



認知症高齢者の生活を支える支援



本人がしておく
よいこと



家族の心構え



地域で出来ること

出かける場所が欲しい・予防をしたい

→5ページ
医療・介護予防



認知症カフェや居場所・サロンなどに
参加する。ボランティアとして活動する。



認知症サポーター養成講座を受け、知識を得る。
住んでいる地域について（ケアマネジャー・
地域包括支援センターの役割）知る。



地域の行事に参加する。趣味活動や
適度な運動を楽しむ。

日常的に介護の助けが欲しい

→5~7ページ
介護保険サービス
在宅高齢者福祉サービス

どのような終末期を
迎えるか家族間で
よく話し合っておく



介護者へ声をかける



温かく見守る



かかりつけ医に
相談する

私の覚書を
書いてみる
本人の意思を
聞いておく

気づきの時期 軽度

約束を忘れたり、
大事なものをなくしたり
する。



初期

時間や日にちが
分からなくなる。
同じことを何度も
言ったり聞いたりする。



中期

道に迷う。財布や通帳が
盗まれたという。
何度も鍋を焦がす。



同じ介護体験のある人
の話を聞く



温かく見守る



安全対策を本人と
考える（車の運転、
火の始末など）

見守りが欲しい

→5~7ページ

介護保険サービス
在宅高齢者福祉サービス



認知症の相談窓口を
知っておく



一人で悩まず身近な人に
相談してみる



声をかける
気にかける

日常生活に手助けが欲しい

→7~9ページ
経済的支援・権利擁護
安否確認など

いつもそばにある地域のサポート・家族への支援