もしも家族がいなくなったら？

まずは警察に連絡しましょう！

家族がいなくなりそうで不安なときは？

気になる人がいる時は、**地域包括支援センター**にご相談ください

地域包括支援センターには保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーといった福祉専門職が配置されており、成年後見制度、高齢者虐待、介護サービス利用手続きの相談窓口となっています。お気軽にご相談ください。

認知症行方不明者情報を素早くLINEでお届けします！「よこすかオレンジLINE」

行方不明者を素早く見つけるため、認知症サポーターにLINEで情報を発信しています。
より多くの人がLINEに登録していることが効果的です。
認知症サポーター養成講座を受けて、LINE登録をしましょう。

配信情報の例

○月○日○時頃小川町在住の方が、行方不明になりました。
お困りの方がいましたらお声掛けください。

性別：男性
年齢：80代
居住地：小川町
最後に確認された場所：横須賀市役所
服装：茶色のセーターに白のワイシャツ

認知症サポーター養成講座を受講してみませんか。
企業、金融機関、学校、自治会など、様々な場所で開催しています。認知症サポーターは、認知症を理解し、温かく見守り、できる範囲で支援する「応援者」です。LINE登録についてもお話しします。
ご希望の方は、お近くの地域包括支援センターか福祉総務課地域力推進係まで
電話046(822)9804

認知症お役立ちBOOK

ひとり歩き版

認知症の「なぜ」が「なるほど」へ

～あなたの温かい気持ちで
助かる命があります～

発行　横須賀市民生局福祉こども部福祉総務課
電話　046-822-9804

2023年7月発行

認知症は「脳の病気」が原因の状態像で誰もがなり得るものです。完璧な予防法も根本的な治療法も存在しません。ただし、周囲の関わり方によってその状態像は大きく変わり得ます。

認知症の人が、なぜひとり歩きをするのか、その理由と対応のポイントについてまとめました。理由を知ることで対応にゆとりが生まれ、そのゆとりが認知症にやさしい街を創ります。

身近な家族や友人、自分自身が認知症になっても今までどおり住み慣れた地域で、安心して暮らせるよう、認知症について正しく理解し、認知症の人と家族を温かく見守り、支援していただけたら幸いです。

認知症の人への対応の心得
3つの「ない」
1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

具体的な対応の7つのポイント
1. まず見守る
2. 余裕をもって対応する
3. 声をかけるときは1人で
4. 後ろから声をかけない
5. やさしい口調で
6. おだやかに、はっきりした話し方で
7. 認知症の人の言葉に耳を傾け、その人の言葉を使ってゆっくり対応する

認知症サポーター養成講座標準テキスト

認知症とは

認知症の主な症状
- ■記憶障害：体験した出来事などの記憶が抜け落ちてしまう
- ■失行：物事が上手くこなせない
- ■失認：物を正しく認識できない
- ■見当識障害：時間や季節、今いる場所、人物が分からなくなる
- ■実行機能障害：作業手順が思い出せない、覚えられない
- ■理解や判断力の障害：共通点や違い、良し悪しが分からなくなる。物事の理解に時間がかかる。
- ■失算：計算ができない
- ■失語：思いが上手く表現できない

周囲の困惑や不適切な対応で
プライドが傷つけられ、
疎外感や不安が生じると・・・

何でそんなことするんだ！
何度もいわせるな！

行動・心理症状の出現

不安、焦燥、興奮、幻覚、
妄想、暴力、うつ、
不潔行為、独り歩き

みんな私を
責めてくる！

※横須賀市では、認知症の人が、行先に迷って自力では解決できない状態のことを、ひとり歩きと呼びます。

認知症のひとり歩きはなぜおこる？

■認知症とひとり歩き

認知症になると、まず最初に物事が覚えられなくなります（記憶障害）。また、現在の状況、たとえば自分のいる場所や時間がはっきりしなくなります（見当識障害）。その他、適切な判断ができないため、迷っても人に聞くことができなくなります（判断力の低下）。

■ひとり歩きをするわけ

ひとり歩きも本人には理由があります。目的を持って歩き始めたが、行き先を思い出せなくなる。また、自分の居場所が分からなくなって歩き回るなどが考えられます。

具体的には
- 財布を探していたが、探していることを忘れて歩く。
- トイレに行こうとしたが、トイレの場所がわからず歩く。
- 定年退職した会社に出勤するために外出する。
- 引っ越しの後の新しい家の環境になじめず、前の家に帰ろうと歩く。

ひとり歩きの人を見つけたら！

ひとり歩きの方は不安の中にいます。3つの「ない」で対応しましょう。

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

■声をかけるなら
- ひとり歩きの方の視界に入り、様子を確認してから、相手のペースで声をかけてください。
- 「こんにちは、」や「暑いですね？」など短い文章で 声をかけてください。
- 「休みませんか？」など、座れるような声をかけてください。
- 立て続けの質問は不安になりやすいですので注意してください。
- SNSの活用等で名前を知っていても、名前を呼ばないでください。
  あなたは知っていても、ひとり歩きの方はあなたを知りません。

ひとり歩きの人の特徴は？

■不自然
- きょろきょろと同じところを何度も歩いている。
- 寒いのに薄着など季節感のない服装。
- 身なりが整っていない。
- 夜中や早朝の時間帯にパジャマやスリッパで歩いている。

■危うい
- 車道を歩いていたり、道路を横切ろうとする。
- 声をかけてもわき目もふらず歩いている。

もしも家族が行方不明になったら

■まずは警察に連絡しましょう！
- 早く見つけるためには、早めの連絡が大切です。
- 写真を持参すると捜索の手助けになります。

■にこっとSOS事前登録制度を活用しましょう。
- 行方不明の恐れがある人の情報を、事前に登録する制度です。
- GPS機器を用いた位置情報検索システムの導入費などの助成もあります。

地域福祉課総合相談担当（電話：046-822-9613）

■備えましょう！
- 衣服、靴など持ち物の見えないところに名前を書いておく。
- 名前、連絡先付きネックレスの装着やQRコードを貼っておく。
- 最近の写真を撮っておく。