

留寿都村

高齢者

あんしんガイド



もくじ

はじめに・みんなで目指す高齢者のための地域づくり	2
高齢期にかかりやすい病気…認知症	3
高齢者の心身の変化に合わせた支援	4
高齢者のためのケアの流れ（ケアパス）	6
目的別の主な支援内容	8
村内・近郊の介護施設紹介	14
みんなの活動事例紹介	15
介護にかかるお金の話	16
自分ノート	18
認知症早期発見の目安	19

はじめに

日本では、高齢化が急速に進んでおり、令和3年10月時点での人口全体に占める65歳以上の割合(高齢化率)は28.9%、75歳以上の後期高齢者の割合は14.9%となっています。

留寿都村では、令和5年3月末の高齢化率は27.2%、75歳以上の割合は14.5%です。

今後、高齢者の割合は増加し、団塊の世代が75歳を迎える2025年頃には高齢化率は30%に達すると見込まれています。

医療や介護にかかる費用の増大、社会資源、人材不足など様々な課題が考えられていますが、高齢になっても、住み慣れた地域で、健康で自立した生活を営むことが私達の目標となってきます。

本書は、高齢者のための相談窓口や高齢者支援の取り組みを掲載しています。

高齢者や認知症の方のためのケアパス(身体機能や認知機能の状況に応じて、利用できるサービス等を示したもの)の内容も盛り込んでいます。

高齢者ご自身や支援する方、関係機関の方が本書を手にし、一人一人の高齢者が自分らしく暮らせるよう、それぞれの立場でご活用ください。



留寿都村では、高齢者自身が役割を持ち、生涯住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう、地域の方々、村、関係機関で連携・協働し、将来にわたって持続可能な地域社会の実現を目指しています。

みんなで目指す 高齢者のための 地域づくり

●健康に気をつけ、自立した毎日を送る。

●不安を抱えたら、早めの相談や受診をする。

●施策や事業の全体調整

●村独自のサービスと関係機関の取り組みの後方支援

●見守りやボランティア活動

●コミュニティや住民同士の支え合い活動

●介護保険サービス

●社会福祉協議会などの高齢者を支える取り組み

村民

地域

村

関係機関

高齢期にかかりやすい病気…認知症

認知症の種類と特徴

認知症の原因はひとつではありません。原因となる病気によって特徴があります。

アルツハイマー型認知症

一番多い認知症です。脳が萎縮して機能が全般的に低下していきます。

- 機能低下は全般的に進む。
- 症状がゆっくり進行する。

症状や傾向

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などが原因で、損傷を受けた脳の部分の機能が失われます。

- 機能低下はまだらに起こる。
- 再発のたび、段階的に進行する。

症状や傾向

レビー小体型認知症

手足のふるえ、筋肉の硬直などの症状や、もの忘れとともに幻視(その場にはないものがあるように見える。)が現れるのが特徴です。

- 幻視が現れる。

症状や傾向

認知症に早く気づくことが大切なわけ

1

治る病気や一時的な症状の場合があります。

脳の病気で外科的な処置でよくなる場合や、薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出る場合もあり、正しく調整することで回復する場合があります。

2

進行を遅らせることが可能な場合があります。

アルツハイマー型認知症では、薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると自立した生活を長くすることができます。

3

今後の生活の準備をすることができます。

早期の診断を受け、症状が軽いうちにご本人やご家族が認知症への理解を深め、病気と向き合い話し合うことで、今後の生活の備えができ、自分らしい生き方をまっとうすることができます。

高齢化に伴い、認知症の人が増えています。

認知症の人が増えた理由の一つは、私たち人類の寿命が延びたためです。

高齢になるほど、認知症になりやすく、85歳では4割、95歳では8割の人が認知症になると推定されています。

年をとれば、誰もが認知症になる可能性があります。

しかし、予防や早期の対応により、経過はかなり良くなることがわかってきています。

