学びや集いの場

認知症について学びたい場合は・・・

認知症サポーター養成講座

認知症の理解と認知症の人との正しい接し方を学びます。
自分で何ができるかを考える良い機会にもなります。

問い合わせ先　地域共生推進課　電話 0568−85−6187

交流や情報収集、仲間づくりがしたい場合は・・・

家族介護者支援センター

認知症の人や家族、地域住民のための介護相談、家族介護者のつどい、関係機関とのコーディネート等を行います。

問い合わせ先　家族介護者支援センターてとりんハウス　電話 0568−41−8844

認知症カフェ～かすがいおれんじプラスカフェ

認知症の人やその家族、地域住民の誰もが気軽に集まることができる店舗等を認知症カフェとして登録しています。登録している店舗等には登録証があります。
交流や情報交換を行う場として、定期的に交流会を開催している店舗もあります。

問い合わせ先　地域共生推進課　電話 0568−85−6187

ほほえみ会

認知症の人を在宅で介護している家族の交流会を行います。

活動日　第４火曜日午後１時 30 分～午後３時 30 分
問い合わせ先　認知症の人と家族の会 愛知県支部　電話 0562−33−7048

「昨日何食べた？」を覚えているより
「今日何食べたい？」の意欲を大切に。

お食事で気を付けるポイント

1　見た目の分かりやすさ（情報量を減らすことを意識して、品数・お皿の数に気をつける）
2　安心できる環境（静かな空間、やわらかい色調）
3　食べやすく調理（かたさ、大きさ、飲み込みやすさ）

歯みがきが出来なくなると、口の中の菌が増えて口内炎や、誤嚥性肺炎をまねき、食事がおいしく食べられなくなります。
本人が着替えや服薬で困り始めたら、歯みがきのお手伝いのサインです。1日1回、仕上げみがきをお願いします。

春日井市健康福祉部地域共生推進課

〒486−8686　愛知県春日井市鳥居松町5丁目44番地
電　話：0568−85−6187
ＦＡＸ：0568−84−5764

令和８年３月発行

知って安心！

認知症になっても安心して暮らしていくために

春日井市
認知症ガイドブック



認知症は、誰でもなる可能性がある病気です。

早く気づくことで、できることがいろいろあります。

早期発見のメリット

①治療できる病気が原因の場合があります。
②進行を遅らせることができる場合があります。
③事前に様々な準備をすることができます。

この冊子は、認知症の方とそのご家族が、認知症の進行状況に応じて利用できる支援やサービスをまとめたものです。

認知症を知ろう

1. 普通のもの忘れと認知症との違い

認知症の初期症状にみられるもの忘れは、加齢による普通のもの忘れとは違います。

普通のもの忘れ		認知症のもの忘れ
体験の「一部」を忘れる	⇔	体験の「全部」を忘れる
「何を食べたか」思い出せない	⇔	「食べたこと自体」を忘れる
「約束をうっかり」忘れてしまった	⇔	「約束したこと自体」を忘れる
目の前の「人の名前」が思い出せない	⇔	目の前の人が「誰なのか」分からない
物を置いた場所を「しばしば」思い出せない	⇔	置き忘れ、紛失が「頻繁」になる
「ヒントがある」と思い出せる	⇔	「ヒントがあっても」思い出せない



※これらはあくまで目安です。当てはまらない人もいます。

2. 認知症の症状

認知症の症状には、多くの人に共通して現れる「中核症状」と本人の性格や人間関係などの影響が加わって起こる「行動・心理症状」があります。

中核症状

治すことが難しい



- 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

行動・心理症状（BPSD）

改善することができる



- 無気力になる
- 物が盗まれたと騒ぐ
- 徘徊
- 怒りっぽい・怒鳴る
- なかなか寝付かない　など



行動・心理症状は、家族の接し方や適切な薬物治療により改善が可能です。

やってみましょう。本人も家族もできます。

認知症に早く気づこう

認知症チェックリスト

まず、以下の質問をチェックしてみましょう。
（この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。）



- ☐ 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
- ☐ 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
- ☐ 夜中に急に起きだして騒いだ



3つ以上あてはまった方は、
まず かかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう



回復できる時期があります！

軽度認知障害（MCI）は認知症の前段階で、本人や家族から認知機能の低下の訴えはあるものの、日常生活は問題なく送ることができている状態のことをいいます。この状態のまま放置すると、年間 10～15% の人が認知症に進行すると言われています。しかし、この段階で**適切に対処すれば、回復する可能性があり**、認知症への移行を遅らせることができます。疑わしい症状は、本人よりも家族が気付くことが少なくありません。ポイントは上記「認知症チェックリスト」のような症状です。異変のサインを見逃さないようにしましょう。



この段階で気がつけば、認知症の発症をくい止めることが可能です。

認知症の進行に応じて、利用できる支援やサービスがあります

この表は、認知症の状況に応じて、いつ、どこで、どのような支援を受けられるかの概略を示したものです。なお、認知症の状況は個人により異なりますので、必ずこの経過をたどるわけではありません。今後、予想される症状や状態の変化の目安として参考にしてください。

認知症かもしれない → **常に介護が必要**

認知症の段階	物忘れはあるが、日常生活は自立	認知症を有するが日常生活はほぼ自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
本人の様子	・同じことを何度も聞く。 ・約束したことを忘れる。 ・探し物が増える。	・買い物の時にお札でしか支払えない。 ・同じ物を何度も買う。 ・ATM の操作ができない。	・料理の品数が減る。 ・自分で服薬ができない。 ・たびたび道に迷う。	・季節に応じた服が選べない。 ・外出先から家に戻れない。 ・トイレの場所を間違える。	・家族の顔が分からなくなる。 ・反応が緩やかになり、言葉が減る。 ・寝たきりになる。
家族の気持ち	**第1ステップ　とまどい・否定** ・異常な言動にとまどい、否定しようとする。 ・他の家族にすら打ち明けられずに悩む。	**第2ステップ　混乱・怒り・拒絶** ・どう対応してよいか分からず混乱し、ささいなことに腹を立てたり、叱ったりする。 ・精神的・身体的に疲労困憊、拒絶感・絶望感に陥りやすい最もつらい時期。	**第3ステップ　割り切り** ・イライラしても何もメリットはないと思いはじめ、割り切るようになる。 ・症状は同じでも介護者にとって「問題」は軽くなる。	**第4ステップ　受容** ・認知症である家族のあるがままを受け入れられるようになる。	
家族の心構え	● 認知症や介護について学ぶ機会を持ち、正しい知識を深める。 ● 認知症が心配な場合は、早めに相談したり、医師の診察を受ける。 ● 認知症を身近な人に伝え、理解者や協力者を作る。 ● 別居の家族も含め、家族間で情報を共有し、介護について話し合う。 ● 本人の家庭内での役割、社会参加の機会を持ち、進行を予防する。	● 具体的な介護方法を学ぶ機会を持つ。 ● 1人で抱え込まずに介護仲間を作る。 ● 交流会等に参加して、悩みや気持ちを話す機会を作る。 ● 家族自身の健康や生活を大切にする。 ● 介護サービスを上手に利用し、がんばりすぎない介護を心がける。	● 肺炎などの合併症を起こしやすくなることを理解しておく。 ● 人生の最期をどう迎えるか、早い段階で家族や医師などと話をし、どのような対応を望むか確認する。 （終末期の延命処置や栄養補給を行うかなど）		

本人と家族への支援

相談 (P5.7 参照)	地域包括支援センター　（※お困り事がありましたら、気軽にご相談ください） 要介護認定を受けたらケアマネジャー 認知症初期集中支援チーム 家族介護者支援センター 愛知県認知症電話相談　（電話 0562-31-1911　認知症介護経験者が相談にのります）　、　愛知県若年性認知症総合支援センター　（電話 0562-45-6207）
予防 (P5 参照)	楽しみや役割を持って活動的に過ごしましょう（高齢者等サロン事業、老人クラブ、趣味等） 身近な交流できる場所に出かけましょう（高齢者等サロン事業、老人クラブ、認知症カフェ等）※認知症地域支援推進員に、気軽にご相談ください 【介護保険サービス】通所介護、通所リハビリテーション、小規模多機能居宅介護、訪問リハビリテーション等
医療 (P5 参照)	かかりつけ医　（※まずは、本人の状況をよく知っている身近なかかりつけ医にご相談ください）　《訪問診療》 専門医療機関（認知症サポート医、認知症疾患医療センター） 訪問歯科診療［対象者：歯科医院に通院することが困難な方　春日井市歯科医師会　（電話 0568-85-0185）］ 【介護保険サービス】居宅療養管理指導、訪問看護
困った時に活用できるサービス (P6 参照)	地域の見守りや助け合い（近所、自治会、民生委員、老人クラブ、認知症サポーター、警察、認知症高齢者等見守り支援事業への登録） 配食サービス利用助成、さわやか収集、高齢者寝具乾燥交換サービス、緊急通報システムの設置 金銭管理、契約に関する支援（日常生活自立支援事業、成年後見制度利用支援） ※高齢者・障がい者権利擁護センター (電話 0568-82-9232) に気軽にご相談ください 【介護保険サービス】訪問介護、通所介護、訪問入浴介護、小規模多機能居宅介護、短期入所生活介護 (ショートステイ) 福祉用具貸与、福祉用具購入費の支給、住宅改修費の支給等
学びや集いの場 (P7 参照)	認知症サポーター養成講座、家庭介護のためのハートフルケアセミナー 家族介護者支援センター、認知症カフェ（交流会開催店舗あり）、ほほえみ会
住まい	グループホーム、介護老人保健施設、介護老人福祉施設、介護医療院







【介護保険サービス】を利用するために、地域包括支援センターまたはケアマネジャーがケアプランを作成します。

相談

「あれ、何か変だな」「困ったな」と思ったら・・・

地域包括支援センター

※お住まいの中学校区ごとで担当する地域包括支援センターが異なります。

① 地域包括支援センター坂下	**② 地域包括支援センター高森台・石尾台**
電　話 0568-93-1314　FAX 0568-88-8318	電　話 0568-88-5829　FAX 0568-88-8354
所在地 神屋町 1306-1 特別養護老人ホームあさひが丘内	所在地 廻間町 703-1　特別養護老人ホーム春緑苑内
③ 地域包括支援センター藤山台・岩成台	**④ 地域包括支援センター高蔵寺**
電　話 0568-92-7600　FAX 0568-92-7300	電　話 0568-37-0780　FAX 0568-37-0782
所在地 藤山台 1-1　グルッポふじとう内	所在地 出川町 2-8-10
⑤ 地域包括支援センター南城	**⑥ 地域包括支援センター松原**
電　話 0568-51-1840　FAX 0568-51-1856	電　話 0568-93-6066　FAX 0568-93-6067
所在地 出川町 8-19-11	所在地 下原町字村東 2051-1 春日井整形あさひ病院ぷらす内
⑦ 地域包括支援センター東部	**⑧ 地域包括支援センター鷹来**
電　話 0568-87-5377　FAX 0568-85-9989	電　話 0568-89-2391　FAX 0568-89-2486
所在地 浅山町 1-2-61　総合福祉センター内	所在地 桃山町 5079-1 特別養護老人ﾎｰﾑｸﾞﾚｲｽﾌﾙ春日井内
⑨ 地域包括支援センター柏原	**⑩ 地域包括支援センター中部**
電　話 0568-89-3027　FAX 0568-89-3026	電　話 0568-56-9166　FAX 0568-56-9179
所在地 柏原町 5-387 春日井市医師会在宅療養センター内	所在地 下津町 500 特別養護老人ホーム第2春緑苑内 ｻﾌﾞｾﾝﾀｰ：勝川町 7-37ﾈｸｼﾃｨﾊﾟﾚｯﾀ2 階
⑪ 地域包括支援センター西部	**⑫ 地域包括支援センター味美・知多**
電　話 0568-32-1117　FAX 0568-31-1337	電　話 0568-33-0211　FAX 0568-33-0213
所在地 牛山町 3195-1 介護老人福祉施設第2グレイスフル春日井内	所在地 美濃町 2-246

認知症初期集中支援チーム（チーム春日井オレンジ）

認知症についての困りごと等の相談に対応する、認知症の専門家によって構成されたチームです。
気になることや相談したいことがあれば、まずは担当の地域包括支援センターにご連絡ください。

問い合わせ先　地域共生推進課　電話 0568−85−6187　FAX 0568−84−5764

予防

「地域で楽しめる場所を知りたい」
「社会の一員として何か役割を持ちたい」と思ったら・・・

認知症地域支援推進員

身近な公民館等で体操や交流会などを行っている高齢者等サロンや豊かな経験や能力を活かせる場所等の情報を取りまとめ、提供しています。

問い合わせ先　社会福祉協議会 地域支援課　電話 0568−85−4321　FAX 0568−86−3156

医療

かかりつけ医から紹介状をもらったら・・・

愛知県認知症疾患医療センター

認知症の鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、お困りの症状への対応等についての相談受付などを行う専門医療機関です。

あさひが丘ホスピタル　春日井市神屋町 1295-31　電話 0568−88−0284（代表）

物忘れ専門外来　月〜金曜日（要予約）

認知症相談　認知症相談専用電話 0568−88−0959（月〜金曜日 /9:00 〜 17:00 祝日、年末年始を除く）

困った時に活用できるサービス

道に迷う心配が出てきたら・・・

認知症高齢者等見守り支援事業



認知症の人が、安心して地域で暮らせるよう、居場所を特定する GPS 端末の導入費用の助成や身元を特定するシールを配付し、スマートフォンのアプリを利用して、行方不明となった時には協力者に情報発信できます。

認知症高齢者等個人賠償責任保険事業

認知症の方が日常生活における事故等で法律上の賠償責任を負う場合に、これを補償する保険に市が保険契約者となり加入します。

問い合わせ先　地域共生推進課　電話 0568−85−6187　FAX 0568−84−5764

食事の準備が難しくなったら・・・

配食サービス利用助成



安否確認が必要で、自ら食事の準備や栄養管理等が困難なひとり暮らし高齢者等が、安否確認を兼ねた配食サービスを利用する際に、必要な経費の一部を助成します。

問い合わせ先　介護・高齢福祉課　電話 0568−85−6182　FAX 0568−84−5764

ごみ出しが難しくなったら・・・

さわやか収集

ごみを収集所まで持ち出すことが困難な方を対象に、分別されたごみなどを玄関先まで取りに伺い、回収します。

問い合わせ先　清掃事業所　電話 0568−84−3211　FAX 0568−83−5402

布団干しが難しくなったら・・・

高齢者寝具乾燥交換サービス

衛生的な生活を確保するため、寝具の丸洗いや布団カバー及びシーツの貸出、定期的な交換を行います。

問い合わせ先　介護・高齢福祉課　電話 0568−85−6182　FAX 0568−84−5764

緊急時に救急搬送の要請ができない場合は・・・

緊急通報システムの設置



病気やケガなどの緊急事態を119番通報する機器を設置します。

問い合わせ先　介護・高齢福祉課　電話 0568−85−6182　FAX 0568−84−5764

金銭管理や契約等が心配な場合は・・・

高齢者・障がい者権利擁護センター

判断能力の不十分な方が、自立した地域生活が送れるよう成年後見制度などの利用相談や利用手続きの支援を行います。

問い合わせ先　高齢者・障がい者権利擁護センター　電話 0568−82−9232　FAX 0568−84−3933