

認知症

す・ご・ろ・く
4 5 6
みんなで
学んで
遊んで

1 変化の起き始め

枚方市版



スタート!

早く進むほど、認知症も進んじやうよ。
ゆっくり進んで、しっかり学んでや!
はじめに3つの言葉を覚えてや!

4 常に介護が必要

(身体の障害も複合する時期)

黄色い番号のついたマスについては別紙「認知症456 資源編」に説明があります

2 サロンに集まって、みんなでワイワイお茶をしてん
【脳トレで予防】野菜の名前を10個言ってみよう
家族会議で任意後見について相談や

8 今日ゴミ出しの日とちやうで。声をかけてみよう
【体操で予防】右手はグーで胸の前、左手はパーで前に出す。次は左右逆。それを交互に繰り返す

9 最近物忘れが多いなあ。年のせいかな?
お医者さんに相談しようかなあ
【体操で予防】ゆっくり肩を回す。前に3回、後ろに3回

11 ケアマネって、聞いたことはあるけど、何してくれる人なん?
介護保険ってどうやって利用したらいいんやろ?

12 デイサービスで体を動かしたら、すっきりするわ
【脳トレで予防】スタートのときに覚えた3つの言葉を覚えてみよう!

13 昔から好きやった庭いじり。今も楽しんでるわ

14 いつも買い物は一万円札。財布が小銭だらけやで
【脳トレで予防】右手で2拍子、左手で3拍子

15 認知症カフェに家族みんなで参加して、楽しく交流や
ご飯まだ? また食べさせてくれへんの?

16 オレンジ初期集中チーム員さんに相談したら、いろいろ教えてくれたわ
【体操で予防】「パタカラ」って10回言ってみて!

17 成年後見人をお願いして、お金の管理をしてもらって助かるわ
かわせみ(市の鳥)

18 しっかり食べることが大事。お口の中をきちんとケアしなあかん
【体操で予防】息を3秒吸って3秒とめる。9秒かけてゆっくりはく

19 あかん! おじいちゃんが家に帰ってきていない。どないしよう
夏やのに冬の服を着てはるわ

20 徘徊してしまうので、ステッカーを利用したりしてます
特別養護老人ホームに入居して、みんなと仲良くなってる

21 顔なじみのデイサービスの職員さんがヘルパーさんと、家にも来てくれてん
訪問入浴。寝たままでもお家でお風呂に入れるんや

22 病院まで行けないけど、お医者さんや看護師さんが来て、診てくれるねん
【体操で予防】早口ことば「よばよば病予防法」を3回やってみて!

23 グループホームに入所したら、仲間ができたわ
【サイコロふって】偶数なら「施設コース」へ、奇数なら「在宅コース」へ

24 施設で短期間泊まった。その間、家族はゆっくり過ごせるねん
歩けないけど車イスを借りたら外出できるようになった。今年も一緒にお花見に行こな

25 まだまだ元気やで。働いたり、できることで役に立ちたいなあ
1回休み
外出先でもしもの時のために、キーホルダーをもらってん

26 元気なうちから、頭も体もしっかり使わなあかん!

27 「認知症サポーター」っていう人がたくさんいるんやって!

28 物忘れが多くなったなあ...もしかして、いや自分に限って...

29 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

30 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

かわせみ(市の鳥)

23 施設コース
24 在宅コース

25 施設で短期間泊まった。その間、家族はゆっくり過ごせるねん
歩けないけど車イスを借りたら外出できるようになった。今年も一緒にお花見に行こな

26 訪問入浴。寝たままでもお家でお風呂に入れるんや

27 「認知症サポーター」っていう人がたくさんいるんやって!

28 物忘れが多くなったなあ...もしかして、いや自分に限って...

29 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

30 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

菊(市の花)

10 また、なべを焦がしてしもた
近所の民生委員が声かけてくれたわ。みんながいると安心やな

11 ケアマネって、聞いたことはあるけど、何してくれる人なん?
介護保険ってどうやって利用したらいいんやろ?

12 デイサービスで体を動かしたら、すっきりするわ
【脳トレで予防】スタートのときに覚えた3つの言葉を覚えてみよう!

13 昔から好きやった庭いじり。今も楽しんでるわ

14 いつも買い物は一万円札。財布が小銭だらけやで
【脳トレで予防】右手で2拍子、左手で3拍子

15 認知症カフェに家族みんなで参加して、楽しく交流や
ご飯まだ? また食べさせてくれへんの?

16 オレンジ初期集中チーム員さんに相談したら、いろいろ教えてくれたわ
【体操で予防】「パタカラ」って10回言ってみて!

17 成年後見人をお願いして、お金の管理をしてもらって助かるわ
かわせみ(市の鳥)

18 しっかり食べることが大事。お口の中をきちんとケアしなあかん
【体操で予防】息を3秒吸って3秒とめる。9秒かけてゆっくりはく

19 あかん! おじいちゃんが家に帰ってきていない。どないしよう
夏やのに冬の服を着てはるわ

20 徘徊してしまうので、ステッカーを利用したりしてます
特別養護老人ホームに入居して、みんなと仲良くなってる

21 顔なじみのデイサービスの職員さんがヘルパーさんと、家にも来てくれてん
訪問入浴。寝たままでもお家でお風呂に入れるんや

22 病院まで行けないけど、お医者さんや看護師さんが来て、診てくれるねん
【体操で予防】早口ことば「よばよば病予防法」を3回やってみて!

23 グループホームに入所したら、仲間ができたわ
【サイコロふって】偶数なら「施設コース」へ、奇数なら「在宅コース」へ

24 施設で短期間泊まった。その間、家族はゆっくり過ごせるねん
歩けないけど車イスを借りたら外出できるようになった。今年も一緒にお花見に行こな

25 まだまだ元気やで。働いたり、できることで役に立ちたいなあ
1回休み
外出先でもしもの時のために、キーホルダーをもらってん

26 元気なうちから、頭も体もしっかり使わなあかん!

27 「認知症サポーター」っていう人がたくさんいるんやって!

28 物忘れが多くなったなあ...もしかして、いや自分に限って...

29 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

30 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

菊(市の花)

10 また、なべを焦がしてしもた
近所の民生委員が声かけてくれたわ。みんながいると安心やな

11 ケアマネって、聞いたことはあるけど、何してくれる人なん?
介護保険ってどうやって利用したらいいんやろ?

12 デイサービスで体を動かしたら、すっきりするわ
【脳トレで予防】スタートのときに覚えた3つの言葉を覚えてみよう!

13 昔から好きやった庭いじり。今も楽しんでるわ

14 いつも買い物は一万円札。財布が小銭だらけやで
【脳トレで予防】右手で2拍子、左手で3拍子

15 認知症カフェに家族みんなで参加して、楽しく交流や
ご飯まだ? また食べさせてくれへんの?

16 オレンジ初期集中チーム員さんに相談したら、いろいろ教えてくれたわ
【体操で予防】「パタカラ」って10回言ってみて!

17 成年後見人をお願いして、お金の管理をもらって助かるわ
かわせみ(市の鳥)

18 しっかり食べることが大事。お口の中をきちんとケアしなあかん
【体操で予防】息を3秒吸って3秒とめる。9秒かけてゆっくりはく

19 あかん! おじいちゃんが家に帰ってきていない。どないしよう
夏やのに冬の服を着てはるわ

20 徘徊してしまうので、ステッカーを利用したりしてます
特別養護老人ホームに入居して、みんなと仲良くなってる

21 顔なじみのデイサービスの職員さんがヘルパーさんと、家にも来てくれてん
訪問入浴。寝たままでもお家でお風呂に入れるんや

22 病院まで行けないけど、お医者さんや看護師さんが来て、診てくれるねん
【体操で予防】早口ことば「よばよば病予防法」を3回やってみて!

23 グループホームに入所したら、仲間ができたわ
【サイコロふって】偶数なら「施設コース」へ、奇数なら「在宅コース」へ

24 施設で短期間泊まった。その間、家族はゆっくり過ごせるねん
歩けないけど車イスを借りたら外出できるようになった。今年も一緒にお花見に行こな

25 まだまだ元気やで。働いたり、できることで役に立ちたいなあ
1回休み
外出先でもしもの時のために、キーホルダーをもらってん

26 元気なうちから、頭も体もしっかり使わなあかん!

27 「認知症サポーター」っていう人がたくさんいるんやって!

28 物忘れが多くなったなあ...もしかして、いや自分に限って...

29 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

30 認知症になったら、どんな支援があるんやろ? 相談するところはどこやろ?

2 見守りが必要

(発症した時期)

3 日常生活に手助けが必要

(症状が多くなる時期)