



認知症の進行と主な症状

※症状には個人差があります

認知症の進行例 ▶▶ 右に行くほど発症から時間が経過し進行している状態

特に問題なく
生活している

認知症疑いあり
日常生活は自立

日常生活に
見守りや声掛けが必要

日常生活に
手助けが必要

常に
介護が必要



認知症は少しづつ進行し、症状が変化していきます。
家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて上手
に対応していくことが大切です。

本人の様子

○認知症について知る

○健康診断を受ける

○生きがいをもって暮らす

- もの忘れが増えてきた



- 予定や約束はメモをとるようにする
- 趣味や習い事等を続ける

- 会話の中で「あれ」「これ」が多くなる
- 約束したことを忘れる
- 同じ話を繰り返す
- 財布や鍵等を探すことが増える

- 「ものを盗まれた」等のトラブルが増える
- 外出先から、一人で戻れなくなる
- 鍋を焦がす等の火の不始末が増える
- お金の出し入れや支払いが難しくなる
- 興奮し怒りっぽくなる
- 薬の管理ができなくなる



- 表情が乏しくなる
- 会話が成り立ちにくくなる
- 家族のことがわからなくなる
- 飲み込みが悪くなる
- ほぼ寝たきりで過ごすことが多い
- 尿意や便意を感じにくくなる



対応のポイント

○適度な運動やバランスの良い食事を心掛け

ましょう

○趣味や人との交流を楽しみましょう

○高血圧症や糖尿病等の生活習慣病の重症化を
予防しましょう



- 本人の話を聞く
- 短い言葉でゆっくり話す
- 日時の見当がつく工夫をする
- 同じ話でも親切に対応する

- 本人の訴えを受け入れて否定しない
- ものが無くなった時は一緒に探し、普段
からしまう場所を確認する
- 衣類や持ち物に連絡先を記入しておく

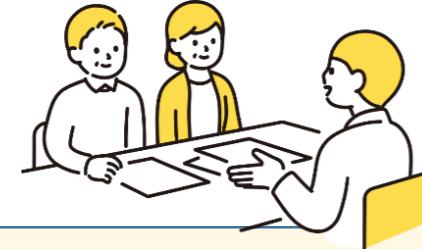
- 体調の変化に注意する
- 安心感を与えられるように笑顔や
スキンシップを大切にする
- 表情等のサインを大切にする

準備

まずは相談

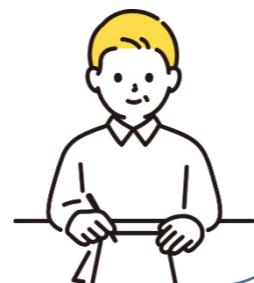
- 相談することで見通しをもつことができます
相談窓口をご活用ください。
相談時には、「いつから」「どの程度」「エピ
ソード」「家族の心配」等整理されていると、
相談もスムーズです。

→芽室町地域包括支援センターあいあい



これから生き方を考える

- どう生きたいか、自分の想い
- 自分のことを、どのように伝えるかを考える



家族も健康管理をしましょう

- 家族だけで抱え込まず、上手に相談し、介護保険
サービス等を活用しましょう。
- オレンジカフェ等、自分の気持ちを話せる場を作りましょう。



地域の人ができること

- 日頃からの挨拶や近所づき合いを大切にする
- 認知症を正しく理解し、望ましい接し方や地域の
役割を学ぶ（認知症センター養成講座）
- 生活等が心配される人がいる場合は相談につなげる
- ご本人やご家族の気持ちを大切に

