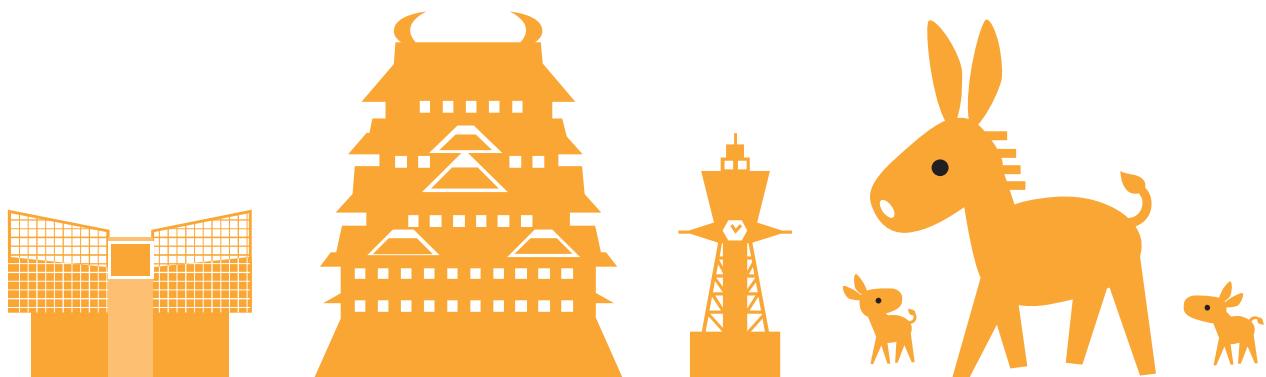


大阪市 認知症サポーター養成講座テキスト

認知症を学び みんなで考えましょう



認知症の人をささえるまち大阪宣言 平成30年2月13日

大阪市は、認知症の人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる社会の実現をめざし、あらゆる世代や立場の人が協力して認知症の人にやさしいまちづくりに取り組むことを宣言しました。

- 認知症に関する知識の理解を深め、早期に気づき、地域のつながりで認知症の人をささえるまち
- 認知症の人の思いやその人らしさを尊重し、認知症の人やその家族の視点に立って行動するまち
- 外出する、運動する、食事に気をつけるなど、認知症になりにくい生活習慣を実践するまち
- 認知症の状態に応じた質の高い医療・介護サービスが速やかに提供されるまち
- 認知症の人がいきいきと暮らし続けることができるまち



1. 認知症を学ぶのは

認知症という言葉から、みなさんはどんなことをイメージしますか？認知症について多くの情報が発信されている今、知らずに偏った知識や考えを持ってしまってはいないでしょうか。

認知症は誰もがなりうる身近なものとなっています。間違った知識や思い込みは、認知症の人と共に生きる社会の障壁（バリア）になります。『新しい認知症観』に基づいた正しい認知症の知識を学び、このバリアを取り払いましょう。

そして誰もが認知症になっても、よい環境で暮らし続けていくために、何ができるか一緒に考えていきましょう。

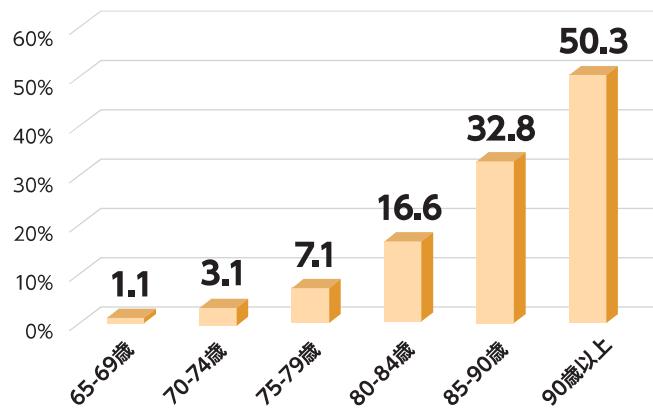
認知症の有病率は65歳以上の人の12.3%

日本は2007年（平成19年）時点で高齢化率21%を超え、「超高齢社会」となりました。

2021年（令和3年）には高齢化率29.1%となり、さらに上昇しています。

また、認知症の有病率（人口に対する認知症の人の割合）は年齢とともに高くなる傾向があります。大規模な調査研究では、80代後半には約3人に1人が認知症を発症しているという結果があり、また60代以前から発症する人もあることから、認知症は誰もがなりうる身近なものであり、「わがこと」として考えていくことが大切です。

●年齢階級別の認知症有病率



「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究」（令和5年度老人保健事業推進費等補助金事業 九州大学 二宮利治教授）より作成

認知症サポーターとは

- 認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。
- 認知症サポーターは「なにか」特別なことをする人ではありません。

認知症の人や
その家族の「応援者」



- 認知症サポーターには「認知症の人を応援します」という意思を示す「目印」である「認知症サポーターカード」が渡されます。
- 自分たちになにができるか考えてみましょう。

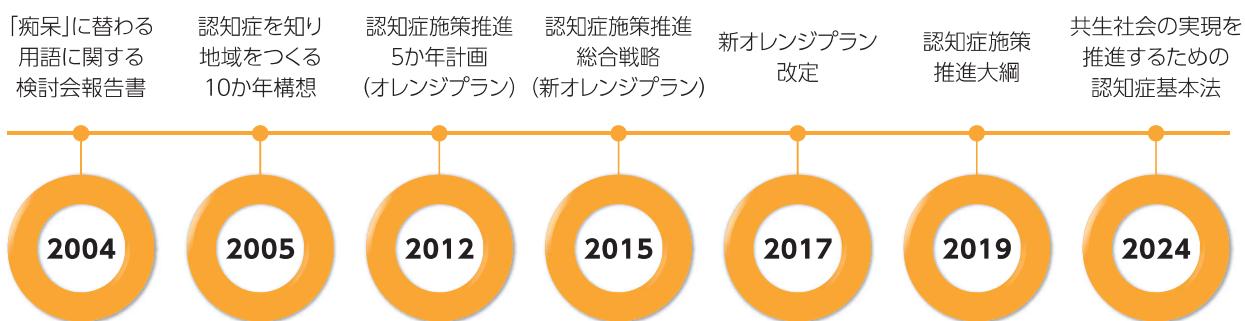
認知症サポーターカードは
サポーターの証



国の認知症施策のながれ

2004年に「認知症」という呼び名を使うこととなり、その翌年、認知症を知り地域をつくる10か年構想が掲げられ、認知症サポーターが誕生しました。2012年にオレンジプラン、2015年に新オレンジプランが策定され、2019年には認知症施策推進大綱がとりまとめられました。

2024年1月に施行された共生社会の実現を推進するための認知症基本法は、認知症当事者の声を反映し、具体的に共生社会を実現していくよう定めています。



共生社会の実現を推進するための認知症基本法 概要

公布日：令和5年6月16日 施行日：令和6年1月1日

1. 目的

認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進
⇒認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会（＝共生社会）の実現を推進

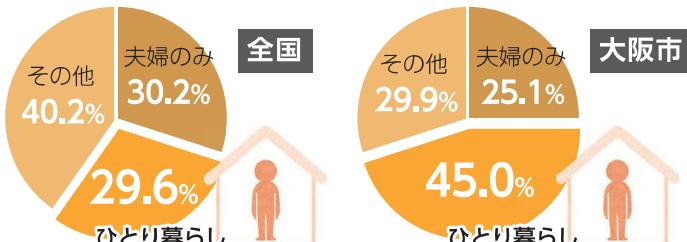
2. 基本理念

認知症施策は、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、①～⑦を基本理念として行う。

- ① 全ての認知症の人が、基本的人権を享有する個人として、自らの意思によって日常生活及び社会生活を営むことができる。
- ② 国民が、共生社会の実現を推進するために必要な認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深めることができる。
- ③ 認知症の人にとって日常生活又は社会生活を営む上で障壁となるものを除去することにより、全ての認知症の人が、社会の対等な構成員として、地域において安全にかつ安心して自立した日常生活を営むことができるとともに、自己に直接関係する事項に関して意見を表明する機会及び社会のあらゆる分野における活動に参画する機会の確保を通じてその個性と能力を十分に発揮することができる。
- ④ 認知症の人の意向を十分に尊重しつつ、良質かつ適切な保健医療サービス及び福祉サービスが切れ目なく提供される。
- ⑤ 認知症の人のみならず家族等に対する支援により、認知症の人及び家族等が地域において安心して日常生活を営むことができる。
- ⑥ 共生社会の実現に資する研究等を推進するとともに、認知症及び軽度の認知機能の障害に係る予防、診断及び治療並びにリハビリテーション及び介護方法、認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすための社会参加の在り方及び認知症の人が他の人々と支え合いながら共生することができる社会環境の整備その他の事項に関する科学的知見に基づく研究等の成果を広く国民が享受できる環境を整備。
- ⑦ 教育、地域づくり、雇用、保健、医療、福祉その他の各関連分野における総合的な取組として行われる。

大阪市の特徴

大阪市の65歳以上世帯員のいる一般世帯の状況をみると、単独世帯の割合が上昇傾向で推移しており、45.0%となっています。単独世帯の割合は全国平均や他都市に比べて非常に高くなっています。



総務省統計局 令和2年国勢調査

2. 本人の声に耳を傾けて

認知症になっても「認知症の人」になるわけではありません。
さまざまな人がさまざまな認知症の「いま」を生きてています。
本人の声に耳を傾けてみてください。

1 厚生労働省 「希望の道 ー認知症とともに生きるー」

<https://nakamaaru.asahi.com/nakamaaru/extra/kibounomichi/>

1



2 大阪市福祉局 YouTube

https://www.youtube.com/channel/UCSiY_u00a7RIJT9nXk9Ogig

2



診断後の本人の気持ち

認知症と診断を受けても急に何かが変わることはありません。
それでもショックを受けて落ち込んだり、一人で抱え込んだり、頭が真っ白になったり、これからどうなるかと不安な日々を過ごす人がいます。
そんな時に必要なことは何か、本人の立場になって考えてみましょう。

認知症とともに生きる希望宣言

～一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ～

私たちは、認知症とともに暮らしています。
日々いろんなことが起き、不安や心配はつきませんが、いろいろな可能性があることも見えてきました。
一度きりしかない自分の人生をあきらめないで、希望を持って自分らしく暮らし続けたい。
次に続く人たちが、暗いトンネルに迷い込まずにもっと楽に、いい人生を送ってほしい。
私たちは、自分たちの体験と意志をもとに「認知症とともに生きる希望宣言」をします。
この宣言をスタートに、自分も希望を持って暮らしていこうという人、そしてよりよい社会を一緒につくっていこうという人の輪が広がることを願っています。

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（JDWG）（平成30年11月1日）
<http://www.jdwg.org/statement/>



本人にとってのよりよい暮らしガイド

本人にとってのよりよい暮らしガイド

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループJDWG

<http://www.jdwg.org/guide/>



3. 認知症の人とともに生きる家族

身近な人が認知症だと知った時、様々な感情や状況が家族を襲います。家族介護者が認知症を理解し、あるがままを受け止められるようになるまでには次のような段階があるとされていますが、実際にこのステップを行ったり来たりしながら進んでいきます。

介護者のたどる4つの心理的ステップ^①

第1ステップ

とまどい・否定

身近な人の言動の変化に気づいた時、介護者はとまどい、認知症を疑いながら「そんなはずはない」と認知症であることを否定しようとします。

第2ステップ

混乱・怒り・拒絶

さまざまな認知症の症状への対応に混乱し、介護がうまくいかないことにいら立つことや、本人に対して腹を立てて責めたり、拒絶したりします。

心身ともに疲れ、先の見えない介護に不安や絶望感に襲われます。

この時期に大切な事

- 認知症の正しい知識
- さまざまな専門職とのつながり
- 当事者との出会い
- サービスの利用
- 身近な相談相手

第3ステップ

割り切り

サービスをうまく利用したり、仲間と出会いさまざまな気づきを得ることなどで心身ともにゆとりが生まれてきます。なるようにしかならないと割り切ることができるようになります。

第4ステップ

受容

認知症の人への理解が深まり、本人や介護者自身のありのままを受け入れられるようになります。

※認知症の人と家族の会ホームページ「介護者のたどる4つの心理的ステップ」を元に作成

集いの場

大阪市 集う場 検索

地域には介護家族者会や当事者会など、認知症の人や家族が集い、語り合ったり、お茶を飲んでほつとできる集いの場があります。また、認知症について誰でも気軽に話し合える場として、認知症カフェがさまざまな場で開催されています。

一人で悩むより同じ立場の人と話すことは、不安をやわらげ、つらい時期をのりこえる助けになります。

大阪市介護家族の会連絡会

https://www.osaka-sishakyo.jp/about/shishakyo_activity/life/kazokukai/



4. 認知症とは

認知症とは、さまざまな原因で脳に変化がおこり、これまでできていた生活に支障が生じている状態を言います。

「認知症」の原因となる病気はいろいろあり、病気によって現れやすい症状は異なります。また、認知症とよく似た症状を来す他の病気や状態があるので、気になる時は是非早期に相談しましょう。

認知症の症状

■ 認知機能障がいについて

脳におこった病気そのものによって直接みられる、記憶、理解、判断力などの低下や言語障がいなどの症状を認知機能障がいと言います。

「そんなん聞いてないわ」 もの忘れ／記憶障がい	アルツハイマー型認知症では、初期から目立つことが多いです。 加齢とともに気づかれる記憶力の低下と異なるのは、認知症の人のもの忘れでは、日々の時間の中で体験した「ある出来事」がスッポリ抜けることが特徴です。 昔のことはよく覚えていても、先ほどの話のような最近の出来事を記憶しづらくなります。
「きょうは何曜日？」 失見当識／見当識障がい	多くは、時間、場所、人の順で、徐々に基本的な状況がわかりにくくなります。 時間：時間や季節の感覚があいまいになります。 場所：自分がいまどこにいるかわかりにくくなります。 人物：周囲の人との関係がわからなくなります。
実行(遂行)機能について	目的に向かって計画をたてて実行して、さらに振り返りながら物事を進めて行くことを遂行(実行)機能と言います。 段取りよく物事を進めがたくなっても、個々の動作は保持されていることがあります。例えば家事動作などでも、周囲が次の段取りを声かけすることで、実行可能なことがあります。
理解・判断力について	比較的早期から、徐々に考えるスピードが遅くなり、複雑なこと、予期しない事への対応が苦手になります。

■ 行動・心理症状(BPSD)について

認知症の人に現れる症状のうち、不眠、焦燥感などの行動や心理状態に関するものを言い、周囲の環境などの影響を受けていること、本人が困っている状況の場合が多く、「認知症の人のSOS」とも言われています。

なぜそのような症状が現れているのか、原因を探り、対応を考えること、またそのような症状ができるだけ出現しないように検討することが必要です。

(例)

- 認知症の初期には、多くの人が、「覚えられない、上手くしゃべれない」などの変化に戸惑い、今後に不安を抱きます。うつを伴うこともあります。
- うまく生活できなくなってきた自分自身にいらだつことがあります。
- レビー小体型認知症では、「子どもが何人来ている」などありありとした幻視が見られることがあります。
- アルツハイマー型認知症では、もの盗られ妄想が有名です。

せん妄

せん妄はBPSDではありません。他の病気などに伴い、意識レベルが低下した状態で、多くは変動を伴います。服薬状況や体調を確認する必要があります。

早期発見と早期受診

認知症の**早期発見、早期受診・診断、早期対応**はとても重要です。

進行予防の薬がある病気もあり、「認知症はどうせ治らない」とあきらめず、気づいたときに行動することで、その後の生活の質が大きく変わります。そのことは認知症を患う方だけでなく、本人をとりまく周囲にも影響していきます。

受診はまずかかりつけ医に相談し、必要に応じて専門医につないでもらいましょう。かかりつけ医のない人は、認知症の相談窓口等に相談しましょう。

診断の際には画像検査、血液検査、問診、心理検査などを行い、原因となる病気を見つけていきます。問診時には、医師に既往歴、今飲んでいるお薬、今の症状、生活の上で困っていることなどを簡潔に伝えられるとスムーズです。

認知症のような症状が出る病気と治療

認知症のような症状のなかには治療できるものや一時的な症状の場合があります。しかし治療が遅れることで回復が見込めなくなったり、後遺症が残ることもあります。どのような病気があるかを知り、「あれ?」とまず気づくことが早期発見につながります。

<ul style="list-style-type: none">正常圧水頭症慢性硬膜下血腫脳腫瘍		<ul style="list-style-type: none">甲状腺ホルモン異常うつ病栄養障がい		<ul style="list-style-type: none">自己判断での服薬ポリファーマシー	
内科的治療			投薬調整		

認知症の原因となる病気

認知症の原因となる病気は、脳の神経細胞が変化する神経変性疾患と、脳の血管に関する血管障がいが主になりますが、感染症によるものや、アルコールによるものなどがあります。

病名	神経変性疾患			血管障がい
	アルツハイマー型認知症	レビー小体型認知症	前頭側頭型認知症	血管性認知症
特徴	<ul style="list-style-type: none">大脳皮質と海馬の萎縮アミロイドβ蛋白の蓄積見当識障がい初期からもの忘れ(記憶障がい)などが徐々に進行最も多い	<ul style="list-style-type: none">レビー小体の蓄積パーキンソン症状幻視や錯覚レム睡眠行動障がい初期はもの忘れが目立たないことも	<ul style="list-style-type: none">前頭葉と側頭葉の萎縮時刻表的行動脱抑制言語障がい比較的若年で発症3つのタイプがある	<ul style="list-style-type: none">脳梗塞や脳出血感情失禁、アパシー階段状に進行するマヒ、嚥下障がいなど身体症状を伴う

※全ての人に上記症状ができるわけではありません

若年性認知症

65歳未満で発症した認知症のことを「若年性認知症」といいます。

働き盛りや家庭での大きな役割を担う世代の人に発症し、社会生活・家庭生活・就労・経済面への影響が大きく、高齢者の認知症と比べ、社会的な認知度もまだ低く、本人や周囲の病気の受け入れの困難さ、社会資源の不足、ダブルケアやヤングケアラーなど、多様な支援が必要とされています。就労中の診断であるかどうかが制度利用に影響することもあり、早期発見、早期対応が重要です。

大阪市では身近な相談窓口として各区一か所に配置した認知症地域支援推進員が、大阪市若年性認知症支援コーディネーターと連携し、若年性認知症に関する相談支援を行っています。

5. 認知症とともに

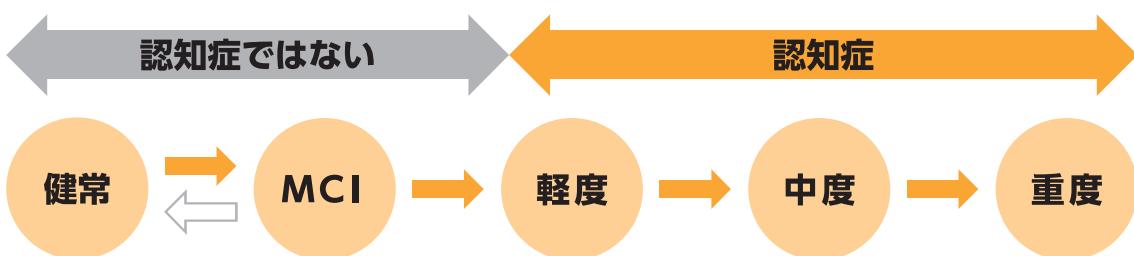
認知症とともに生きていくには、適切なサポートを過不足なく受けられることが大切です。医療は検査や投薬などにより、病気を見定め、進行を遅らせたり、行動・心理症状を和らげることや、他の疾患の発症・進行予防などが期待できます。

非薬物療法とも呼ばれるケアは、生活上のできにくくなった部分をケアで補うことや、運動・他者との交流・音楽・作業など適切な脳刺激によって進行を遅らせたり、症状を和らげることが期待できます。

認知症の経過

認知症の進行とともに、認知機能が低下していきますが、進行の仕方は原因となる病気や人によって違います。認知機能障害があるけれど日常生活には影響がない、認知症と診断される一步手前の状態をMCI(Mild Cognitive Impairment: 軽度認知障害)といい、症状進行により認知症に移行しますが、適切な予防をすることで、健常な状態に戻る可能性があります。

認知症を発症してから、なだらかに進行する人もいれば、階段状に進行する人もいます。経過は個人差が大きく、進行の早さもさまざまです。重度になると多くは身体機能や嚥下機能にも影響が出てきます。



令和6年より認可されたアルツハイマー病の新しい治療薬は、アルツハイマー病の原因に働きかけて病気の進行自体を抑制する薬です。MCIまたは軽度の認知症の人が治療対象のため、早期受診が大切となります。ただし治療薬はあくまで選択肢の一つであり、治療対象とならない場合でも様々な対応があります。

予防の考え方

これをすれば「認知症にならない」という予防法はありません。ライフスタイルの改善により、認知症発症リスクを減らすことは可能です。また、認知症になってからも、進行をゆるやかにすることが期待できます。

脳を活性化する 脳を活性化して生活能力を維持・向上させるリハビリテーションの原則

- 快刺激であること
- コミュニケーション：一人で取り組むような活動ではなく、仲間や支援者と楽しく交流しながら行う活動が望まれる。
- 役割と生きがい：受動的になされるがままの活動ではなく、役割を担う活動が望まれる。
- 正しい方法の繰り返し：認知症では誤りが記憶に残りやすい。ミスを誘発しないようにサポートし、正しい方法を繰り返すことで、その能力を身につけるというアプローチが基本である(満点主義)。
⇒例えば、料理や園芸、回想など有効です。

(出典 山口晴保:認知症のリハビリテーションとケア.In:日本認知症学会編.認知症テキストブック.1版, 東京:中外医学社;2008 p182)

認知症の人への対応

■ 基本の考え方

認知症の人には、認知症への正しい理解にもとづく対応が必要になります。

記憶力や判断力の衰えから、社会的ルールに反する行為などのトラブルが生じた場合には、家族と連絡をとり、相手の尊厳を守りながら、事情を把握して冷静な対応策を探ります。日常的にさりげない言葉掛けを心がけることは、いざというときの的確な対応に役立つでしょう。

■ 具体的なポイント

まずは見守る	じろじろ見たり、あからさまな特別扱いは相手を怖がらせたり、疎外感につながります。そっと見守ることから始めましょう。
余裕をもって対応する	関わり始めるときは、まずは自分が落ち着きましょう。焦りは禁物です。相手は急かされるとかえって動搖してしまいます。
声をかけるときは一人で	複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけましょう。
後ろから声をかけない	本人の視野に入ったところから「どうされましたか?」など、様子をうかがいながら声をかけましょう。
本人と目線を合わせて	話し始める時は、本人と目線を合わせ、注意を向けてもらってから話し始めましょう。
おだやかにはっきりと	早口、大声、甲高い声は聞き取りにくくなってしまいます。できるだけひとつずつ、ゆっくり、はつきりと話しましょう。
本人の言葉に耳を傾けて	症状によって現実に沿わない言葉やうまく言葉にならないこともありますが、まずよく聴き、否定や先回り、修正などをせず、相手の言葉や意図を確認ていきましょう。

■ 対応の工夫

行動・心理症状の中には、周囲の関わり方や工夫で発現を予防することや、回数を減らすなど改善が見込まれるものがあります。

不安・うつ

初期には多くの人が変わっていく自分に、今後どうなるのだろうと不安になります。また、認知症にうつを伴うこともあります。不安をやわらげたり、今もできていることを見つけて応援しましょう。

いらいら・興奮

今までできていたことがうまくいかず、自分自身にいらだつこともあります。精神状態や体調が悪いとき、感情のコントロールがうまくいかず、興奮してしまうことがあります。本人の言葉だけでなく、表情や視線、行動の変化などにも目を向けて関わり方を考えてみましょう。

妄想・幻想

アルツハイマー型認知症では、もの盗られ妄想が有名です。もの盗られ妄想は、もの忘れに不安や「自分はもの忘れなどしない」という意識などが加わっておこります。

まずは傾聴し不安をやわらげ、一緒に探して本人に見つけてもらうなど工夫が大切です。

歩き回る・道に迷う

一人で出かけて道に迷ってしまうことや、歩き回ってしまうことがあります。道に迷ったときに人に聞きやすいように、名前や住所のわかるものを持つなど、準備をしておくことも大切です。

6. さまざまなサポート

的確な知識を得ること、相談先を持つこと、味方になってくれる仲間と出会うことはとても大切です。

認知症の相談窓口

認知症強化型地域包括支援センター

認知症の人やその家族が、地域で安心して暮らし続けることができるよう認知症に関するさまざまな相談・支援を行っています。ご相談はお住いの区の各担当がお受けします。

認知症初期集中支援チーム（愛称：オレンジチーム）

認知症が疑われる人や認知症の人及びその家族を訪問し、必要な医療や介護等のサービスの導入・調整や家族支援等の初期の支援を集中的に行います。医師と医療・介護・福祉の専門職からなるチームです。

認知症地域支援推進員

若年性認知症に関する相談支援を大阪市若年性認知症支援コーディネーターと連携して行っています。

認知症支援を行う機関の後方支援、地域の認知症ネットワークづくり、認知症の正しい知識の普及・啓発活動を行っています。また、認知症の人がいきいきと暮らすための活動を支援しています。

認知症地域支援コーディネーター

ステップアップ研修の実施や「ちーむオレンジサポートー」の支援、「オレンジパートナー」制度の窓口を担っています。

認知症疾患医療センター

認知症疾患に関する鑑別診断や、認知症の行動・心理症状（BPSD）、身体合併症に対する急性期治療、専門医療相談、診断後の支援などを行っています。

若年性認知症コールセンター TEL:0800-100-2707

相談日時：月～土曜日10:00～15:00（祝日、年末年始を除く）ただし水曜日10:00～19:00

相談窓口

地域包括支援センター・総合相談窓口（ブランチ）

地域における高齢者やその家族に対する総合相談支援を行います。高齢者虐待の早期発見・防止などの権利擁護に関する相談にも応じます。

また、地域包括支援センターと連携し、身近な窓口として総合相談支援を行うブランチを設置しています。

各区保健福祉センター 地域保健活動担当

相談員、保健師による認知症など、こころの健康相談のほか、予約制で精神科医師による精神保健相談を行っています。

こころの健康センター 「こころの悩み電話相談」 TEL:06-6923-0936

相談日時：月～金曜日9:30～17:00（祝日、年末年始を除く）

電話相談ではこころの健康について相談を受け付けています。

各連絡先については、
大阪市ホームページまたは、
認知症アプリ・ナビをご覧ください。

認知症アプリ



認知症ナビ

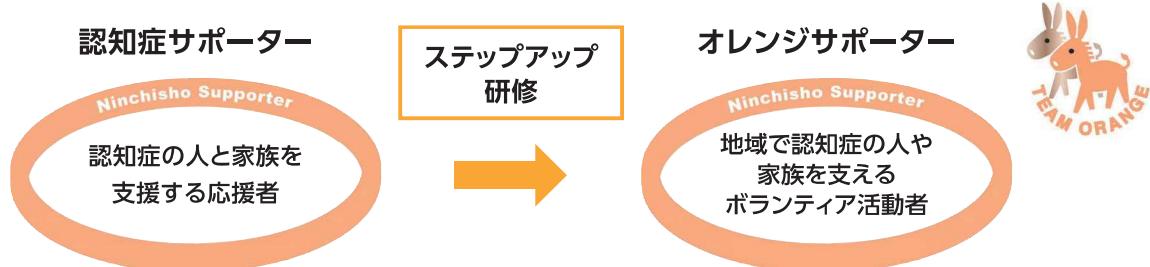
<https://www.osaka-ninchisho.jp/>

ちーむオレンジセンター

「ちーむオレンジセンター」とは、認知症の人やその家族を中心に、地域の人や支援者などが「オレンジセンター」となって共に支える取組を行うボランティアチームです。

認知症センターがステップアップ研修を受講することでオレンジセンターになります。

ステップアップ研修の開催については、お住まいの区の認知症地域支援コーディネーターにお問い合わせください。



ちーむオレンジセンターの活動例



※ちーむオレンジセンターの活動者は大阪市市民活動保険の対象になります ▶ [大阪市市民活動保険 検索](#)

オレンジパートナー

地域において認知症の人にやさしい取組を行う企業・団体を「オレンジパートナー」として登録・周知し、地域における支援活動を促進しています。

オレンジパートナー企業・団体は右のステッカーが目印です。



介護予防ポイント事業

[大阪市 介護予防ポイント事業 検索](#)

いきいきとした生活を送るために、大阪市内にお住いの65歳以上の人人が、研修(約1.5時間)を受けて登録し、受け入れ施設として登録された事業所や施設などで支援活動を行うとポイントが貯まり、貯まったポイントを換金することができる事業です。生きがいづくりや介護予防につながることを目的とし、社会参加へのきっかけづくりを目指しています。

百歳体操

[大阪市 百歳体操 検索](#)

百歳体操は、いくつになっても元気で楽しく生活するための体操です。週に1回～2回、地域の身近な場所で開催しています。大阪市の開催場所に関する情報は、ホームページや認知症アプリ・ナビをご確認いただとか、お住いの区の保健福祉センター地域保健活動担当にお問い合わせください。

認知症が進行したときに、誰にどのようなサポートをして欲しいかなど、症状が進む前に家族などの身近な人たちと話し合い、文章などで形にしてみましょう。

わたしのケアノート

大阪市 わたしのケアノート [検索](#)

認知症の人やその家族が本人の生活パターン、人間関係、既往歴、本人の希望等を記入し、医療・介護が必要となつた際に関係者が確認することで本人の意向に沿った医療・介護の実現を図るために作られたノートです。作成を通じて、認知症になっても自分らしく暮らしていくための意思形成のきっかけとしてご活用ください。

..... その他の関係する事業等

認知症高齢者等見守りネットワーク事業

認知症高齢者見守りメール

認知症の人が行方不明になった時に、各区に設置された見守り相談室が、地域の協力者へ発見協力依頼のメールを配信し、早期発見・保護につなげる取組です。行方不明時の手続きがスムーズになるよう、事前登録も行っています。

GPS(位置情報探索)機器の貸し出し

行方不明となるおそれのある認知症の人を介護する家族等に、行方不明時に本人の現在位置を確認できるGPS機器を貸し出します。

見守り相談室（各区社会福祉協議会）

大阪市 認知症高齢者等見守りネットワーク事業 [検索](#)

開館時間：月～金曜日 9:00～19:00 / 土曜日 9:00～17:30 (日曜、祝日、年末年始を除く)

あんしんさぽーと事業（日常生活自立支援事業）

認知症や知的障がい、精神障がい等により判断能力が不十分な方が安心して地域で生活が送れるよう、お住いの区の社会福祉協議会において、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理をお手伝いしています。

各区社会福祉協議会

大阪市 あんしんさぽーと事業 [検索](#)

開館時間：月～金曜日 9:00～19:00 / 土曜日 9:00～17:30 (日曜、祝日、年末年始を除く)

成年後見制度

大阪市 成年後見制度 [検索](#)

認知症や知的障がい、精神障がいなどで判断能力が不十分な方を保護、支援するために、法的に権限を与えられた後見人等が本人の意思を尊重しながら生活状況や身体状況等を考慮して、本人の生活や財産を守る制度です。

大阪市成年後見支援センター TEL:06-4392-8282

大阪市成年後見支援センター [検索](#)

相談日時：月～土曜日 9:00～17:00 (日曜、祝日、年末年始を除く)

「成年後見制度」に関する様々なご相談を受け付けています。

消費者保護

大阪市消費者センター TEL:06-6614-0999

大阪市消費者センター [検索](#)

相談日時：月～土曜日 10:00～17:00 (日曜、祝日、年末年始を除く)

消費者の権利や法律に関する相談対応や、悪徳商法、消費者詐欺などのトラブルに関するアドバイスを提供しています。

令和7年1月 発行

監修：大阪公立大学大学院生活科学研究科 認知症ケア・施策学講座 特任教授 中西 亜紀

発行：大阪市福祉局高齢者施策部地域包括ケア推進課 大阪市北区中之島 1-3-20

電話 (06)6208-8051 FAX(06)6202-6964