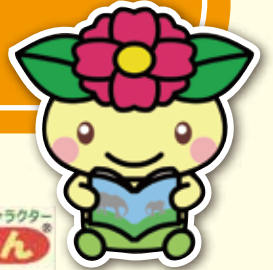




西淀川区

# に~よん参考書

## ～認知症編～



この参考書は、「認知症ケアパス」(認知症の人に合ったサービス提供の流れを示したもの)です

西淀川区マスコットキャラクター  
に~よん

認知症予防を  
していきたいな

早めに備えて  
いきたいな

『認知症は  
誰もが  
なりうる身近な  
病気です。』

認知症に  
なっても  
住み慣れた家で  
暮らしたいな

どこに相談したら  
いいかな

認知症の状態は、個人によって異なります。これから予測される症状や状態の変化の目安、そして今後のことを見通す参考、備えとして、ぜひご活用ください。

〈編集〉〈西淀川区認知症ケアパス作成のための検討委員会〉

西淀川区医師会在宅医療・介護連携相談支援室／西淀川区役所／西淀川区社会福祉協議会(地域支援担当、見守り相談室、生活支援体制整備事業)／西淀川区キャラバンメイト連絡会／西淀川区地域包括支援センター  
淀地域総合相談窓口／陽だまり西淀川オレンジチーム(認知症初期集中支援チーム)  
西淀川区南西部地域包括支援センター

〈発行〉西淀川区南西部地域包括支援センター／西淀川区地域包括支援センター／西淀川区医師会在宅医療・介護連携相談支援室  
西淀川区社会福祉協議会(地域支援担当・見守り相談室)／陽だまり西淀川オレンジチーム

〈監修〉認知症サポート医・医療法人杉山診療所 杉山 博通／医療法人歌島上田クリニック 上田 純也  
公益財団法人淀川勤労者厚生協会附属西淀病院 野口 愛

〈協力〉一般社団法人 西淀川区医師会／一般社団法人 西淀川区歯科医師会／一般社団法人 西淀川区薬剤師会  
西淀川警察署／西淀川消防署

# 認知症の人によりそうまち西淀川

「よりそうまち西淀川」の実現のために

認知症の  
人に早く  
気づきます

認知症の  
人とともに  
生きてます



認知症の  
予防に  
取り組めます

認知症はだれでもかかりうる病気です。西淀川区では、約3,500人以上の認知症の方がおられると推計されています。

「人が“やさしい”自分が“いきる”ふだんの“つながり”が『ここ』にある」を基本理念(西淀川区地域福祉計画・地域福祉活動計画より引用)として、認知症になっても、尊厳をもって自分らしい生活の維持ができるために、ご家族の方、地域の方々が、ご本人に寄り添えるように、さらに共に生きる希望を見出せるような暮らしやすいまち西淀川を一緒に目指しましょう。

この「西淀川区(得)に～よん参考書～認知症編～」が、これからもより一層、認知症に関わる方やご家族の方など皆さまの道しるべとしてお役に立つことを願っています。

西淀川区認知症ケアパス作成のための検討委員会



① 認知症って何?.....	2
① 主な症状 .....	2
② 認知症の種類と特徴 .....	3
② 認知症かなと思ったら .....	4
③ 認知症を予防するための生活習慣.....	4
④ 認知症の人との接し方 .....	5
⑤ 認知症をチェックしてみよう「症状の程度における傾向と対策」.....	6~7
⑥ 自分でできる! 認知症チェック! .....	8
⑦ あなたの地域の身近なサポートについて .....	9~11
① 本人へのサポート .....	9
② 家族へのサポート.....	10
③ 本人・家族・地域の人々へのサポート.....	11
⑧ 西淀川区内での認知症に関する専門医療機関等 .....	12
⑨ 認知症についての相談、高齢者のくらしと介護の窓口.....	13
認知症とともに生きる希望宣言 .....	14

# 1 認知症って何?

## 1 主な症状

誰でも「もの忘れ」をします。脳に病気が起こり、認知機能(物事の判断する能力)が低下し、日常生活に支障をきたす状態が「認知症」です。

認知症の症状には、経過にともなって誰にでも生じる「認知機能障害」と環境など様々な要因が加わって生じる「行動・心理症状(BPSD)」があります。

### ●違いを知りましょう

#### 加齢

によるもの忘れ

「何を食べたか」を思い出せない

「約束をうっかり」忘れてしまった

目の前の「人の名前」が思い出せない

ものを置いた場所を「しばしば」思い出せない

#### 認知症

によるもの忘れ

「食べたこと自体」を忘れる

「約束したこと自体」を忘れる

目の前の人「誰なのか」わからない

置忘れ、紛失が「頻繁」になる

### コラム

#### 1 軽度認知障害を知っていますか?

軽度認知障害は、認知症の一步手前の状態で、MCI(Mild Cognitive Impairment)とも呼ばれます。認知症におけるもの忘れのような記憶障害が出るものの症状はまだ軽く、正常な状態と認知症の中間と言えます。認知症ではありません。



#### 認知機能障害

- ◎もの忘れ
- ◎状況判断ができない
- ◎計算ができない
- ◎時間・場所・人が認識できない
- ◎手順よく物事を進められないなど

治すことが  
難しい...



#### 行動・心理症状 (BPSD)

- ◎無気力になる
- ◎ものを盗られたと騒ぐ
- ◎徘徊
- ◎怒りっぽい、怒鳴る
- ◎なかなか寝付けないなど

改善する  
ことができる

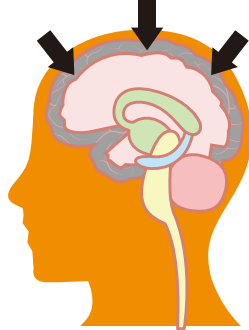
以前に比べて「あれ?おかしいな」という気づき大切です。

## 2 認知症の種類と特徴

【一番多い認知症】

### アルツハイマー型認知症

女性に多く、進行は緩やか。記憶障害が著しく、特に最近の記憶(短期記憶)が不得意になります。うつ状態がみられることもあります。



特徴的な  
症状の例

- 同じ質問を何度も聞く
- 物事の段取り(食事の準備など)が悪くなる
- 日にちがわからなくなる
- 約束をすっぽかす など

【脳梗塞や脳出血などが引き金】

### 脳血管性認知症

男性に多く、脳の血管障害で脳細胞が死滅することで発症します。脳血管障害のリスクとなる高血圧や糖尿病などの治療・改善が予防につながります。



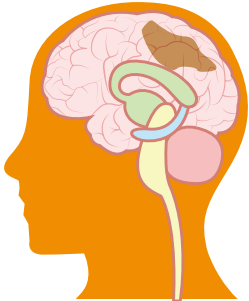
特徴的な  
症状の例

- 意欲が低下する
- もの忘れがあるわりには、しっかりしている(まだら認知症)
- 手足の麻痺がある など

【幻視が起こることが特徴】

### レビー小体型認知症

初期のころはもの忘れより、うつ状態、失神、ふるえといった症状が出たり、幻視(目の前に無いはずの物が見える)を認めたりすることがあります。



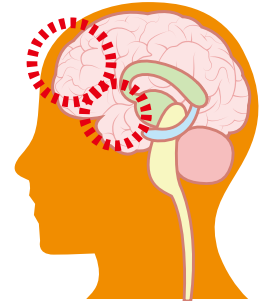
特徴的な  
症状の例

- 子どもや虫が見えると言う
- 夢を見て反応し、大声を出す
- もの忘れは軽い など

【性格や行動上の変化が主な症状】

### 前頭側頭型認知症

もの忘れの症状は軽く、意欲や理性、感情をコントロールすることが難しくなります。万引きや無銭飲食などで周囲を困惑させることも少なくありません。



特徴的な  
症状の例

- 同じ時間に同じ行動をとる
- 同じ食品を際限なく食べる
- 周囲を顧みず自己本位な行動が目立つ など

## 65歳未満で発症する 若年性認知症

若年性認知症は、意欲低下や行動異常、空間認知などの症状がもの忘れよりも目立つことが多いため、認知症と気づかれにくく、うつ病など精神疾患と診断されることもしばしばあります。

西淀川区<sup>①</sup>に〜よん参考書  
〜認知症かかわり方編〜  
20ページもご参照ください



こんな症状にご注意

- 家事に時間がかかる
- 打ち合わせの約束をしたことを忘れる
- 書類の整理が難しくなった
- 車庫入れが苦手になる

## 2 認知症かなと思ったら

### 認知症は、早期診断と早期治療が大切です

**理由1** 早期より治療を開始することで、症状が軽減したり完治する病気があります。甲状腺機能低下症や、硬膜下血腫、正常圧水頭症が原因で認知機能が低下している場合、治療により改善できます。

**理由2** 早期より薬を服用することにより、効果が高まります。アルツハイマー型認知症では、薬を服用することで、認知症状の進行を遅らせることができますが、早期である方がその効果は上がります。脳血管性認知症でも、新たな脳血管障害の予防を講じると悪化を防ぎやすくなります。

**理由3** 早期診断・早期治療により、治療の見通しがつき適切なケアができます。早期診断によって、具体的な病名がわかることで、今後生じる症状も予測でき、余裕を持った対応ができます。治療だけでなく、ケアの仕方も病気によってコツがあり、変わってくるのです。

かかりつけ医(身近なお医者さん)があなたのことを一番よく知っています。



まずはかかりつけ医に相談しましょう!!

かかりつけ医がない場合は、地域包括支援センター・総合相談窓口・陽だまり西淀川オレンジチーム(P13)に相談しましょう!

## 3 認知症を予防するための生活習慣

認知症のリスクを高める習慣は、「あまり運動をしない」「あまり食べない」「あまり脳を活性化させていない」です。

こんなことから  
やってみましょう!!

### 1 よく運動する

- ◎エレベーター、エスカレーターより、階段を利用する
- ◎近くでの買い物は歩いていく
- ◎掃除の回数を増やす
- ◎緑陰道路を歩く時間をつくる



## 2 よく食べる

- ◎ ゆっくりよく噛んで食べる
- ◎ 一日3食、規則正しく食べる
- ◎ 食べすぎに注意。腹七分目
- ◎ 毎食、主食・主菜・副菜をそろえる



## 3 脳を活性化させる

- ◎ 社会参加する(催しや行事などに加わってみる)
- ◎ 家族、友人と会話する
- ◎ 料理、掃除など役割をもつ
- ◎ ウォーキング、園芸など生きがいを持つ
- ◎ 新聞を読む(活字を読む)
- ◎ 日記をつける(1行日記でもよい)

※西淀川区(得)に~よん参考書『コミュニティ情報編』『食べることは生きること編』『いきいき・はつらつチャレンジ!』シリーズをご活用ください!!

### コラム 2 認知症予防のために口腔ケアを忘れずに

65歳以上で歯がほとんどなく、入れ歯も使っていない人は、歯が20本以上残っている人に比べ、認知症になるリスクが約2倍になることがわかっています。歯を失ったら、入れ歯をつくり、入れ歯は歯科医に定期的に調整してもらって、きちんと噛んで食べられるようにしましょう。



## 4 認知症の人との接し方

- 1 自尊心を傷つけないようにしましょう 《感じる力は失われません》
- 2 余裕をもって穏やかな気持ちで対応しましょう 《イライラは伝わります》
- 3 できないことは、さりげなくフォローしましょう 《なるべくなら自分でしてもらいましょう》
- 4 ゆっくり、1つずつ簡潔に伝えましょう 《「あれ」「それ」「これ」を使わずに》
- 5 本人の視界にはいったところで話しましょう 《本人の目をみて話しましょう》
- 6 聴き上手になりましょう 《否定せずにできるだけ聴きましょう》
- 7 叱ったり、命令しないようにしましょう 《ゆっくり穏やかに働きかけましょう》

西淀川区(得)に~よん参考書  
~認知症かかわり方編~も  
ご参照ください



# 5 認知症をチェックしてみよう「症状の程度における傾向と

認知症の 段階	自立		認知症(軽度)
	予 防	認知症の疑い	
本人の 様子	<input type="checkbox"/> 健康づくりや介護予防に取り組む <input type="checkbox"/> 地域とのつながり(社会参加)を大事にする	<input type="checkbox"/> もの忘れが増えるが自覚もある(人からも言われ始める) <input type="checkbox"/> 日常生活は自立しているが、計算や漢字間違いなどが増える	<input type="checkbox"/> 同じことを何度も聞くようになる <input type="checkbox"/> ものや人の名前が出てこない <input type="checkbox"/> 置き忘れやしまい忘れが増える <input type="checkbox"/> 料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる
家族の 心得・ 対応の ポイント	<input type="checkbox"/> 本人と一緒に認知症予防に関する取り組みを 実践 	<input type="checkbox"/> 年齢のせいにならず、気になり始めたら、早めにかかりつけ医や各種窓口相談 <input type="checkbox"/> 本人の不安を和らげる	<input type="checkbox"/> 同じことを聞かれても、きちんと返答 <input type="checkbox"/> なんでもかんでも取り上げず、本人ができないことだけをサポート <input type="checkbox"/> 認知症についての勉強や介護保険サービスの利用を検討する <input type="checkbox"/> 医療サポートをうける <input type="checkbox"/> 将来をみすえる
専門医療機関	かかりつけ医や、		
相談できる機関	見守り相談室……(P10) 陽だまり西淀川オレンジチーム……		
支援の 体制	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症って何? ……(P2~3)</li> <li>・認知症をチェックしてみよう ……(P6~7)</li> <li>・認知症の受診と治療・ケア ……(P12、P13)</li> <li>・認知症(生活習慣病)を予防する ……(P4~5)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症って何? ……(P2~3)</li> <li>・認知症をチェックしてみよう ……(P6~7)</li> <li>・認知症の受診と治療・ケア ……(P12、P13)</li> <li>・認知症の人と家族を支える 認知症高齢者への接し方 (P5)</li> </ul>	

介護予防・介護生活支援  
お住まい

介護保険サービスについては、ハートページをご参照ください  
**設置場所** 区役所、地域包括支援センター

### 認知症(中等度)

#### 日常生活を送るには、支援や介護が必要

- 「ものを盗られた」などの発言をする
- 着替えがうまくできなくなる
- 家までの帰り道がわからなくなる
- 書字・読字が苦手になる
- もの忘れの自覚がない

- さまざまな症状が現れてきて疲れる時期、人の助けを借りよう
- 通所系サービスのみでは困難、訪問系や泊まり系のサービスなども検討
- 見守り体制を充実させる
- 悪質商法から守る
- 住まいの環境を整える

### 認知症(重度)

#### 常に専門医療や介護が必要


- 食事やトイレ、お風呂、移動などの日常生活に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
- 言葉数が少なくなるが、感覚(目・耳・鼻などの機能)は残っている

- 本人が安心できる環境づくりをこころがける
- 最期の迎え方について家族間で話し合いをしておく
- コミュニケーションを工夫する
- 看護と介護を充実させる

## 専門医などを受診

……(P13) 地域包括支援センター・総合相談窓口……(P13)

- ・認知症の受診と治療・ケア ……………(P12、P13)
- ・認知症の人と家族を支える認知症高齢者への接し方 ……………(P5)



## 6 自分でできる! 認知症チェック!

### まずは、認知症のチェックをしてみましょう!!

「ひょっとして認知症かな?」と思ったらチェックしてみましょう! ※家族や身近な人がチェックすることもできます。

自分でできる認知症の気づきチェックリスト		最もあてはまるところに○をつけてください			
チェック 1	財布や鍵など、ものを置いた場所がわからなくなることがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック 2	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック 3	周りから「いつも同じことを聞く」などのもの忘れがあるとされますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック 4	今日が何月何日かわからないときがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック 5	言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック 6	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック 7	一人で買い物にいけますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック 8	バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック 9	自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点
チェック 10	電話番号を調べて、電話をかけることができますか	問題なくできる 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点

チェックしたら、①から⑩の合計を計算▶

合計点

点

**20点以上**の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。かかりつけ医に相談してみましょう。 出典:東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課「知って安心認知症」(平成30年12月発行)

## 7 あなたの地域の身近なサポートについて

### 1 本人へのサポート

#### 1 介護保険サービス

ハートページをご覧ください

ハートページナビ大阪市版  
<https://osaka.heartpage.jp/>



《ハートページ設置場所》

- ▶ 西淀川区役所2階
- ▶ 西淀川区社会福祉協議会
- ▶ 西淀川区地域包括支援センター
- ▶ 西淀川区南西部地域包括支援センター

#### 2 あんしんさぽーと事業(日常生活自立支援事業)

認知症などにより、判断能力に不安のある人が安心して日常生活を過ごせるように、本人との契約に基づき「福祉サービス等利用援助」「日常的な金銭管理サービス」「書類等預かりサービス」の支援をします。

お問い合わせ先 西淀川区社会福祉協議会 あんしんさぽーと事業担当 06-4862-6455

#### 3 成年後見制度

認知症や知的障がい・精神障がいなどによる判断能力の低下のため、自分の財産を管理するのが困難であったり、必要な手続きができなかったり、不当な契約をさせられて財産を侵害されたり、不利益を被ってしまう恐れがあります。「成年後見制度」はそのような人のために、後見人などが支援に関わることで、本人の権利や財産管理をしたり、本人の意思を尊重して、その人らしい生活ができるように援助する仕組みです。

お問い合わせ先 地域包括支援センター、総合相談窓口、区役所保健福祉課

#### 4 運転免許証の自主返納の手続き

高齢者のみなさん、このようなことを感じたことはありませんか。

「運転すると疲れやすくなった」「運転中、ヒヤッとすることが多くなった」「最近、もの忘れをすることが多くなった」「音が聞こえづらい、視力が落ちた」

家族のみなさん、このように思ったことはありませんか。

「一緒に乗っていてヒヤリとしたことがある」「急ブレーキを掛けることが多いと思うようになった」「そろそろ返納してほしいと思っている」「事故を起こさないか心配だ」

運転免許の返納を考えてみてはいかがでしょうか。  
運転免許証に代わる公的身分証明書「運転経歴証明書」を申請することができます(手数料と写真が必要です)。  
サポート企業や店舗で、さまざまな特典を受けることができます。

西淀川区<sup>①</sup>に~よん参考書  
~認知症かわり方編~  
でも詳しく載せています



大阪では、高齢ドライバーによる交通事故の割合が増えています!!

お問い合わせ先 西淀川警察 交通課 06-6474-1234

#### 5 防火防災診断

##### 《住まいの防火防災診断》

西淀川消防署では、火災や地震などの災害による被害を防止するために、希望される人のお宅に消防職員(介護関係者も同伴します)が訪問し、防火防災に関するアドバイスを行っています。認知症の人の家族で(同居でなくても可)、下記に示す例などでお困りの場合にご相談ください。

【例1】ストーブの周りで洗濯物を乾かしたり、近くに燃えやすいものを置くため、火災になると大変だからと注意しても、また同じことを繰り返す。

【例2】寝たばこをするので、何度もやめるように注意してもやめてくれない。

【例3】地震が発生した時に、室内に置いている家具が倒れて怪我をしないか心配。

左記以外の  
住まいの  
防火防災  
診断



吸い殻の管理は?



火気使用器具の管理は?



住宅用火災警報器の設置は?



部屋の整理整頓は?

お問い合わせ先 西淀川消防署 地域担当 06-6472-0119

## 2 家族へのサポート

### 1 「ひまわりの会(西淀川区家族介護者の会)」 費用 1回100円

介護の悩み、一人で抱え込まず、仲間とともに語り合いませんか。

日時:毎月第2木曜日 13:30~15:00

場所:西淀川区在宅サービスセンターふくふく(千舟2-7-7)

お問い合わせ先 西淀川区地域包括支援センター 06-6478-2943

### 2 「ひょうたんの会(西淀川区男性介護者の会)」 費用 1回100円

男性にしか分からない介護の悩みを語り合い、気分転換やストレス発散しませんか。

日時:毎月第3木曜日 13:30~15:00

場所:西淀川区在宅サービスセンターふくふく(千舟2-7-7)

お問い合わせ先 西淀川区地域包括支援センター 06-6478-2943

### 3 家族介護支援事業

介護の仕方やかかわり方や、介護予防などについて、これからの将来に備えるため、一緒に学びませんか?

日時・場所:開催時に、広報誌きらり☆にしよど、区社協だよりなどに掲載予定

対象:現在、家族を介護している人、将来に備えて介護の予習をしたい人

お問い合わせ先 西淀川区地域包括支援センター・西淀川区南西部地域包括支援センター・淀地域総合相談窓口



### 4 認知症高齢者等見守りネットワーク事業

《認知症高齢者等の行方不明時の早期発見》

認知症などにより、行方不明となった際、区内外の協力者(民生委員や介護事業者など)に発見協力依頼メールを配信しています。事前に登録することで、スムーズに配信できます。帰り道がわからなくなったり、道に迷うなどの不安があればご相談ください。

見守りメール  
無料

詳しくはこちら



お問い合わせ先 西淀川区社会福祉協議会 見守り相談室 06-4862-6438

### 5 認知症高齢者位置情報探索事業

認知症高齢者を介護している家族などに対し、位置情報専用端末を利用した発信機器(GPS)の貸与を行っています。※若年性認知症の人も含みます。

対象者:見守り相談室において、継続的な見守りや支援の過程で機器の使用が必要と認められた認知症高齢者を介護する家族(大阪市内在住)。ただし、行方不明時に位置情報を探索し、引受人となることができる人。

位置情報探索機器貸与料 市民税非課税世帯/無料、  
市民税課税世帯/月額1,320円

お問い合わせ先 西淀川区社会福祉協議会 見守り相談室 06-4862-6438



## 3 本人・家族・地域の人々へのサポート



### 1 「認知症サポーター養成講座」

「認知症サポーター」は、認知症の人や家族を地域で見守り、サポートする応援者です。1回完結、90分程度の認知症に関する講座で対応など学びます。

**お問い合わせ先** 西淀川区社会福祉協議会 地域支援担当 **06-6478-2941**

### 2 さくらんぼの会

認知症の人とその家族が集う場所です。

日時:毎月第2金曜日 14:30~15:30(変動あり)

場所:西淀川区在宅サービスセンターふくふく(千舟2-7-7)

**お問い合わせ先** 西淀川区社会福祉協議会 生活支援体制整備事業 **06-6478-2941**  
西淀川区南西部地域包括支援センター **06-6476-3550**

### 3 認知症予防教室

のぞと診療所にて、認知症予防教室を開催しています。

日時:毎月第4木曜日 14:00~15:00

場所:のぞと診療所 3階会議室ひまわり(野里3-5-34)

対象:どなたでも

**お問い合わせ先** のぞと診療所 **06-4808-8151**



認知症のご本人・家族



みんなで繋がるための  
陽だまりカフェ



医師・ヘルパーなど  
医療・介護の専門職

認知症に  
関心のある区民

### 4 陽だまりカフェ(認知症カフェ)

認知症の当事者のみならず、ご家族や地域の方々と一緒に集まることができ認知症カフェがあります。西淀川区では、認知症カフェではなく「陽だまりカフェ」という名称で、どなたでも参加しやすいカフェを目指しています。陽だまりカフェ一覧のリーフレットは、陽だまり西淀川オレンジチームで配架しています。



**お問い合わせ先** 陽だまり西淀川オレンジチーム **06-6476-3563**

### 5 大阪市認知症アプリ

大阪市公式アプリ「大阪市認知症アプリ」・大阪市公式ウェブサイト「大阪市認知症ナビ」が公開されています。



Android版  
ダウンロード



iOS版  
ダウンロード



## 8 西淀川区内の認知症に関する専門医療機関等

### ●専門医療機関

医療機関名	科名	住所・電話	診療時間	
のざと診療所	もの忘れ外来	野里3-5-34 06-4808-8151	毎週火曜日／13:30～16:00	要予約
杉山診療所	精神科	歌島1-2-5 06-6473-3927	月曜～金曜	要予約
名取病院	心療内科	大野2-1-32 06-6474-0506	毎週水曜日／14:00～16:30 お問合わせは水曜日のみ	要予約

※すべて、日・祝・年末年始休み。各医療機関へご連絡ください。

### ●上記以外の認知症に関して診断や治療可能な医療機関

医療機関名	住所・電話	認知症の初期診断と治療について	認知症の継続治療について	予約について
こたけクリニック	柏里2-3-20-201 06-4808-5518	×	○	不要
福田診療所	歌島1-11-3 06-6471-3200	○	○	不要
大英診療所	歌島2-3-2 06-6474-0361	○	○	不要
山中医院	歌島1-3-6 06-4808-2558	×	○	不要
歌島上田クリニック	御幣島1-4-9 06-6471-1000	○	○	要
くぼたクリニック	佃3-2-29 06-6477-5858	○	○	要
じくはら医院	佃3-7-32 06-6472-4407	×	○	不要
田井内科クリニック	佃3-19-11 06-6195-1636	○	○	不要
中岡クリニック	大和田4-8-24 カサグランデ基田1F 06-4808-3333	○	○	不要
波津診療所	姫島1-18-12 06-6475-5067	○	○	不要
千北診療所	大和田5-5-3 06-6473-1864	○	○	要
大和田診療所	大和田6-13-48 06-6473-0212	×	○	要
もりわき内科内視鏡クリニック	大和田2-2-43 06-6472-5600	×	○	要
黒川診療所	姫里1-22-23 06-6471-9912	○	○	不要
辻診療所	姫里2-1-22 06-6472-5550	○	○	不要
森川医院	姫島1-22-7 06-6471-5258	×	○	不要
姫島診療所	姫島2-13-20 06-6473-5151	○	○	要
小林診療所	姫島5-10-29 06-6472-0212	○	○	不要
杉浦福町診療所	福町2-8-7 06-6473-0117	○	○	不要
北野クリニック	出来島1-4-18 06-6471-2916	○	○	不要
青木クリニック	出来島1-13-2 06-6476-7177	○	○	不要
金井クリニック	出来島2-5-13 06-6476-5055	×	○	不要
若杉診療所	出来島2-9-5 06-6471-5104	×	○	不要

本人のみでなくコミュニケーションとれる方と一緒に受診

初診月・木  
9:00～12:00

月・水・金のみ  
対応可

専門医の診療後許可があれば

※当冊子に掲載同意を得られた医療機関を掲載しています。相談や検査、診断、治療など医療機関により異なりますので、まずは診療時間も含めて直接お問合わせください。

# 9 認知症についての相談、高齢者のくらしと介護の窓口

## 1 大阪市

### ■認知症疾患医療センター

医療・保健・介護などに関する機関などと連携しつつ、認知症疾患に関する鑑別診断とその初期対応、周辺症状と身体合併症の急性期治療に関する対応、専門医療相談等を実施するとともに、地域保健医療・介護関係者への研修などを行う医療機関。

#### ●大阪市が指定する認知症疾患医療センター【地域型】

大阪市立弘済院附属病院	吹田市古江台6-2-1	06-6871-8073
大阪公立大学医学部附属病院	大阪市阿倍野区旭町1-5-7	06-6645-2896
ほくとクリニック病院	大阪市大正区三軒家西1-18-7	06-6554-9707

#### ●大阪市が指定する認知症疾患医療センター【連携型】

松本診療所	大阪市旭区新森5-3-22	06-6951-1848
-------	---------------	--------------

## 2 西淀川区

### ■認知症に関する相談、高齢者のくらしと介護の窓口

#### ●認知症の相談窓口『認知症初期集中支援チーム』

もしかして認知症?と思ったら、まずはご相談ください。医師と医療・福祉の認知症支援の専門チームが、状態に応じた医療や介護のサービスにつなげます。



名称	圏域	住所	電話番号	営業時間
陽だまり西淀川オレンジチーム (認知症初期集中支援チーム)	西淀川区 全域	福町2-4-16 (西淀川区南西部地域 包括支援センター内)	06-6476-3563	月曜～土曜日 9:00～17:00 休み日・祝・年末年始

#### ●高齢者のくらしと介護の窓口《総合相談》『地域包括支援センター・総合相談窓口』

地域包括支援センター・総合相談窓口では、高齢者の方や家族からの相談をうけ、介護保険や福祉・保健・医療など、必要なサービスにつなげるなど、相談内容に応じた支援を行います。

名称	お住まいの町名	住所	電話番号	営業時間
西淀川区 地域包括支援センター	柏里、花川、 野里、歌島、 竹島、千舟、 御幣島、佃	千舟2-7-7 (西淀川区在宅サービス センターふくふく内)	06-6478-2943	月曜～金曜日 9:00～19:00 土曜日 9:00～17:00 休み日・祝・年末年始
西淀川区南西部 地域包括支援センター	大和田、姫里、 姫島、福町、 百島、大野、 中島、西島、 出来島	福町2-4-16 (西淀地域在宅サービス ステーション内)	06-6476-3550	月曜～金曜日 9:00～19:00 土曜日 9:00～17:00 休み日・祝・年末年始
淀地域総合相談窓口	大和田、大野、 百島、中島、 西島、出来島	大和田2-5-11 (西淀川特別養護老人 ホーム内)	0120-86-2565	月曜～金曜日 9:00～17:30 休み土・日・祝・年末年始

# 認知症とともに生きる希望宣言

## 1

自分自身がとらわれている常識の殻を破り、  
前を向いて生きていきます。

## 2

自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、  
社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。

## 3

私たち本人同士が、出会い、つながり、  
生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。

## 4

自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、  
身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます。

## 5

認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、  
暮らしやすいわがまちを、一緒につくっていきます。

(一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループが2018年に発表)

### 古い認知症観

(他人事、問題重視、疎外、絶望)

- ①他人ごと、目をそらす、先送り
- ②認知症だとなにもわからないでなくなる
- ③本人は話せない/声を聞かない
- ④おかしい言動で周りが困る
- ⑤危険重視
- ⑥周囲が決める
- ⑦本人は支援される一方
- ⑧認知症は恥ずかしい、隠す
- ⑨地域で暮らすのは無理
- ⑩暗い、萎縮、諦め、切望的

### 新しい認知症観

(わがこと、可能性重視、ともに、希望)

- ①わがこと、向き合う、備える
- ②わかること、できることが豊富にある
- ③本人は声を出せる/声を聞く
- ④本人が認知症バリアの中で一番困っている  
(本人なりの意味がある)
- ⑤あたりまえこと(人権)重視。  
自由と安全のバランス
- ⑥本人が決める(決められるように支援)
- ⑦本人は支え手でもある。支え-支えられる関係
- ⑧認知症でも自分は自分。オープンに
- ⑨地域の一員として暮らし、活躍
- ⑩楽しい、のびのび、諦めず、希望を!