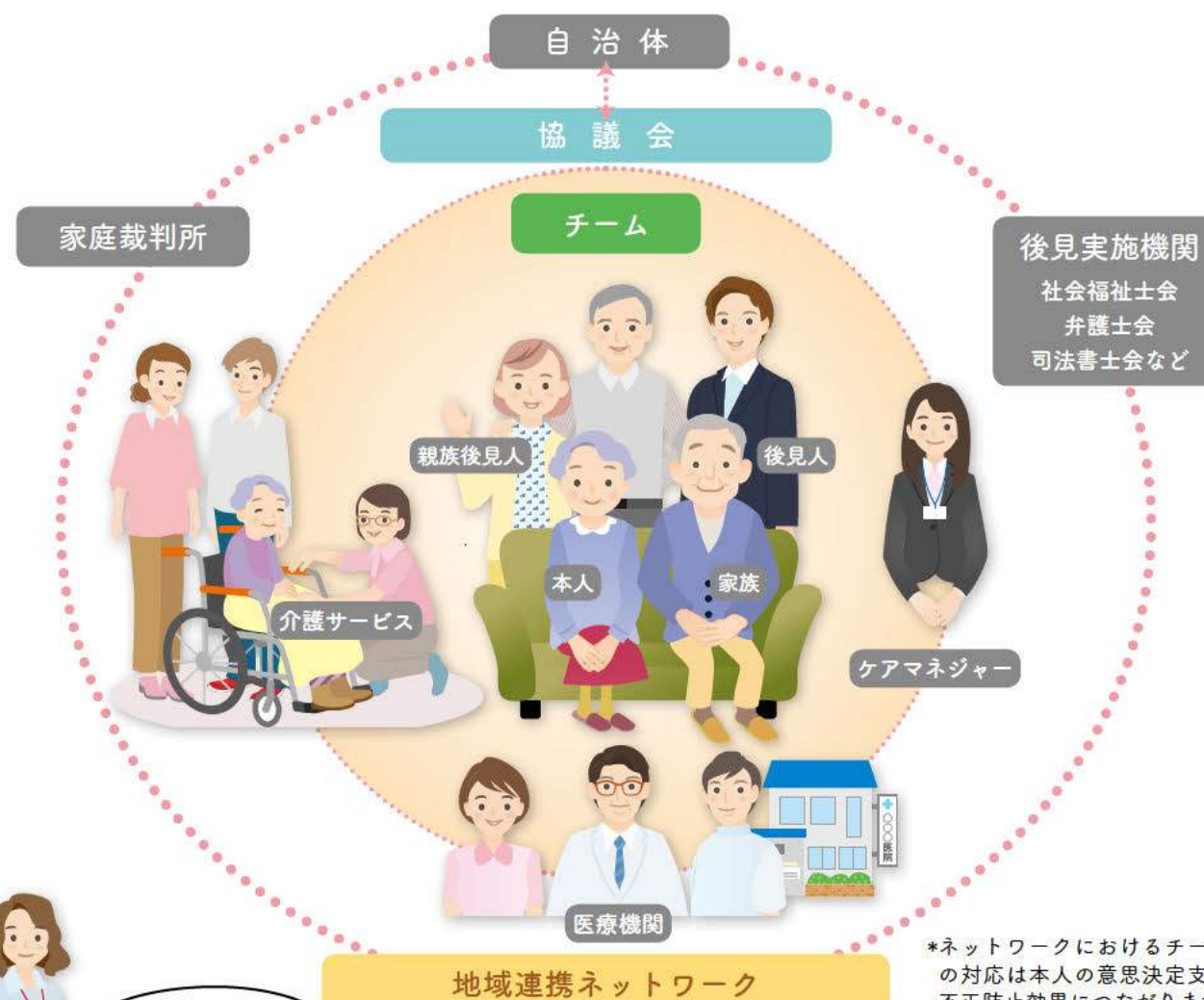
「成年後見制度の利用の促進に関する法律」による成年後見制度利用促進基本計画では、権利擁護
支援の地域連携ネットワークづくりが大切になっています。

地域連携ネットワークの三つの役割

- ①権利擁護支援の必要な人を発見し、速やかに必要な支援に結び付けます。
- ②早期の段階から、成年後見制度の利用について住民が身近な地域で相談できる窓口などの体制
を整備します。
- ③意思決定支援や契約などを重視した成年後見制度の運用に資する支援体制を構築します。

地域連携ネットワークの基本的仕組み

- ①本人を後見人と共に支える「**チーム**」による対応を進めます
- ②地域における「**協議会**」などの体制づくりを行い、個別の協力活動の実施、ケース会議の開催
や、多職種間での更なる連携強化策などの地域課題の検討・調整・解決などを行います。



*ネットワークにおけるチームで
の対応は本人の意思決定支援や
不正防止効果につながります。



私たちは
地域連携のために
ソーシャルワーク実践
を行います

社会福祉士



Profile

公益社団法人 東京社会福祉士会

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-43-11 福祉財団ビル5階

TEL 03-5944-8466 FAX 03-5944-8467

E-mail cswtokyo@tokyo-csw.org

ホームページ <http://www.tokyo-csw.org>

医療ソーシャルワーカーです！

医療ソーシャルワーカー（Medical Social Worker = MSW）は、
認知症のご本人・ご家族のよろず相談をお受けします。

MSWのサポート

自宅生活を支えるサービスを活用したい
自宅以外の退院先を探す

受診する前

どこに相談すればいいの？

退院に向けて

外来通院

通院の日を間違える
受診したことを忘れる
医師の話を理解できず会話が成立しない

入院中

不穏状態になり治療を拒否する
徘徊、転落、転倒の危険がある

医療ソーシャルワーカーは
どこにいるの？

主に病院、診療所などの医療機関や介護保険施設、
地域包括支援センターなどに勤務し、医師や看護師、
リハビリスタッフなどと共に、医療スタッフの一員として
連携を取って仕事をしています。



多職種で支える認知症



医療ソーシャルワーカーは、
認知症の人と家族に寄り添います！

在宅で生活するためにつなぎます

かかりつけ医・訪問診療
物忘れ相談医
認知症サポート医
訪問看護
薬剤師訪問



施設をお探しの方にご紹介します

グループホーム
小規模多機能施設
介護老人福祉施設
有料老人ホーム



転院、入院のご希望の方にご紹介します

回復期リハビリテーション病院
地域包括ケア病棟
介護老人保健施設
精神科病院
認知症専門病棟



連携先につなぎます

保健所
精神保健福祉センター
地域包括支援センター
ケアマネジャー
社会福祉協議会



医療や福祉についての相談会や
電話相談を行っています

年10回、都内各地で医療、福祉相談会の開催や
電話での相談も行っています。また、都民対象
に、医療・福祉の無料講演会を開催しています。



Profile

一般社団法人 東京都医療社会事業協会

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-43-11 福祉財団ビル5階

TEL 03-5944-8912 FAX 03-5944-9745

E-mail ttn82yj27c@mx10.ttcn.ne.jp

ホームページ <http://www.tokyo-msw.com/>



介護福祉士です！

心と体をケアする専門職です。

介護福祉士は認知症の人に寄り添い、生活を支えます。

介護福祉士をはじめとする介護職は次のようなことを基本として介護を実践しています。



認知症の人の ケアの基本

- 知的機能は低下しても、感情や情緒面は残っていることを忘れない。
- 自尊心を傷つけず、恥をかかせない。孤立させない。
- どのように生きてきたのか、どのような価値観を持っているのか知ることが大事。
- 保護的、支持的に援助する。まずはすべてを受容し、その利用者の心を理解する。
- 叱責したり、蔑視したりしない。
- 利用者のペースや、レベルに合わせる。
- 利用者の生きている世界を知る。
- 理屈による説得は意味がない、気持ちに添った援助をする。
- 本人の立場に立ってやれないこと、やらないことを区別する。
- できることは奪い取らない、残っている能力を引き出す。



多職種で支える認知症



認知症対応型通所介護事業所(管理者:介護福祉士)における介護の方針

必要量を考えた水分補給

基本的には1,500cc程度の水分がとれるようにする。水分はご利用者の好むものを提供する。スポーツ飲料、熱いお茶、冷たい麦茶など。

清潔保持(手洗い、歯磨きやうがい、爪切り)

食後の歯磨きを必ず行えるように支援する。
口腔内を清潔にし、誤嚥性肺炎の予防の一助とする。

生活に根差した活動

それぞれの利用者が役割を持ち、そのことで存在感が持てるようにする。

移動介助 (歩行や車いす介助)

施設内ではできる限り歩行できるように支援する。
車いすの利用者については、イスに座って過ごしていただく。



買い物

近所のスーパーマーケットなどへ行き、買い物の仕方を思い出す、品物を選ぶ、レジで並びお金を払う、袋に詰めるなどを経験していただく。

快適な排泄介助

自尊心に配慮した声かけをして、適時にトイレ誘導する。
できるだけ多くの方にトイレを利用してもらう。

外での歩行

散歩や買い物などで、その方の能力にあった外での歩行を実施する。

家の中での歩行

調理のための食材や調味料を準備する。食事の準備のため、箸や食器を出すなどで、歩く機会をつくる。

Profile

公益社団法人 東京都介護福祉士会

〒135-0003 東京都江東区猿江1-3-7 パーク・ヴァー猿江恩賜公園102号

TEL 03-5624-2821 FAX 03-5624-9650

E-mail info@tokaigo.jp

ホームページ <http://www.tokaigo.jp/>

理学療法士です！

体と心は不可分です。体を動かして気分爽快！！

介護報酬において認知症短期集中リハビリテーション、そして診療報酬においても認知症患者リハビリテーションが創設され医療・介護制度での認知症患者に対する理学療法士の介入が始まっています。



理学療法士ができること



有酸素運動によって記憶をつかさどる部分（海馬）の神経細胞の状態を良くします。脳トレなどで頭を使いながら運動することは、認知機能の維持・向上にも役立つことが認められつつあります。

予防

認知症や軽度認知障害（MCI）の進行は運動とも密接な関係があり、運動習慣は認知症（アルツハイマー病）の進行を遅らせる可能性があります。



体操などの運動を日常に取り入れることで、メリハリのある生活リズムを整え、体力低下や閉じこもりを予防します。活動の意欲を引出し、社会とのつながりを後押しします。

改善

高齢者の場合

認知症の高齢者は、運動器疾患や循環器疾患などの合併症を持つことが多く、適切な運動プログラムの立案には理学療法士の関わりが重要です。また、転倒や骨折をきっかけとして認知症が進行する場面が多く見受けられます。転倒を予防するためには筋力の強化やバランス能力の向上を図るだけでなく、靴や杖などの福祉用具を調整することでも効果を上げることができ、理学療法士の役割ともいえます。



生活習慣

多職種で支える認知症



運動の効果

運動機能、知的機能、感情機能などの日常生活行動全般の改善や、社会性・社交性の向上、自律神経機能面の向上が挙げられます。

運動効果をもたらすメカニズムの一部を紹介します。

- ①全身運動により脳の血流が改善し、酸素運搬能力が促進する。
- ②筋肉を動かすことで、神経系のフィードバックが脳に刺激を与える。
- ③フラストレーションやストレスにさらされている状態を解放する。

他にもできることはいっぱいあります

- 体を動かすことは人間の根源的な能力です。
- 限られた認知機能でもできることはたくさんあります。お散歩をする、買い物をする、できる家事をこなせるようにする、規則正しい生活を送ることなど、隠れていることを見つけてあげられれば認知機能低下の不安が減少されます。
- 認知機能を多方面から評価し、残存機能を上手に引き出します。→ご家族が見ていて「こんなことができるんだ」と喜ばれる場面を私たちはよく経験します。

運動は1回45～60分続け、週3回以上が効果的とされています。

きつい方は最初は15～20分、週2回位からでも始めましょう。



訪問理学療法では、ご本人・ご家族共に支援しています！



理学療法士がお宅を訪問し、認知症の人が生活する場面で本人が安全に行うことができる動作や役割を多面的に分析し、生活現場に即した運動刺激を加えることで、家族の悩みごとである「何ができるかわからない」といった不安に対して活動力を上げることに努めます。また他の専門職と連携し、役割と生きがいを持ったその人らしい暮らしをサポートしていきます。

Profile

公益社団法人 東京都理学療法士協会

〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-26-5 パール代々木409

TEL 03-3370-9035 FAX 03-3370-9036

E-mail tpta@eagle.ocn.ne.jp

ホームページ <http://pttokyo.net>

作業療法士です！

心と体のリハビリテーションを病院・施設・ご自宅で実施しています。

生活行為を妨げている原因や要因を分析・評価し、生活の中の作業に焦点を当てて、本人や家族が意欲的で豊かに生活できるように能力を引き出します。



認知症の人だけではなくその人の環境や興味のある作業に対して支援します



多職種で支える認知症



CASE さくら子さん 75歳（軽度認知症）

- ・最近子供の家へ引っ越しした「さくら子さん」
- ・今までの家と勝手が違うので、大混乱…。
- ・得意だった料理も、大好きだった花の手入れもしなくなった。



何が何だか…
新しいことを覚えるのは
疲れる



元々得意だった料理を再開して、生き生きとして欲しい

作業療法士と相談したこと

- 家族の役に立ちたい！
- 夕飯の準備くらいしてあげたい。でも、すぐ忘れてしまって、料理に時間がかかる
- 花の手入れもしていきたい

作業の原因分析

- 新しい環境へ順応する能力が低下
- 2つ以上のことを同時に行うことが苦手
- 慣れた生活行為ができないことに対するストレス
- 今さっき覚えたことを忘れやすくなっている



- 料理がしやすくなるように、台所を使いやすく改良
- 夕飯全てを作るのではなく、味噌汁を作ることを日課に
- 花をダイニングに飾ることをさくらさんの役割に

いまは



- プランターで花を育てるようになった！
- 自宅の庭で育てた花をきっかけに近所の人と挨拶することが増えた！



- 味噌汁以外に、おかずを1～2品作れた！

Profile

一般社団法人 東京都作業療法士会

〒160-0022 東京都新宿区新宿5-4-1 新宿Qフラットビル501

TEL 03-6380-4681 FAX 03-6380-4684

E-mail info@tokyo-ot.com

ホームページ http://tokyo-ot.com

言語聴覚士です！

私たち言語聴覚士は認知症の評価のもと、訓練やご家族の支援ができます。
ぜひご相談ください。

その人らしさ！ 話したい！

安心感を与えるコミュニケーションの工夫

名前を呼んでから、
話しかけましょう

いちいち訂正しないで、
実物を示しましょう

役割を見つけて、
やってもらいましょう

簡潔に話しましょう

メモに書いて見せ、
読んでもらいましょう

昔の思い出話や歌で、
交流の機会を持ちま
しょう

注意力の低下
覚えられない
こだわりが強い
行動したこと自体を忘れる
言い誤り、聞き誤りが増える

失敗が増える
不安が強くなる

生きがいと
やる気が生まれ、
生き生きと過ごす。
家族や仲間と
笑い合える

今の興味を探し、やってみる → 理学療法士 P32、作業療法士 P34
活動ができる場所を探す → 地域包括支援センター P44
へつなげます！

多職種で支える認知症



食べたい！を支えます

おいしく安全に食べる工夫

ため込んで飲み込まない
かきこむ、詰め込む
口を開けない
食べ物に虫が入っていると言う
ご飯を食べ始められない
いつまでも噛んでいる
口から吐き出す
偏食

食事の出し方、食材や形、
食器、介助方法を変えて
みましょう

歌や会話で、声を出
しましょう

運動と排泄、睡眠の生活
リズムを整えましょう

口の中の様子を
チェック！

歯磨き、うがいをして
お口の中をさっぱり

お薬の内容の相談が
必要なこともあります



お食事が楽しみ！
しっかり食べて、
元気に過ごしましょう

排泄や血糖値、血圧は → 医師 P10、看護職 P18、訪問看護師 P20
姿勢や体力、食べる動作 → 理学療法士 P32、作業療法士 P34
口腔の問題は → 歯科医師 P12、歯科衛生士 P14
薬 → 薬剤師 P16
食事の栄養について → 管理栄養士・栄養士 P22 へつなげます！

Profile

一般社団法人 東京都言語聴覚士会
〒115-0044 東京都北区赤羽南2-10-20
FAX 03-3903-3836
E-mail info@st-toshikai.org
ホームページ http://st-toshikai.org/

身近な街の病院です！

認知症の人における病院の役割

私たち病院関係者は、認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進、認知症の予防・早期診断・治療・リハビリテーションなどを行い、早期退院を目指し退院後も長く穏やかに暮らしていくことができるように家族や地域の医療・看護・介護職との連携を行っております。



認知症の原因となる病気の鑑別診断

主にアルツハイマー型認知症、脳血管性認知症、レビー小体型認知症の3つですが、その他に前頭側頭葉変性症、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、ビタミン欠乏症、甲状腺機能障害など多岐にわたります。これらの鑑別を行います。

リハビリテーション

認知症の非薬物療法の一つにリハビリテーションがあります。行動療法・音楽療法などにより行動・心理症状の軽減や生活の質(QOL)向上を目的に行うことがあります。

認知症の早期発見・確定診断のための病院での検査

認知症の原因は様々であり、知能検査(長谷川式簡易知能評価・MMSE 検査)、MRI・CT・SPECT・PET などの画像検査、血液検査などを行うことで原因を明らかにする必要があります。それは、早期に治療すれば改善が可能な認知症もあるからです。また症状を軽くし病気の進行を遅らせることが可能なものもあります。

病院の種類

認知症疾患医療センター:確定診断をつけ早期治療を行います。
精神科医療機関:認知症の行動・心理症状が悪化した際に入院加療などにより症状の改善を図ります。

新たな介護保険施設「介護医療院」がスタート。

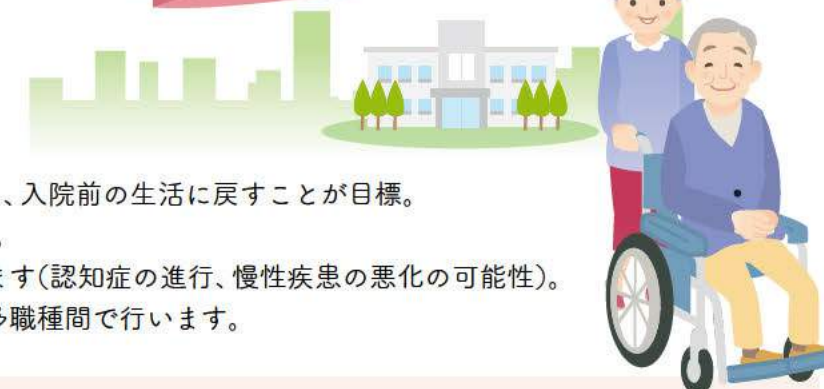
介護医療院は、地域包括ケアシステムの5要素(医療、介護、生活支援、予防、住まい)のうち、これまでの介護療養型医療施設が持つ「医療」「介護」「生活支援」に加え「住まい」の機能を持った長期療養を目的とした施設のことです。

多職種で支える認知症



退院に向けての病院の取組

入院前の生活、身体疾患、生活歴を把握し、入院前の生活に戻すことが目標。
できる能力と必要な支援の把握をします。
退院後の医療・処置の必要性の把握をします(認知症の進行、慢性疾患の悪化の可能性)。
退院先(自宅・施設)との地域医療連携を多職種間で行います。



知っておいていただきたい軽度認知障害(MCI)

健常者と認知症の中間にあたる段階(グレーゾーン)が軽度認知障害(MCI)です。記憶、決定、理由づけ、実行などのうち一つの機能に問題が生じていますが、日常生活には支障がない状態です。現在800万人以上存在するといわれており身近なものですが、5年間で約半数の方が認知症へとステージが進行してしまいます。軽度認知障害(MCI)は適切な予防をすることで症状の進行を阻止することが可能です。

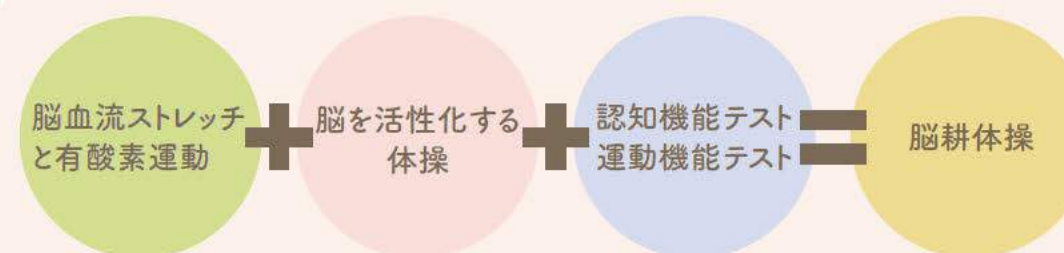
予防:生活習慣の改善、有酸素運動、脳トレーニング体操などがあります。



脳トレーニング体操の実例



脳耕体操® (脳を耕し、新たな芽を育み健康寿命を延伸することを目的としています)



項目	内容
期間	3ヵ月
回数	週1回、1回60分
対象	65歳以上の男女
場所	病院リハビリ室、公民館、体育館、集会所など
内容	1. 認知機能テスト、運動機能テスト 2. ストレッチ、有酸素運動 3. 脳機能活性化体操(記憶、理解を刺激する体操、時間・方位を活用する体操)

Profile

一般社団法人 東京都病院協会

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台2-5 東京都医師会館404号室

TEL 03-5217-0896 FAX 03-5217-0898

E-mail tmha@mri.biglobe.ne.jp

ホームページ <http://www.tmha.net>

介護老人保健施設です！



老健施設は、介護老人保健施設の略称で、往復型利用により在宅生活の継続を支援します。

私たち老健施設は認知症を良くする努力をしています。

私たち老健施設は、多職種協働で要介護高齢者の心身の状態を少しでも「良くする」ことが使命です。ですから認知症に対してもケアだけでなく、「良くする」ことが目標です。その老健施設で生まれたのが「認知症リハビリテーション」です。これまで、認知症は良くならない、治らないとされていたのですが、私たち老健施設が「認知症リハビリテーションの効果」について厳密かつ詳細な報告書を取りまとめ国に提出しました。

その結果、認知症に良い効果があると国が認定し、医療介護分野で初めて「認知症短期集中リハビリテーション」が介護保険の正式なメニューとして認められました。

“



認知症短期集中リハビリテーションについて教えてください

老健施設に入所又はデイケア（通所リハビリテーション）を利用することで受けられます。認知症の専門研修を受講した医師の指示の下、その人に最適なリハビリテーションのプランをリハビリ専門職が中心となり多職種協働で作成します。これに基づき様々なリハビリプランが実施されます。

”

回想法

認知症の人でも比較的保たれている長期記憶を利用して、「良い思い出」を引き出すことで脳に良い刺激を与え、活力を取り戻してもらう手法です。



学習療法®

音読や計算など脳機能を刺激し、知的機能を活発化させる療法です。

CASE

かるたなど言葉を使った遊びやパズル



作業療法

特に精神機能を活発化させる療法です。集中力の持続などに効果があります。

CASE

折り紙をする
クラフトワークをする
手芸をする
塗り絵をする など



運動療法

男性に人気のプログラムです。感情調整、気分転換に効果があります。

CASE

パワーリハビリ機器を利用
階段昇降
リハビリ体操
散策 など



※認知症短期集中リハビリテーションを実際に受けるためにはいくつかの条件がありますのでお近くの老健施設にご相談ください。

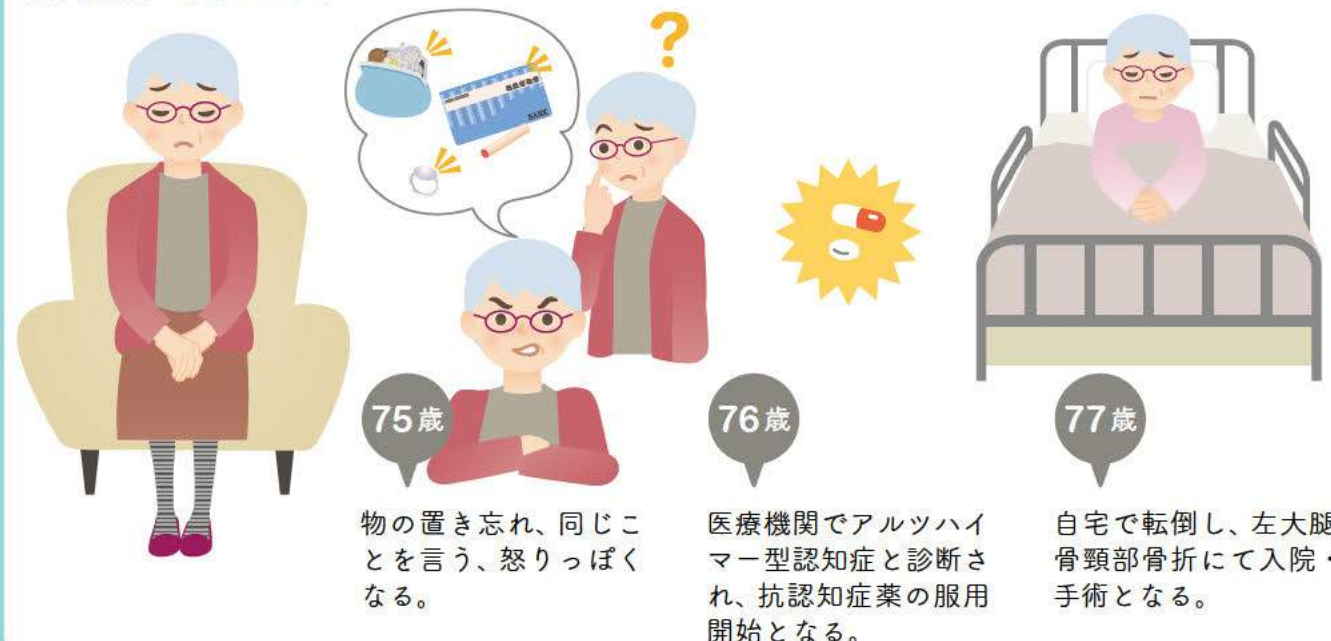
多職種で支える認知症



CASE

認知症のSさん
要介護度3 閉じこもり

東京の下町で生まれ、2人の子どもを育てた。旅行や園芸が楽しみ、外食やショッピングが好きで、映画もよく観ていた。



退院後自宅に戻るが、認知症状・身体機能の低下が進行。元氣なく暮らされていた。

かかりつけ医からの紹介で、
老健施設のデイケアに通い始める

老健施設のデイケア

- 個別ケア（認知症短期集中リハビリ）により活気が戻り、意欲の向上がみられる（自ら進んで家事や買い物へ出かけるようになった）
- 活動力が芽生え、地域の社会参加の機会が増える（会話が豊かになり、進んで他者との交流を行うようになった）
- 生き生きとした本来の人生を取り戻す、家族も笑顔に（家族と食事や旅行ができるようになった）

認知症のSさん



Profile

一般社団法人 東京都老人保健施設協会
〒160-0017 東京都新宿区左門町6-7 鯉江ビル802号室
TEL 03-6380-4351 FAX 03-6380-4371
E-mail jimukyoku@roken-tokyo.or.jp
ホームページ http://www.roken-tokyo.or.jp

高齢者のための住まいです！

認知症の人を多数受け入れているホームや、入居前にご本人とご家族とホーム側とで十分な話し合いをすることで、受入れ可能なホームもあります。
いつから、どこで暮らすのか、いろいろと考えておくことが大切です。



有料老人ホーム

介護、食事、生活支援などのいろいろなサービスを受けることができる「住まい」です。それぞれのホームにより、サービスの契約方法は異なります。介護保険によるサービスの提供方法の違いは次の頁をご覧ください。ホームごとや利用者の状態によって受入れ状況が異なりますので事前にホームにご確認・ご相談ください。

認知症高齢者グループホーム

「認知症対応型共同生活介護」として、介護保険制度に位置づけられ、認知症の人を少人数（1ユニット9人、2ユニットまで）を単位とした共同住居の形態でケアを提供するホームです。家庭的で落ち着いた雰囲気の中で、利用者とスタッフが一緒に生活することにより、安定した生活を実現できます。

サービス付き高齢者向け住宅

安否確認と生活相談サービスは最低限提供され、バリアフリーや一定の設備などが定められた「住まい」です。有料老人ホームと同様認知症の人の受入れ体制が整っている住宅もありますので、事前にご確認・ご相談をお願いします。

その他、介護のある暮らしの場である
特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）、養護老人ホーム、軽費老人ホームについては、詳しくは、P48「高齢者と地域を支える福祉施設です！」をご参照ください。



多職種で支える認知症



有料老人ホームでの介護保険のサービス提供方法の違い

介護付有料老人ホーム

介護付有料老人ホームは、ホーム自身が介護保険の事業者の指定を受けています。介護スタッフによって介護サービスが提供されており、24時間看護師常駐の体制があるホームもあります。医療支援面では、胃ろう、気管切開など医療的処置が必要な方にも対応しているホームもあります。

住宅型有料老人ホーム

住宅型有料老人ホームは、ホームとは別の介護保険サービス事業所が介護を提供します。介護サービスが必要な場合、ケアマネジャーによるケアプランを作成し、訪問介護・訪問看護、デイサービスなどの外部の介護サービス事業所が提供するサービスを利用します。
※入居者自身が必要なサービスを選択して契約することになります。



認知症の場合でもホームに入居できますか？



有料老人ホームでの認知症の人への対応について教えてください。



入居時に要支援、要介護の方を受け入れるホームでは、認知症の人でも入居できます。ご本人とご家族とホーム側とで、医療機関との連携や普段の生活について十分な話し合いをすることで、適切なケアプランを組み立ててホームで生活いただけます。

- 例1 季節のイベントやアクティビティを行い、落ち着いた生活をしていただきます。
- 例2 入居者同士の交流を通じて引きこもり防止などのケアを行います。
- 例3 「自宅に帰りたい」という帰宅願望には傾聴と繰り返し説明で対応します。
- 例4 食堂やロビーでは必要な職員が見守ることで、トラブルや事故を回避します。

有料老人ホームに関するお問い合わせ



Profile

公益社団法人 全国有料老人ホーム協会
〒103-0027 東京都中央区日本橋3-5-14
7F・アット・イー日本橋ビル7階
TEL: 03-3272-3781 FAX: 03-3548-1078
ホームページ: <http://www.yurokyo.or.jp>

地域包括支援センターです！

区市町村に設置される地域包括支援センター^(※)には、主任ケアマネジャー、ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などの職員が配置され、その専門知識や技能を互いに活かしながら高齢者の皆さまやそのご家族へ幅広い支援を行っています。

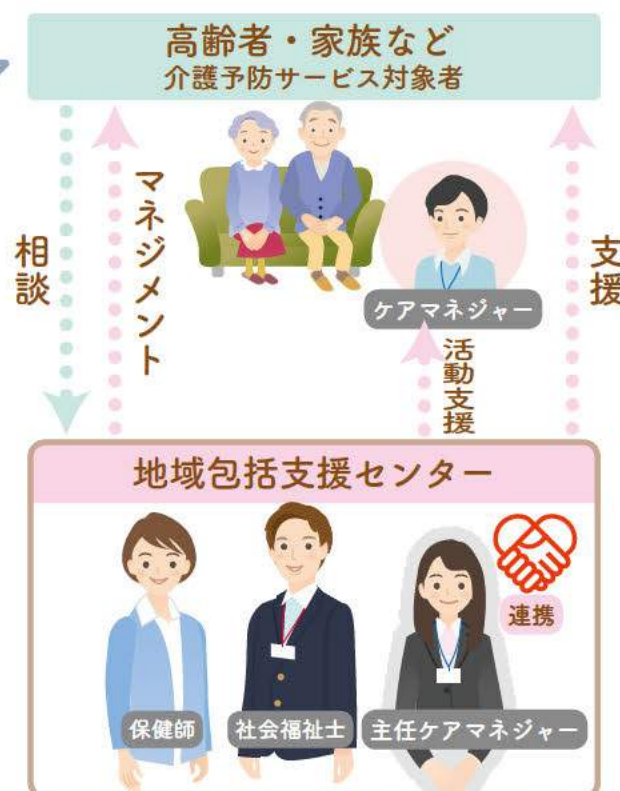
※地域包括支援センターは、区市町村によって名称も様々です。

(例) 高齢者あんしん相談センター（八王子市）、あんしんすこやかセンター（世田谷区）、おとしより相談センター（板橋区）高齢者ほっと支援センター（東大和市）など

ご相談は、どんなことでも！どなたでも！

地域包括支援センターは、介護に関する相談以外にも、高齢者の健康や福祉、医療や生活に関することや、どこに相談すればよいか分からないお悩みなどにも対応し、内容に応じて必要なサービスや制度、関係機関の情報提供や紹介を行います。

また、高齢者本人からだけでなく、家族、近隣に暮らす方などからも、高齢者に関する相談を受け付けます。電話による対応も行っておりますので、お気軽にご相談ください。



出典：東京都介護保険制度パンフレット（平成27年4月）作図改編

地域包括支援センターの業務の4つの柱について

1 総合相談・支援 ～様々な相談に対応します～

高齢者の皆さまやそのご家族などから様々な相談をお受けしています。また、必要な支援を把握し、介護保険制度や地域資源を活用した適切なサービスにつなぎます。

3 包括的・継続的ケアマネジメント～包括的かつ継続的な支援体制を構築します～

高齢者の皆さまに心身の状態やその変化に合わせて途切れることなく必要なサービスが提供されるよう、地域のケアマネジャーへの支援や、関係機関との調整を行います。

2 権利擁護 ～高齢者の権利や安全を守ります～

高齢者虐待への対応、悪質な訪問販売等による消費者被害の防止、成年後見制度の活用などにより、高齢者の皆さまの権利を擁護する支援を行います。

4 介護予防ケアマネジメント～適切な介護予防を提供します～

要支援1・2の方や基本チェックリストの結果、生活機能の低下がみられる方に介護予防のサービス計画を作成します。

多職種で支える認知症



認知症総合支援事業

認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けられるよう、すべての区市町村に、複数の専門職で構成する認知症初期集中支援チーム及び認知症地域支援推進員を配置し、認知症の人や認知症の疑いがある人への支援を総合的にを行います。

認知症初期集中支援チーム

▶▶▶ ◀◀◀

【活動内容】

複数の専門職が、認知症の人や認知症が疑われる人及びその家族を訪問し、医療・介護サービス等の利用につながるまでの初期の支援を包括的・集中的に行い、在宅での生活をサポートします（概ね6か月）。

【支援の内容】

チーム員が認知症の状態や生活状況などを確認し、以下の支援を行います。

- ・認知症に関する基本的な情報の提供
- ・医療機関の受診勧奨、介護保険サービス等の利用支援
- ・認知症や身体の状態に応じた助言、生活環境の改善
- ・本人や家族への心理的サポート 等

【構成員】

認知症サポート医等の医師 1名以上
医療・介護の専門職^(注) 2名以上

【配置場所】

地域包括支援センター、区市町村の本庁など

認知症地域支援推進員

▶▶▶ ◀◀◀

【活動内容】

- ① 医療・介護等の支援ネットワークの構築や認知症ケアパスの作成・普及
- ② 認知症カフェの開設や認知症多職種協働研修の実施など地域の認知症対応力向上のための取組
- ③ 認知症の人やその家族に対する相談支援

【推進員の要件】

医療・介護の専門職^(注)

【配置場所】

地域包括支援センター、区市町村の本庁など



(注) 医師、歯科医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、准看護師、理学療法士、作業療法士、社会福祉士、介護福祉士、視能訓練士、義肢装具士、歯科衛生士、言語聴覚士、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師、栄養士、精神保健福祉士、介護支援専門員などで、認知症の医療や介護の専門的知識及び経験を有する者をいいます。

認知症サポート医とは

認知症の人への支援体制の構築を図るため、地域において、かかりつけ医などに対する相談支援、地域包括支援センターを中心とした多職種の連携づくり、認知症に関する研修や普及啓発への協力などの役割を担う医師です。

Profile

地域包括支援センターをご利用になる場合は、お住まいの区市町村の高齢福祉所管課にご連絡いただくか、東京都HP(http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kourei/sodan/chiiki-zaitaku_center.html)にてお近くの地域包括支援センターをご確認いただき、ご連絡ください。

若年性認知症総合支援センターです！



65歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」と言います。働き盛り世代で発症することから、就労継続や経済問題など高齢期で発症する認知症とは異なる課題に、本人・家族は直面します。

東京都では、社会福祉士などの国家資格を有し、保健福祉医療等の分野で支援経験を有する「若年性認知症支援コーディネーター」を配置し、本人・家族からの相談にワンストップで対応する相談窓口（若年性認知症総合支援センター）を都内2か所に設置しています。

対象 若年性認知症のご本人、家族、医療・福祉関係者、企業・団体

支援方法 電話相談のほか、一人ひとりにあう支援が導入できるよう、面談などによる支援も行います。



センターでは、本人・家族からの相談のほか、職場や支援機関（医療機関や地域包括支援センター等）からの相談についても助言や連携を行っています。ぜひご利用ください。

こんな支援を行っています

医療機関との連携

主治医との連携を図り、日常生活について助言します。また、認知症専門医療機関の情報をお伝えします。

社会保障制度への橋渡し

医療費助成や障害年金など社会保障の情報提供や、手続きに関する助言・窓口への同行支援を行います。

各サービス利用

地域で利用できる介護・障害サービスの情報や利用手続きについて助言します。

就労支援

職場との調整について助言します。

本人と家族の不安に対する支援

本人の症状等への助言、家族の介護負担等に関する相談をお受けします。

多職種で支える認知症



こんなことに困ったら…



会社から受診を勧められているが、本人が拒否している

仕事で失敗が目立ってきた

デイサービスに行きたがらない

デイサービスに断られた

本人の行動に困っている

介護に疲れてしまった



支援方法が分からない、経験がない

若年性認知症に関する情報が見つからない

一度、センターにご相談を!!

相談無料 お気軽にご相談ください



東京都若年性認知症総合支援センター 主に23区を担当
(特定非営利活動法人いきいき福祉ネットワークセンターに委託)

専用電話 **03-3713-8205**

電話相談 9:00～17:00 (土・日・祝日を除く)

来所相談 予約制

所在地 目黒区碑文谷5-12-1 TS碑文谷ビル3F
東急東横線「学芸大学駅」東口徒歩10分

東京都多摩若年性認知症総合支援センター 主に多摩地区を担当
(社会福祉法人マザアスに委託)

専用電話 **042-843-2198**

電話相談 9:00～17:00 (土・日・祝日を除く)

来所相談 予約制

所在地 日野市大坂上1-30-18 大竹ビル2F
JR中央線「日野駅」徒歩3分

高齢者と地域を支える福祉施設です！

東京には、様々な福祉・介護サービスを提供している高齢者と地域を支える福祉施設等があるのをご存じですか？



高齢者と地域を支える福祉施設等の種類

相談 お悩みのときはまずここへ

地域包括支援センター 在宅介護支援センター



高齢者やその家族を支えるための地域の相談窓口です。暮らし・介護のアドバイスや、様々な施設の情報をお伝えします。認知症に関する相談も受け付けます。

→ 地域包括支援センター P44

通所 楽しみのある毎日を

デイサービスセンター
(要支援1～要介護5の方が利用できます)



地域で自分らしく暮らし続けるために、レクリエーションや運動、自宅では難しい安全で清潔な入浴、栄養バランスの良い食事提供などを行います。認知症の人を対象としたデイサービスセンターもあります。

入所 介護のあるくらしの場

特別養護老人ホーム
(原則要介護3～要介護5の方が入所できます)



生活の中で常に介護が必要な場合に暮らすことができます。介護に関する専門的なスタッフがご入居者の生活を支えます。要介護度が低くても、認知症がある場合には入居できる場合があります。

入所 困っている高齢者の味方

養護老人ホーム
(認知症の人でも入居できる場合があります)



地域での生活に困りごとのある場合に区市町村を通して暮らすことができます。福祉に詳しいスタッフがご入居や地域の皆さんのお手伝いをします。

入所 見守りのある生活を

軽費老人ホーム
(認知症の人でも入居できる場合があります)



お一人での生活に不安がある場合に暮らすことができます。お食事の提供や介護サービスの有無など様々なタイプがあります。

多職種で支える認知症



在宅生活を支える「地域包括ケア」

～認知症になっても暮らせる地域づくりのために

高齢者と地域を支える福祉施設等は「福祉の視点に基づく地域包括ケア」を展開します

福祉施設への入所

特別養護老人ホームでは、住み慣れた地域で認知症になっても安心して暮らせる生活を提供します

認知症カフェの開催

高齢者と地域を支える福祉施設等や社会福祉法人は、認知症ご本人やその家族が集い、相談したり交流する場を提供します

訪問により支援

ケアの専門家として、高齢者福祉施設や社会福祉法人は、地域の在宅高齢者を見守ります

特別養護老人ホームや養護老人ホーム、軽費老人ホームは、在宅で暮らす高齢者に必要なときだけ宿泊支援します

短期宿泊

認知症や高齢者に関する困りごとを解決します

困りごとの相談

デイサービスセンターは、認知症になっても楽しみのある生活を提供します

通いの場

(イラスト：フクモトミホ)



最期のときまで安心して暮らせる地域の実現

高齢者と地域を支える福祉施設等や社会福祉法人が、福祉の視点に基づきながら、人々に寄り添い、地域の輪をつくることで、地域包括ケア推進の役割を積極的に果たします。

東社協 東京都高齢者福祉施設協議会は、東京都内の特別養護老人ホーム・養護老人ホーム・軽費老人ホーム・地域包括支援センター・在宅介護支援センター・デイサービスセンター約1,200ヶ所を会員とするネットワークです。東京の高齢者福祉・介護の向上を目指し、会員が主体となって研修や調査、提言活動に取り組んでいます。



東京都高齢者福祉施設協議会
マスコット「アクティブル」

Profile

社会福祉法人 東京都社会福祉協議会
東京都高齢者福祉施設協議会

〒162-8953 東京都新宿区神楽河岸1-1

TEL 03-3268-7172 FAX 03-3268-0635

E-mail kourei@tcs.w.tvac.or.jp

ホームページ <https://www.tcs.w.tvac.or.jp/bukai/kourei/>

地域で見守り、支え合う

老人クラブです！

老人クラブは地域の高齢者の生きがいを高めるための自主的な集まりです。

健康づくりや介護予防、安否確認や友愛訪問など、地域の担い手として見守り、支え合いの活動に取り組んでいます。

老人クラブ活動と一緒に取り組んで、仲間の輪を広げませんか。



老人クラブとは

都内の老人クラブは、3,253 クラブを数え、25 万人を超える会員が元気に活動を行っています。

日常的に声をかけ合い、徒歩で集まることのできる地域を基本にして組織されていますから、近所の身近な人を見守り、ちょっとした困りごとを互いに支え合います。

老人クラブ活動の概要

老人クラブ活動は、『生活を豊かにする楽しい活動』と『地域を豊かにする社会活動』の二つに分類されます。

『生活を豊かにする楽しい活動』は、健康づくりやスポーツ活動、趣味・文化・レクリエーション活動、学習活動などを行っています。

『地域を豊かにする社会活動』は、地域の見守り支援として、在宅福祉の友愛訪問活動、地域ボランティア活動、環境美化・リサイクル活動などを行っており、友愛活動と称しています。

多職種で支える認知症



認知症の人へのサポート、 老人クラブができること（友愛活動）

- 友愛活動としての老人クラブ活動は、増加している一人暮らしや高齢者世帯を支える日常生活支援として、認知症の人も含めて、一人ひとり、個々の方々に對して草の根できめ細かく地道な見守り、支え合いの活動を行っています。
- そして、認知症サポーター養成講座を受講するなど、認知症の人への理解を深めています。
- こうした友愛活動＝地域の見守り支援を老人クラブが行うにあたっては、会員は専門家ではありませんので、受け止めた後は、必要とされる専門家につなぐ役割にあることを自覚しています。



老人クラブとして、

- ①地域の一員として取り組むこと、
 - ②対等の友人として、すなわち「お互いさま」の気持ちで取り組むこと、
 - ③組織決定、情報共有を図ること、
 - ④地域の高齢者の方々にも呼びかけること、
 - ⑤プライバシーを守ること、
 - ⑥活動を記録して今後に役立てること、
 - ⑦緊急時の対応を予め備えておくこと
- の7つを心得としています。



老人クラブ活動と一緒にいきませんか

Profile

公益社団法人 東京都老人クラブ連合会
〒160-0023 東京都新宿区西新宿5-7-1 若月ビル8階
TEL : 03-3370-3861 FAX : 03-3370-3863
E-mail : tfsc@sf9.dion.ne.jp
ホームページ : <http://www.tororen.or.jp>

認知症の人と家族の会です！

私たちは認知症の人の思いを尊重し、本人と本人を支える家族の当事者団体です。

介護経験のあるボランティアスタッフが、介護体験や情報を掲載した「会報・支部報」を発行し、認知症の人や家族の交流の場である「会員のつどい」を定期的に関き、誰でも利用できる「電話相談」を行っています。



「認知症てれほん相談」
TEL : 03-5367-2339
(火・金 10:00～15:00除祝祭日)

電話相談や会員のつどいに寄せられる家族の悩み～最近の特徴～



ひとり暮らし

- ・本人が受診やサービス利用を拒否
→日常生活が成り立っていない
- ・近隣の人とのトラブル・経済的な問題・いつまでひとり暮らしが続けられるのか

老老介護

- ひとりで背負う介護
→心身ともに疲弊、子どもたちとの連携なし・認知症に理解のない介護・在宅介護の限界

男性介護者

- 不慣れな家事と介護の両立で疲弊・愛情過多
→ひとりで背負ってしまう・孤立しがち・自分の時間が持てない

独身の子による介護

- 介護離職・経済的な不安・親やきょうだいとの確執・将来の不安

認知症の人がかかえている悩み

- ・今までできていたことができなくなり、混乱したり困惑することが多い
- ・プライドを傷つけられて自信がない
- ・自由に好きなことをしたいができない
- ・自分の言いたいことがうまく伝えられない
- ・不安や孤独で穏やかな気持ちで過ごせない
- ・人の役に立ちたいが機会がない
- ・家族のことが心配



多職種で支える認知症



会員のつどい

東京都支部では毎月1回、会員が自由に参加して、介護をめぐる日々の苦労などの思いの丈や本音を語り合う「会員のつどい」を開いています。

互いの介護状況や思いを知ることによっていろいろな気づきを得られる場になっています。「ひとりだけでない」「分かり合える仲間がいる」「気持ちの切り替えができた」などの声があります。**つどいは知恵の宝庫です。**



ある男性介護者の話



妻は75歳で1年前から物忘れがひどく、やっとの思いで受診したところ、アルツハイマー型認知症と診断されました。妻もショックを受けてふさぎ込むようになりました。妻は最近、怒りっぽくなり、腹の立つことばかり言われるとつい私も怒鳴って、たまには手が出てしまう。そんな自分が情けない。離れて住む娘には心配をかけたくないので知らせていません。どうしたらよいのでしょうか。



この方に対して、参加者からいろいろな声が上がりました。「私はご近所に妻が認知症であることを早目に伝え、いろいろ協力してもらっている」「奥さんの友達に、今まで通りの付き合いをお願いしてみたらどうか」「一刻も早く娘さんの手助けを」「地域包括支援センターに相談を」など。



本人会議アピール

- ・仲間と出会い、話したい。助け合って進みたい。
- ・仲間の役に立ち、はげまし合いたい。
- ・認知症のために何が起こっているのか、どんな気持ちで暮らしているのか分かってほしい。
- ・どんな支えが必要か、まずはわたしたちにきいてほしい。
- ・少しの支えがあれば、できることがたくさんあります。
- ・できないことで、だめだと決めつけないで。

(2006年10月17日 本人会議 参加者一同資料より一部抜粋)

Profile

公益社団法人 認知症の人と家族の会(東京都支部)
〒160-0003 東京都新宿区四谷本塩町4番41号 住友生命四谷ビル
TEL/FAX: 03-5367-8853 (火・金 10:00～15:00除祝祭日)
E-mail aaj-tokyo@nifty.com
ホームページ <https://www.alzheimer.or.jp>

「認知症てれほん相談」
TEL : 03-5367-2339
(火・金 10:00～15:00除祝祭日)

東京都の取組



認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指し、国は、平成27年1月に『認知症施策推進総合戦略～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～』（新オレンジプラン）を策定しました。今後急増する認知症の人とその家族が、住み慣れた地域で安心して生活できるようにするためには、認知症の人が容態に応じて適切な医療・介護・生活支援等を受けられる体制を構築していくことが必要です。都では、「東京都認知症対策推進会議」において中長期的な施策を検討し、区市町村や医師会・認知症サポート医・地域包括支援センター等の関係機関と連携して、総合的な認知症対策を推進しています。都の取組については、ポータルサイト「とうきょう認知症ナビ」に掲載しています。

< http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/zaishien/ninchishou_navi/ >

地域連携の推進と専門医療の提供

●認知症疾患医療センターの運営

島しょ地域を除く各区市町村に認知症疾患医療センターを設置し、医療機関相互や医療と介護の連携を推進するとともに、認知症の人に必要な医療を適切に提供できる体制の構築を図っています。二次保健医療圏の医療・介護連携の拠点として設置している地域拠点型認知症疾患医療センターでは、「認知症疾患医療・介護連携協議会」や地域の医療従事者向けの研修会を開催しているほか、専門職で構成する認知症アウトリーチチームを設置しています。

〔2018（平成30）年3月1日現在：52か所（地域拠点型12か所、地域連携型40か所）〕

●認知症支援コーディネーターの配置

認知症の早期発見・診断・対応を推進するため、区市町村に医療職の認知症支援コーディネーターを配置し、認知症アウトリーチチーム等と協働した訪問支援等を行っています。

●認知症の普及啓発

パンフレット「知って安心認知症」の配布、ポータルサイト「とうきょう認知症ナビ」の運営等により、認知症に関する正しい知識の普及、早期受診の啓発を行っています。

認知症の人と家族を支える人材の育成

●認知症支援推進センターの設置

都における認知症医療従事者等の研修の拠点として、認知症サポート医等の医療専門職向けの研修を実施するとともに、島しょ地域への訪問研修等を行っています。

●医療従事者の認知症対応力の向上

医療機関において、認知症の人への支援が適切に行われるよう、かかりつけ医、歯科医師、薬剤師、看護師等に対し、認知症対応力向上研修を実施しています。

●認知症介護を担う人材の育成

認知症ケアに携わる介護職、地域密着型サービス事業所の管理者等に対して、認知症ケアの質の向上を図るための研修を実施しています。

●多職種協働の推進

認知症多職種協働研修や認知症初期集中支援チーム員向けの研修の実施などにより、認知症ケアに携わる医療・介護従事者の連携の促進を図っています。

認知症の人と家族を支える地域づくり

●区市町村における支援体制構築の支援

認知症の普及啓発、地域のネットワークの構築、認知症予防、医療機関と連携した介護者支援の拠点整備など、認知症の人と家族を支える区市町村の取組を支援しています。

●若年性認知症総合支援センターの運営

都内2か所に若年性認知症総合支援センターを設置し、ワンストップの相談に応じるとともに、地域包括支援センターなど関係機関の対応力向上に取り組んでいます。

●認知症高齢者グループホームの整備

認知症高齢者グループホームの設置を促進するとともに、関連サービスを併設するなど、地域包括ケアの拠点としての機能を強化します。

在宅療養の推進に向けた取組

高齢になっても、病気になっても、地域で暮らし続けたいという都民の思いに応えるためには、住民に身近なサービスを担う区市町村が中心となって、関係多職種と連携して支援体制を整備することが必要です。

都は、地域における在宅療養の体制を整備するため、以下の取組を行っています。

●地域における在宅療養体制の確保

在宅療養に関する相談対応や在宅医療・介護連携に関する調整等を行う相談窓口を設置する取組、ICTを活用して医療・介護関係者が情報共有する取組、主治医、副主治医制の導入、在宅医と訪問看護ステーション等との連携等による24時間診療体制の確保、病状変化時に利用できる後方支援病床の確保など、地域で医療・介護等の連携を充実・強化する取組を支援しています。

●在宅療養生活への円滑な移行の促進に向けた取組

入院医療機関における入退院支援の取組を更に進めるとともに、入院時（前）からのかかりつけ医、地域の医療機関、介護支援専門員等、多職種との情報共有・連携を強化し、患者・家族も含めたチームでの取組を促進しています。

また地域における在宅療養への移行調整の役割を担う在宅療養支援窓口の機能強化に向けた取組を行っています。

●在宅療養に関わる人材の確保・育成

在宅医療の担い手の育成・確保や、地域における医療・介護連携のコーディネーター的な役割を担う人材の確保に向けた取組を行っています。

●暮らしの場における看取りの支援

都民が住み慣れた地域で安心して暮らし、本人の希望する場所で看取りが行えるよう、看取りに対する都民の理解を促進するとともに、看取りを支援する人材の育成や看取り環境の整備に向けた取組を推進しています。



住み慣れた街でいつまでも
ー認知症の人と家族にやさしいまち東京ー

平成 30 年 3 月 発行

登録番号 (29) 359

製作・監修 東京都多職種連携連絡会
編集 公益社団法人 東京都医師会
発行 東京都福祉保健局医療政策部医療政策課
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号
電話 03-5320-4446 FAX 03-5388-1436
制作 株式会社オフィス TM