

少しの工夫  
12

《公共交通機関利用》

人込みがとても苦手になっているため、時間に余裕をもって行動するようにしましょう。また、切符を自動券売機で購入することが難しければ、窓口で購入するようにしましょう。また、行先や時間をメモしたり、車両もすいている車両を探し、気持ちが落ち着くようにして下さい。



少しの工夫で生活上の不安を減らすことはできます。不安だから外へ出なくなったり、何もしなくなったりではなく、工夫をして、活動的にすごしましょう。



滋賀県若年認知症コールセンター  
滋賀県軽度認知症サポートセンター

滋賀県では、滋賀県若年認知症コールセンターおよび滋賀県軽度認知症サポートセンターを医療法人藤本クリニックに委託し、総合的な支援を行っています。

一人一人が当たり前に生活できる社会をめざして、ご本人、ご家族、住民の皆さま、行政や専門職の方々、認知症について、お気軽にご相談ください。

所在地 守山市梅田町 2-1-303 セルバ守山 3 階 303 号室  
医療法人 藤本クリニック 診療所型認知症疾患医療センター  
もの忘れサポートセンター・しが: 藤本クリニック  
TEL 077-582-6032 相談専用 / 090-7347-7853



もの忘れサポートセンター・しが: 藤本クリニックの活動概要と目的

「もの忘れサポートセンター・しが」は、平成17年より滋賀県からの委託事業としてスタートし、県内の認知症者・ご家族の自立を支える地域づくりや人材づくりのバックアップ、医療と認知症介護のネットワークの拠点として、医療・福祉・保健等の専門職に対する相談や技術支援等を行っています。

- 認知症介護相談: 具体的な活動は、認知症のご本人・ご家族、ケアマネジャー・介護サービス事業者等の専門職、また行政の方々からの認知症に関する電話や面談を通じた対応を行います。
- 認知症現地相談: 介護サービスを提供する施設や事業所に担当者が出向き、実践現場で相談、助言等を行います。

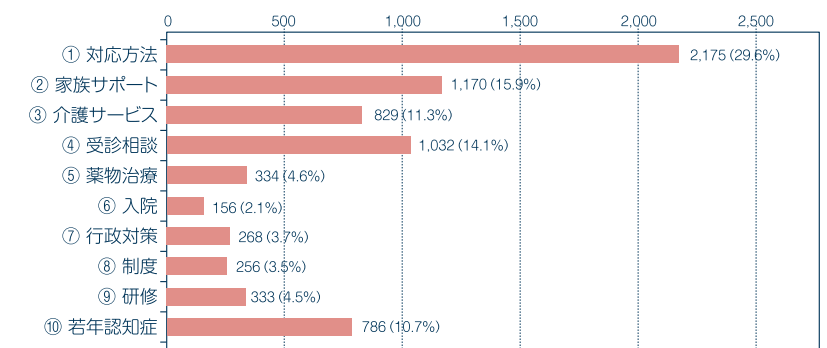
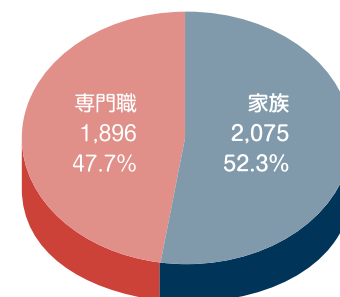
▶ 活動実績 (2005~2014)

- 認知症介護相談…3,967件 ● 認知症現地相談…149回

2015年度は405件中、121件が若年認知症に関する相談でした。

▶ 全体実績 (10年間通算の状況)

相談者は、「本人・家族」が2,075人(52.3%) 「専門職」が1,896人(47.7%) とほぼ同数でした。相談内容(延べ件数)は「対応方法」が2,175件と最も多く、次いで「家族サポート」が1,170件「受診相談」が1,032件 「介護サービス」が829件の順であり、相談内容は多岐にわたっています。



※匿名でお話をきかせていただくことができますので、安心してお電話をしてください。



## ▶若年認知症に関する相談内容

- 仕事でミスが連続している。物覚えが悪くなっているため認知症ではないかと思っている。受診先の紹介と、診断はどのようにされるのか知りたい (本人)
- 夫が若年認知症と診断を受けた。いずれ退職をしなければいけないと思うが、家のローンが残っている。何か手立てはあるか (家族)
- 娘がアルツハイマー病と診断を受け、一方的に離婚され、実家へ帰された。どうすればいいか (母親)
- 妻が若年認知症と診断されてから、娘 (高校生) との関係がうまくいかなかった。学校も休みがちになっている。途方に暮れている (夫)
- 父の様子がおかしいので、心配していたら、いきなり仕事を辞めたと言って帰ってきた。ネットで調べたら認知症に行き着いたがそうなんだろうか (娘)
- 職場の部下で気になる者がいるが、どのように受診を勧めればいいのか (企業 / 上司)

## 若年認知症、軽度認知症を中心とした様々な取り組みの紹介

### ▶本人・家族交流会

本人や家族が自由に話し合え、病気を理解し、仲間関係が築けることを目的として2カ月に1度(土曜日)開催しています。

#### 2010年～2015年 開催概要

総開催回数…36回

総延べ参加者数

- 本人…597名 (若年認知症/208名) 1回平均/16人
  - 家族…1,173名 (若年認知症/322名) 1回平均/32人
- 参加家族の属性/配偶者が最も多く、次に子 (息子、娘)



▲ 本人・家族交流会

### ▶本人・家族心理教育

診断直後の本人、家族が病気を正しく理解し、治療に向き合えること等を支援する集まりの場所を開催しています。  
(主治医の指示、了解のもとに実施)

#### 2015年 実施期間/参加者数

- 1G…4月～6月/12名 (男性2名、女性10名)
- 2G…7月～9月/13名 中止者1名 (男性9名、女性4名)
- 3G…10月～12月/11名 (男性7名、女性4名)



▲ 本人・家族交流会

### ▶仕事の間

2011年10月から、若年認知症の人達を中心とした働く場として、内職を受注し、作業活動を行っています。仕事の間は、「働く」ことで少しでも社会との空白期間を埋め、多くの人とつながること、必要な時期がきたら、介護保険サービスへもスムーズに移行できることなどを目標にしています。



▲ 本人・家族の心理教育

### 参加者の動向 2011年10月～2016年3月末

- 認知症者総参加者数…57名 (若年認知症者…47名 高齢軽度認知症者…10名)
- 認知症の人以外にも、知的、発達、精神障がいを持つ人、社会に適応しづらい若者、老人会や家族ボランティアなど様々な人が参加しています。

藤本クリニック以外にも、仕事の間ランチが、高島市、長浜市、大津市にありますのでお問い合わせください。ご紹介いたします。



◀ 仕事の間



◀ 仕事の間

### ▶職場における就労継続支援

できるだけ長く、安定した就業が続けられることと、本人の病状や職場内環境、経済状況等を多方向から検討し、適切な時期、最良の形の休職 (退職) に向けての支援を行っています。

また、企業へも、職場に出向いての「企業研修」や同僚の方への「具体的な支援の方法」などをお伝えすることもしています。



▲ 職場における企業研修会

- 2012年から2014年の3年間で、10名の若年認知症の人への就労継続支援を行っています。
- 就労継続支援期間の平均は22カ月間、就労を終えた後の行先は、仕事の間や介護保険サービスへ移行するなど、全員が、休職直後から途切れることなく、他者との交流や社会参加の場を持ち続けました。
- 職場への主な連携内容は、職務内容の報告と相談 (文書・電話・面談・メール) や上司、同僚への助言、配置転換や休職の判断についての検討などでした。

### 職場の同僚へのワンポイントアドバイス

- 話しかけはゆっくりが原則です。
- 手順を説明するならひとつずつ区切って伝えてください。
- 急ぐと余計にわからなくなり、できることもできなくなります。



ご連絡、ご相談先は

## 滋賀県若年認知症コールセンター 滋賀県軽度認知症サポートセンター

守山市梅田町2-1-303 TEL 077-582-6032  
医療法人藤本クリニック診療所型認知症疾患医療センター  
もの忘れサポートセンター・しが・藤本クリニック  
《相談専用電話》090-7347-7853 担当/奥村典子

### ▶ご本人、ご家族の皆さま

所定の用紙 (裏面つながるシート) でのFAX、またはお電話でも受け付けています。一人で抱え込まず、まずはご連絡を下さい。

### ▶医療機関および関係支援者の皆さま

ご本人、ご家族にお知らせいただき、居場所づくりやサポート内容などに一緒に働きかけましょう。ご連絡お待ちしております!

発信者名 ( )

受信者 滋賀県若年認知症コールセンター  
 滋賀県軽度認知症サポートセンター  
 もの忘れサポートセンター・しが：藤本クリニック 奥村宛

## 【つながるシート】

本シートは、主に、若年認知症や軽度認知症の本人、家族からの相談やその方たちに関わっておられる医療機関の皆様からの相談、連絡を目的としたシートです。まず、ご連絡をいただき、その後に具体的なつながり方を一緒に考えさせていただきます。FAX 受信後にご連絡をいたしますので、御協力をよろしくお願いいたします。  
 なお、若年認知症や軽度認知症にかかわらず、高齢者認知症全般についてもご利用いただけます。

### ●発信者記入欄

記入日： 年 月 日 発信者： 本人・家族・医療機関・その他の支援者  
 医療機関・支援者所属 .....

氏名 .....

(本人/家族で匿名希望の場合は、お電話番号だけでかまいません。)

電話 .....

FAX .....

### 《目的》

- ① 何について
  - 相談 ●本人/家族交流会 ●本人/家族心理教育 ●仕事の場 ●職場における就労継続支援
  - その他 ( )
- ② どうしてほしい
  - 電話/面談での相談希望 ●本人/家族交流会へ参加希望 ●本人/家族心理教育へ参加希望
  - 仕事の場へ参加希望 ●職場での就労継続への働きかけ希望 ●介護への助言希望
  - その他 ( )
- ③ 主治医の了解について  
 ご連絡をいただくにあたって、主治医の先生はご存知ですか？  
 ●はい ●いいえ ●主治医なし  
 「いいえ」とお答えの方…必要時にご相談の上、こちらからご連絡をさせていただく場合があります。  
 ご相談なく、連絡をすることはありません。
- ④ その他 依頼事項 .....

### ●返信者記入欄

記入日： 年 月 日 返信者 .....

伝達・回答事項 .....

添付資料 ( ) 枚



## 若年認知症とは

### 若年認知症の人を支えるために

若年認知症に関する問題は、家族や社会で中心的な役割を果たしている人という意味で高齢者の認知症より深刻かもしれません。診断が遅れることにより治療や支援体制に遅れが出てしまうと、せっかくの「本人に残されている能力」を活かすことができなくなります。本人だけでなく、家族を支えるサポート体制など、医療、福祉、行政、企業、地域が手を携え、さらに充実させていきたいものです。



## 若年認知症について

### ●若年認知症とは

若年認知症とは、65歳未満で発症する認知症を言います。高齢者の認知症と、病理学的に違いがあるわけではないと言われてはいますが、若年認知症は年齢が若いので、社会的、家庭的問題を多く抱えており、就労の問題など、多くの支援が必要とされています。働き盛りの世代ですから本人だけでなく、家族への影響が大きいにも関わらず、その実態が明らかではありません。

例えば、配偶者が介護をする場合には配偶者自身も仕事が十分できなくなり、身体的にも精神的にも大きな負担を強いられることになります。

また、発症して診断がつくまでにかかる時間は高齢者より長くかかったり、いくつかの医療機関を経てやっと診断されるということもあります。



### ▼周囲の理解があれば前向きに! (家族の言葉)

夫は若くて身体は元気なものですから、周囲からの理解が得られずつらい思いをしました。周りからはサボっているように見えたようです。病名を伝えてもまだ理解してもらえない時もあります。もっとこの病気を知ってもらい、理解をしてもらえたなら、今よりもう少し前向きに元気になって暮らせるだろうと思います。