



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など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 神奈川県横須賀市 福祉部 健康長寿課
電話 046-822-8135

2021年3月発行

※ひとり歩きとは、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呼びます。

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。より多くの方がLINEに登録していると効果的です。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健康長寿課介護予防係まで
電話046(822)8135

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教材より

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・・・

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



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。地域福祉課家族支援係が担当しています。電話046-822-8291



■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。
- ・ GPS機能の機器を身につけてもらう。介護保険適応のものもあります。

