

仙台市認知症ケアパス（個人版）  
手渡しの際に添えるメッセージ事例集

仙 台 市

（第1版）



## 仙台市認知症ケアパス(個人版)手渡しの際に添えるメッセージ事例集【目次】

はじめに.....	1
本事例集の使い方.....	2
<b>シーンA</b> 診断直後のご本人へ.....	3
①医師からご本人へ	
②医療連携室からご本人へ	
<b>シーンB</b> 日々出会う中で(個別訪問、認知症カフェ、区役所の窓口など)	
①診断後の生活について不安に思っている方へ.....	4
②訪問やカフェで初めて出会った方へ.....	5
③認知症と診断されたけれど、まだ介護保険サービスは使わなくても 大丈夫という方へ.....	6
④認知症に関する情報等を拒む方・受け入れられない方へ.....	7
⑤一般市民の方々へ.....	8
⑥認知症と診断された方のご家族へ.....	9

# はじめに

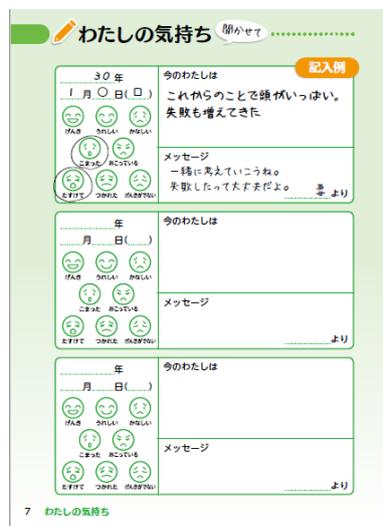
本市では、認知症への不安を感じている方や、診断を受けた方（特に診断後間もない方）に向けた「認知症ケアパス（個人版）」を作成しました。

この冊子には、くらしの工夫や役立つ情報のほか、診断を受けた本人の声をのせています。認知症の方ご自身の気持ちや、やりたいことを記入できる欄もあります。

本人が読む冊子を作りたい、本人と家族が話すきっかけになるものにしたい、本人の想い・価値観・個性などを表現でき、それを本人と関わる人たちと共有できるようにしたい、できないことよりもできることに目を向けてほしい、本人が前向きになり希望や生きがいを見出すきっかけとなるツールにしたい・・・作成に至る過程で出てきたさまざまな思いを形にしたものが認知症ケアパス（個人版）です。

ご本人が認知症であることを受け入れ、関わる人たちとともに、認知症に向き合いながら生活を送る。それは理想的な姿かもしれませんが、しかし、認知症と診断された方の中には、受け入れられない方、希望を失い落ち込んでしまう方もいらっしゃいます。あるいは、「認知症では？」と疑いを持ったとしても、本人が拒んだり、家族が躊躇したりして、受診を避けたり、家族間で意見が分かれることもあると聞きます。

私達ができることは、ご本人が前向きになり、笑顔を取り戻せるよう支援をすることです。認知症ケアパス（個人版）が、そのためのツールとして活用されるよう、関係者から意見を聴き、さまざまな場面で、さまざまな考え方を持つ方へ直接手渡しする際に「このようなメッセージを添えたらどうか」との思いから、この事例集を作成しました。



# 本事例集の使い方

認知症と診断された方、あるいは「認知症かな？」と思われる方へ、認知症ケアパス（個人版）を手渡す際の、決まった渡し方の手順や、決まった勧め方などはありません。

まずは、以下の《認知症ケアパス(個人版)の使い方》をご覧ください、ご自身のことばで説明してみてください。

それでも、認知症と診断されたご本人やご家族、認知症を疑っているご本人やご家族に対し、どのように声を掛けていいか迷う場合があります。そんなとき、本事例集の次項以降を「参考」にしてみてください。まずは、本人あるいはご家族に手に取っていただくことが何よりも大切です。

## 《認知症ケアパス（個人版）の使い方》

### (1)手に取ってほしい方

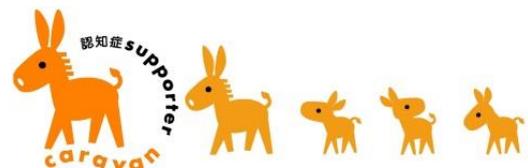
- 認知症に対してマイナスイメージがあり、「認知症になってしまった」と不安に思っている方
- 認知症の診断を受けたばかりで、すぐに使える制度やサービスがない方
- 介護保険サービスを使ったり、周囲と協力しながら、自分のできること・やりたいことを続けたいと思っている方 など

### (2)使用方法

決まりはありません。 ご本人の気持ちに沿った使い方を考えてみましょう。

### 【活用例】

- 個人ケアパスに載っている「声」を読み、認知症と診断された人の気持ちを知る
- 気持ちがあふれてまとまらないので、P7～P8の「私の気持ち」ページに書き出してみる
- 本人のやりたいことをP13～P14の「わたしのやりたいこと」に書いてもらい、一緒にチャレンジする など



## シーン A 診断直後のご本人へ（認知症疾患医療センターなど）

### ①医師からご本人へ

- 診察室で本人に渡すタイミングは悩まれると思います。本人の目に付くところにさりげなく置いておいて、本人が気にしている様子とき、手に取ったときなどのタイミングを捉えて、お話ししてみましょう。
- 受取りを拒否されている間は渡すのは困難です。診断直後ではなくても、何年経過していても、本人が興味を持つタイミングを大切にしましょう。
- 家族に渡して、間接的に本人の目に付くようにする方法もあるかもしれません。

#### 《渡す時に添えるメッセージ（例）》

〇〇さんと同じような気持ちを感じている人のために、仙台市で作った冊子があるんです。診断を受けた本人の声がのっています。

（P20を開いて）診断を受けた人が相談できる窓口もあります。時間のあるときに読んでみてくださいね。

### ②医療連携室からご本人へ

- 診断を受けた方の中には、介護保険サービスがまだ必要でない方もいます。
- そのような方が“空白の期間”（※）の中で悩むことがないように、「これまでの社会とのつながりの中で生活が続けられること」を、個人版ケアパスを使いながら伝えてください。

#### （※）空白の期間

…特に認知症の初期の段階で診断を受けた方が、介護保険サービス導入までの期間に社会的孤立や不安を抱えてしまう時期。診断後支援が十分に行われず、何の支援にも結びつかない場合生じやすい。

#### 《渡す時に添えるメッセージ（例）》

〇〇さんは認知症という診断はあるかもしれませんが、今日からすぐ誰かの手を借りなければいけない、ということはありません。

診断を受けた方の中には、初期から地域の資源をうまく使って、それまでの生活を続けている人もいます。仙台市では、診断された方にこちらの冊子をお渡ししています。

（P2を開いて）この冊子は、〇〇さんのように、診断されて間もない方向けに作りました。認知症の診断を受けた方の、診断後の気持ちややりたいことが載っています。

また、認知症のことで情報がほしいときは（P21を開いて）地域で開催されている認知症カフェにお出かけしてみてもいいと思います。

（P7、P13を開いて）そして、言葉では伝えにくい気持ちや、これからどんな生活を送りたいかをこのページに書きながら、周りの人にもご自身の気持ちややりたいことを伝えるノートにしてみてください。

## シーン B 日々出会う中で(戸別訪問、認知症カフェ、区役所の窓口など)

### ①診断後の生活について不安に思っている方へ

- 認知症と診断され、「信じたくない…。全てが不安だ。」と不安になっている方にどのようなことが不安なのか、まずはその気持ちを聞いてみましょう。
- 渡すだけではなく、まずは1ページだけ紹介してみましょう。  
開いたページに、本人の気持ちに引っかかる言葉・写真・情報があるかもしれません。

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例)》

〇〇さんと同じような気持ちを感じている人のために、仙台市で作った冊子があるんです。

(中を開いて)今の〇〇さんと同じ時期にどう思ったか、先に診断された人の言葉がのっています。

みなさん、不安とか否定したい気持ちとか、今の〇〇さんと同じような経験をされているのかなあと、〇〇さんの話を聴いていて思いました。当事者のつどいなどの中で、同じような境遇の人と話したという方もいます。

時間のある時に読んでみてくださいね。



## シーン B 日々出会う中で(戸別訪問、認知症カフェ、区役所の窓口など)

### ②訪問やカフェで初めて出会った方へ

- P17～P18の「わたしのお気に入り」ページを使って、その人を知るきっかけづくりにしてみませんか？

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例1)》

(P17を開いて)初めての人にお会いするときはこの冊子をいつも使ってるんです。  
〇〇さんの好きな歌ってありますか？昭和の歌謡曲が好きなんですね。  
そういえば今度、市民センターで歌の会があるんですよ。

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例2)》

〇〇さんがこれからも自分らしく暮らしていくために、どうしていけば良いか一緒に考えていきたいと思います。  
まずは、〇〇さんの好きなこと、大事なことを教えてください。

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例3)》

今までどんなお仕事をされてきたのですか？また、これからお仕事をしてみたいですか？  
〇〇さんのその知識や技術を活かすためどうすれば良いか一緒に考えていきたいと思います。

## シーン B 日々出会う中で(戸別訪問、認知症カフェ、区役所の窓口など)

### ③認知症と診断されたけれど、まだ介護保険サービスは使わなくても大丈夫という方へ

- 介護保険サービスを使うまでの間に、できることはたくさんあります。
- この冊子には、診断を受けた本人の声・くらしの工夫や役立つ情報をのせています。本人の気持ちや、やりたいことをメモできます。本人の気持ちが落ち着いたときに、手に取ってもらいましょう。
- 本人のやりたいことをキャッチし、実現できるようなアイデアがないか一緒に考えるきっかけにしてみましょう。

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例1)》

〇〇さんのような方の参考になるように作った冊子があるのでお渡ししますね。  
(P15, 16を開いて)先に認知症と診断された人が、日々の生活の中で、不安を解消するために色々な工夫をしています。〇〇さんは、今何が一番不安に感じられますか？私も何か一緒にできることや、役立つ情報をお伝えすることができるかもしれません。



## シーン B 日々出会う中で(戸別訪問、認知症カフェ、区役所の窓口など)

### ④認知症に関する情報等を拒む方・受け入れられない方へ

- 本人に無理やり押し付ける必要はありません。  
話の流れでチラシや資料など他にお渡しするものがあれば、一緒に紹介してみましよう。
- 家族・若い方等のこれから認知症について考える人たちに渡してみましよう。
- 「関係ない」とまだ診断されていない方にこそ紹介するといいかもかもしれません。

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例1)》

仙台市で作っている冊子をいくつかお渡ししておきますね。  
もし、あなたの周りで認知症のことを知りたい人、認知症のことで悩んでいる人がいたら、この冊子を紹介してもらえると嬉しいです。  
(中を開いて) 認知症と診断された方の思いが載っているので、その人の参考になるものがあるかもしれません。



## シーン B 日々出会う中で(戸別訪問、認知症カフェ、区役所の窓口など)

### ⑤一般市民の方々へ

- 「予防」を気にする方へ、発想の転換で、診断された場合の「備え」として知っておいた方がいいことを学習するツールとしてご紹介しましょう。

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例1)》

もし認知症と診断された場合に、本人がどう思ったのか、不安を解消するためにどんな工夫をしてこれまでどおりの生活をしているのか、備えとして知っておきませんか？

(P9・10を開いて) 認知症と診断された方が、認知症になってもやりたいことをつづっています。認知症とともに生きる人の前向きな言葉を是非読んでほしいです。もし、あなたの周りで認知症のことを知りたい人、認知症のことで悩んでいる人がいたら、この冊子を紹介してもらえると嬉しいです。

## シーン B 日々出会う中で(戸別訪問、認知症カフェ、区役所の窓口など)

### ⑥認知症と診断された方のご家族へ

- 地域包括支援センターや区役所の窓口に来たご家族へ、全市版のケアパスをお渡しすることが多いと思います。ぜひ、全市版と一緒にお渡ししてご説明ください。
- 本人の思いを家族に知ってもらうツールとしてご活用ください。

#### 《渡す時に添えるメッセージ(例1)》

この黄色い冊子(全市版)とセットでお渡ししている冊子です。  
お話を聴いていると、書いてある内容の中にご本人の状況で似ているものがあるのかなあと思いました。  
ご本人向けに作った冊子ではあるのですが、ご家族の方もぜひ一度ご覧になってみてください。ご本人に役立つ情報も載せているので、もしご本人が悩まれているようでしたら、この冊子を見せながらお話ししてみてください。



---

仙台市認知症ケアパス（個人版）  
手渡しの際に添えるメッセージ事例集  
平成31年3月  
仙台市健康福祉局保険高齢部地域包括ケア推進課

---