

知っておきたい！

若年性認知症

ライフサポート BOOK



文京区



も く じ

- 若年性認知症とは 1 ページ
- 若年性認知症の原因となる病気 2 ページ
- 高齢者の認知症とはどう違うのでしょうか? 3 ~ 4 ページ
- 若年性認知症の相談・支援・サービス体制 5 ~ 6 ページ
- 利用できる社会制度やサービスの相談窓口 7 ~ 11 ページ

若年性認知症とは

認知症は、脳の病気が原因で起こります。

認知症は、一般には高齢者に多い症状ですが、65 歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」といいます。

40 ~ 50 歳代での発症が多く、若い世代のために何らかの異常が現れていても発見が遅れ、診断がつくまでに時間がかかる場合が多いといわれています。

多くの方が現役で仕事や家事をしています。仕事でミスが重なったり、家事がおっくうになっても、まさか自分が認知症だとは思いません。疲れや更年期障害あるいはうつ状態など、ほかの病気と考えると医療機関を受診します。認知症と診断されず、時間が経過し症状が目立つようになってから、ようやく認知症と診断された例もあります。



*職場でのサポートのためには下記の資料（東京都作成）が参考になります。

「若年性認知症ハンドブックー職場における若年性認知症の人の支援のためにー」

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/zaishien/ninchishou_navi/torikumi/manual_text/jakunen_handbook/pdf/jakunen_handbook.pdf



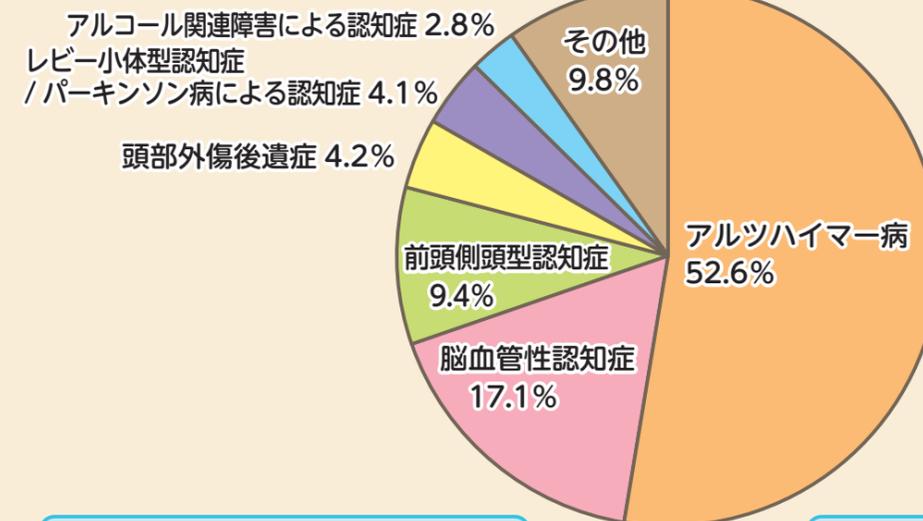
若年性認知症の原因となる病気

レビー小体型認知症

実際にはないものが見えたり、睡眠中に大声や手足を激しく動かす等の睡眠障害が起こります。本人の話をよく聞き、怖がったりしていなければ様子を見るのもひとつの方法です。睡眠に有効な薬もあるので主治医に相談しましょう。

アルツハイマー病

物忘れなどの記憶の低下や料理の手順や仕事の段取りがうまくいかない等といった症状が現れます。周囲の人の対応や暮らしの環境、身体疾患の有無が症状に影響します。医療機関への早めの相談と共に本人の気持ちに共感することが大切です。



前頭側頭型認知症

身なりや周囲のことに対して無関心になり、同じことを繰り返し行う行動等がみられます。言葉の意味がわからない、読み違いという症状もあります。介護保険のデイサービス等のプログラムで認知症の行動・心理症状が少なくなる場合もあります。介護保険の利用等も検討しましょう。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血、動脈硬化などにより引き起こされます。脳血管性認知症では、脳血管障害の再発予防が大切です。糖尿病、高血圧、高脂血症等にかかっている場合は、きちんと治療しましょう。

【若年性認知症の有病率】

全国の若年性認知症の数は、約 35,700 人です。

18 歳 ~ 64 歳人口における人口 10 万人あたりの認知症者数は、50.9 人です。

出典：若年性認知症の有病率、生活実態把握と多面的データ共有システム（東京都健康長寿医療センター研究所）
（令和 2 年度のデータ）



どう違うのかな？

高齢者の認知症とは どう違うのでしょうか？

若年性認知症は、高齢で発症する認知症とは異なる様々な社会的、家庭的課題を伴います。就労に関する課題は、その最たるものです。

発症年齢が若い

平均の発症年齢は51歳くらいです。



男性に多い

女性が多い高齢者の認知症と異なり、男性のほうが少し多くなっています。



異変に気づいていても受診が遅れやすい

初期症状が認知症特有のものではないため、診断が遅れたり、うつ病や更年期障害など他の病気として治療されたりして、認知症の診断・治療開始が遅れてしまう場合があります。



経済的な問題が大きい

働き盛りの時期に発症する 경우가多く、一家の生計を支えている人が休職や退職をすることにより、経済的に困窮する可能性があります。



介護が配偶者に集中する

高齢者の場合は、配偶者とともに子ども世代も介護を担うことが一般的です。一方、若年性認知症の世代では、子どもはまだ若く、場合によっては未成年である場合もあり、介護は配偶者に集中しがちです。



高齢の親が介護者となる

子どもが若年性認知症となった場合、高齢の親が介護者になることもあります。



時に複数介護となる

若年性認知症の本人やその配偶者の親世代は、介護が必要になるリスクが高い世代であり、複数介護になることがあります。



家庭内での課題が多い

子どもの養育、教育、結婚など、親が最も必要とされる時期に認知症になり、あるいは介護者になることは、夫婦間の問題など、家庭内に問題を引き起こしやすいと言われています。



認知症と診断された本人やその家族の思い

<本人の思い>

病気への理解は認知機能の低下の程度によって差がありますが、大きな不安を抱えていることは同じです。自分に何か起こっている、これまでの自分とは何かが変わっていると感じています。

暮らしの中で様々な困難が生じると、これまでの自分を何とか保とうとして、思うようにいかないとストレスに感じます。そういったことを繰り返すと、怒りを感じたり、自信を失ってしまいます。周囲が病気を理解し、本人の思いに寄り添って接することで、本人の不安も和らいでいきます。

これから自分はどうなっていくのだろう

同じような生活を送ることは無理なのだろうか

家族には迷惑をかけたくない・・・



<家族の思い>

家族は、本人の行動の変化に戸惑う時期を経て病院の受診にいたります。認知症の診断を受けると、認めたくないと感じる家族もいれば、病気が原因だったとわかることでほっとする家族もいます。

介護をしていると、気持ちが沈んだり、孤立感を感じやすくなります。認知症に関する知識や介護のノウハウなどを知ることが大切です。同じ立場の介護者が集う場に参加し、情報交換をしたり、話をする 것도大切です。

認めたくない・・・

誰にも相談できない・・・孤独

なぜ自分が介護しなければいけないの



<子どもの思い>

認知症によって親の様子が徐々に変わっていくことで、子どもは不安になることがあります。子どもたちに必要な支援は年代によって異なりますが、子どもの理解力に合わせて認知症という病気について説明し、子どもが親との時間を悔いなく過ごせるようにすることが大切です。また、介護を理由に人生の選択をあきらめることが無いよう、子どもへの支援は精神的・経済的なことを含め幅広く考えていくことが大切です。

変わっていく親を受け入れられない

これからどうなるんだろう

同世代の友達には相談できない





相談できるのね

若年性認知症の 相談・支援・サービス体制

認知症かな？と思ったら

○医療機関受診

・かかりつけ医

まずは身近なかかりつけ医に相談してみましょ。必要に応じて、専門医のいる病院を紹介してもらうことができます。東京都では、かかりつけ医に対して認知症サポート医研修等を行っています。認知症サポート医は、東京都のホームページ [とうきょう認知症ナビ](#) に掲載しています。

・認知症専門医療機関

もの忘れ外来やメモリークリニック、精神科、神経内科、老年科などの診療科で、認知症の診断や治療を行っています。

○相談窓口

・高齢者あんしん相談センター (P.7)

・もの忘れ医療相談 (予約制)

嘱託医 (認知症サポート医等) と認知症支援コーディネーターが個別に相談をお受けします。

※詳細は高齢者あんしん相談センター (P.7) へ

・東京都区中央部認知症疾患医療センター

専門医療相談、鑑別診断、身体合併症と行動・心理症状への対応、地域連携推進等を実施しています。

<相談窓口> 03-5684-8577 (直通)

<受付時間> 平日 9:00 ~ 12:00

13:00 ~ 16:00

※文京区では、順天堂大学医学部附属順天堂医院 (本郷 3-1-3) が指定を受けています。

・若年性認知症の人と家族の

電話相談窓口・家族会 (P.7)

○認知症を知る

・認知症サポーター養成講座

地域で認知症の本人とその家族を温かく見守る応援者である『認知症サポーター』を養成する講座です。

・認知症講演会

認知症に関することをテーマとして取り上げ、認知症に関する正しい知識を学ぶ講演会です。

※詳細は高齢者あんしん相談センター (P.7) へ

診断を受けたら

○就労継続支援

・障害者手帳 (P.8)

・企業の障害者雇用 (P.8)

○経済的支援

・自立支援医療 (P.8)

・傷病手当金 (P.8)

・障害年金 (P.9)

・高額療養費 (P.9)

・高額介護 (介護予防) サービス費 (P.9)

・高額医療・高額介護合算療養費 (P.9)

○本人・家族支援

・認知症家族交流会

認知症の本人を介護している家族介護者同士の交流と情報交換の場です。

・家族介護者教室

認知症の本人を介護する家族を対象とした、介護のコツや心構え等について学ぶ場です。テーマは認知症に限らず、開催ごとによります。

※詳細は高齢者あんしん相談センター (P.7) へ

・認知症ともにパートナー事業

医師から「認知機能の低下により生活上のサポートが必要」と判断された方で介護保険サービスを利用していない方に、訪問看護ステーションの看護師が、最長 6 か月間、必要な医療やサービスの調整、手続きのサポートなどを行います。

※詳細は文京区高齢福祉課認知症施策担当へ
03-5803-1821

退職したら

○経済的支援

・雇用保険 (P.10)

・退職後の健康保険 (P.10)

・国民年金保険料の免除制度 (P.10)

○復職・再就職に関する相談・支援

・医療機関のソーシャルワーカー

・東京障害者職業センター (P.10)

・ハローワーク (P.10)

・文京区障害者就労支援センター (P.10)

日常生活支援

○介護保険サービス (P.11)

○障害福祉サービス (P.11)

○居場所支援

・ぶんにこ (文京認知症コミュニティ)

『ぶんにこ』は認知症のご本人はもちろん、ご家族、地域の方、介護保険の事業者や専門職の方など、だれもが集い話せる場です。

※詳細は高齢者あんしん相談センター (P.7) へ

・シエル・ブルー (文京区若年性認知症の会)

ご本人やご家族、関係者の方々が集い、日頃の悩みを話したり、情報交換などを行う場です。

※詳細は文京区若年性認知症の会事務局
(社会福祉協議会) 03-5800-2942



権利擁護・生活支援

・地域福祉権利擁護事業 (P.10)

・子どもの就学資金 (P.11)

・成年後見制度 (P.11)

・生活保護制度 (P.11)

・生活福祉資金貸付制度 (P.11)

利用できる社会制度やサービスの相談窓口

認知症かな？と思ったら

【医療機関受診】

◆認知症の医療について相談したいとき

- ①かかりつけ医 (P.5)
- ②認知症専門医療機関 (P.5)
- ③東京都中央部認知症疾患医療センター (P.5)

【相談窓口】

◆高齢者あんしん相談センター（地域包括支援センター）

認知症についての相談窓口です。医療機関の受診に関する相談、介護サービスの紹介や手続きの支援などを行います。

高齢者あんしん相談センターの連絡先一覧			
日常生活圏域	問い合わせ先	電話	所在地
富坂	高齢者あんしん相談センター富坂	(3942) 8128	白山 5-16-3
	高齢者あんしん相談センター富坂分室	(5805) 5032	小石川 2-18-18
大塚	高齢者あんしん相談センター大塚	(3941) 9678	大塚 4-50-1
	高齢者あんしん相談センター大塚分室	(6304) 1093	音羽 1-15-12
本富士	高齢者あんしん相談センター本富士	(3811) 8088	本郷 2-40-11
	高齢者あんしん相談センター本富士分室	(3813) 7888	西片 2-19-15
駒込	高齢者あんしん相談センター駒込	(3827) 5422	千駄木 5-19-2
	高齢者あんしん相談センター駒込分室	(6912) 1461	本駒込 2-28-10

●開設時間（分室を除く）：月～金＝9：00～19：00 土・日・祝日・12/29～1/3＝9：00～17：30

●分室の開設時間：月～土＝9：00～17：30 日・祝日・12/29～1/3 は休み

◆若年性認知症のひと家族の電話相談窓口・家族会

- ①東京都若年性認知症総合支援センター（NPO 法人 いきいき福祉ネットワークセンター）
東京都が設置した相談窓口です。専門の相談員がご本人やご家族、関係機関からの相談に対応しています。
目黒区碑文谷 5-12-1 TS 碑文谷ビル 3 階 電話：03-3713-8205
相談時間：平日 9：00～17：00 <http://www.ikiikifukushi.jp/>
- ②東京都多摩若年性認知症総合支援センター（社会福祉法人 マザアス）
日野市多摩平 2-2-4 ニコール豊田ビル 4 階 電話：042-843-2198
相談時間：平日 9：00～17：00 <http://www.moth.or.jp>
- ③若年性認知症コールセンター（社会福祉法人 仁至会 認知症介護研究・研修大府センター）
専門の相談員がご本人やご家族の相談に対応しています。
愛知県大府市半月町 3-294 フリーコール（無料）：0800-100-2707
相談時間：月～土（年末年始・祝日を除く）10：00～15：00、水曜日のみ 10：00～19：00 <http://y-ninchisyotel.net/>
- ④NPO 法人 若年性認知症サポートセンター
若年性認知症に関する知識、相談先、お近くの家族会の連絡先などの相談に対応しています。
新宿区新宿 1-9-4 中公ビル御苑グリーンハイツ 605 電話：03-5919-4186
相談時間：月・水・金 10：00～17：00
- ⑤公益社団法人 認知症のひと家族の会 東京都支部
介護経験者による認知症でれほん相談とあわせて会員の集いや支部報も発行しています。
新宿区左門町 20 四谷メディカルビル 2 階アルツクリニック PET ラボ内 認知症でれほん相談：03-5367-2339
相談時間：火・金 10：00～15：00（除く祝祭日）

診断を受けたら

【就労継続支援】

精神障害者保健福祉手帳や身体障害者手帳があれば、企業の障害者雇用枠として働き続けることができる場合があります。

◆精神障害者保健福祉手帳

認知症等の精神疾患があり、日常生活に支障を来す場合、必要なサービスを受けるため「一定の障害がある」ことを証明するもので、1 級から 3 級まであります。該当する疾患で医療機関にはじめてかかった日（初診日）から、6 か月経過した時点での診断書を作成しその障害の程度で決められます。

受けられるサービス等

- * 障害等級に応じた税制上の優遇があります。
所得税の控除、住民税、相続税、贈与税、自動車税、利子等の非課税
- * 都営交通乗車証
都電、都バス、都営地下鉄、日暮里・舎人ライナーに無料で乗車できるパスの交付
- * タクシー運賃・携帯電話の割引など、民間の会社が行っているサービスもあります。

申請窓口 文京保健所予防対策課（文京シビックセンター 8 階） 5803-1230
保健サービスセンター本郷支所（千駄木 5-20-18） 3821-5106

◆身体障害者手帳

脳血管性障害により「肢体不自由」「視覚障害」「言語障害」など身体症状があり、生活に支障をきたす場合に、申請ができます。手帳の等級には 1～6 級があり、障害の種類、程度がそれに該当する場合に交付されます。

申請窓口 障害福祉課身体障害者支援係（文京シビックセンター 9 階） 5803-1219

◆企業の障害者雇用

一旦退職してしまうと再就職するのが難しい場合が多いので、上司や人事担当者と話し合い、職場の理解を得られるよう相談してみましょう。退職後、障害者雇用を希望する場合は、ハローワークに相談してみましょう。

* ハローワークインターネットサービス <https://www.hellowork.mhlw.go.jp>

【経済的支援】

◆自立支援医療（精神通院医療）

認知症を含む精神疾患で通院する場合、医療機関や薬局で支払う医療費の自己負担が、原則として 1 割に軽減されます。ただし、世帯の所得や病状に応じて月額自己負担額の上限が決められています。通院中の医療機関にご相談ください。

申請窓口 文京保健所予防対策課（文京シビックセンター 8 階） 5803-1230
保健サービスセンター本郷支所（千駄木 5-20-18） 3821-5106

◆傷病手当金

全国健康保険協会（協会けんぽ）または、健康保険組合に加入しているご本人が、病気や業務外のけが等で仕事を休み、給料を受けられないときにその間の生活の保障を行うことを目的として設けられている制度です。病気やけがで連続して休んだ場合、4 日目から支給されます。

連絡先 全国健康保険協会 東京支部 6853-6111

◆障害年金

病気やけがで仕事を続けることが困難となった人や、その家族の生活を支えるための公的年金です。公的年金（国民年金、厚生年金、共済年金）の受給資格があり、障害者となった場合に申請できます。初診日から1年6か月経過した日から申請できます。いろいろな受給要件を満たしていることが必要ですのでご確認ください。

請求窓口 初診日に加入していた年金制度によって相談窓口が異なります。まず初診日（該当する疾患で初めて医療機関にかかった日）を確認してから申請窓口にお尋ねください。

初診日に加入していた年金制度	申請窓口	請求する年金
国民年金 (自営業等、20歳前、 第1号被保険者期間)	国保年金課 (文京シビックセンター11階) 5803-1196	障害基礎年金
国民年金 (第3号被保険者期間)	文京年金事務所(千石1-6-15) 3945-1141	
厚生年金 (会社員など)	文京年金事務所(千石1-6-15) 3945-1141	障害厚生年金
共済組合等(公務員など)	各共済組合等	障害共済年金

* 日本年金機構ホームページ <https://www.nenkin.go.jp>

◆高額療養費

同一月内に医療機関等で支払った医療費の自己負担額が、所得区分に応じて設定された自己負担限度額を超えた場合、超えた分が申請により支給されます。

問い合わせ 文京区国民健康保険に加入している方：国保年金課国保給付係 5803-1193
その他の医療保険に加入している方：加入している各医療保険にお問い合わせください。

◆高額介護（介護予防）サービス費

同じ世帯の利用者が1か月に支払った介護サービス費の自己負担額の合計額が、一定金額を超えた場合は、その超えた分が支給されます。自己負担上限額は世帯の状況によって異なります。

問い合わせ 介護保険課給付係（文京シビックセンター9階） 5803-1388

◆高額医療・高額介護合算療養費

世帯内で医療保険・介護保険の両保険から給付を受けることによって、1年間の自己負担額が限度額を超えた場合、超えた分が申請により支給されます。

問い合わせ 文京区国民健康保険に加入している方：国保年金課国保給付係 5803-1193
その他の医療保険に加入している方：加入している各医療保険にお問い合わせください。
介護保険課給付係（文京シビックセンター9階） 5803-1388

退職したら

【経済的支援】

◆雇用保険

会社を退職したあと、失業給付を受けるには、ハローワークに「求職の申し込み」を行い、求職活動をして、「失業の認定」を受ける必要があります。病気などで求職活動がすぐにできない場合は、ハローワークに届けることにより、受給期間を延長することができます。

相談窓口 ハローワーク飯田橋（後楽1-9-20） 3812-8609

◆退職後の健康保険

退職後の健康保険の加入については、以下の3つの選択肢があります。

①現在の保険を一定の条件で任意継続する（詳細は、加入している健康保険組合にお尋ねください。）
任意継続被保険者として、保険料は全額自己負担（上限あり）となり、原則最長2年までです。
退職して20日以内に手続きをする必要があります。

②国民健康保険に切り替える
保険料は、加入する方の前年の所得や家族の人数によって異なります。

問い合わせ 国保年金課国保資格係（文京シビックセンター11階） 5803-1192

③家族の健康保険に加入し、被扶養者になる

◆国民年金保険料の免除制度

病気や退職等で収入が減って、保険料の支払いが困難となった場合には、保険料の免除制度がありますのでご相談ください。

問い合わせ 国保年金課国民年金係（文京シビックセンター11階） 5803-1196～7

【復職・再就職に関する相談・支援】

◆復職を考えている場合

- ・医療機関のソーシャルワーカー（通院先の医療相談室など）
- ・東京障害者職業センター（台東区東上野4-27-3） 6673-3938

◆再就職を考えている場合

- ・ハローワーク（障害者専門窓口）
 - ・文京区障害者就労支援センター（本郷4-15-14・文京区民センター1階） 5805-1600
- ①就労継続支援A型・・・雇用契約に基づく就労の機会を提供しています。最低賃金が保障されています。
- ②就労継続支援B型・・・訓練やリハビリを目的とした日中活動の場で、作業量に応じて一定の報酬が支払われます。

権利擁護・生活支援

◆地域福祉権利擁護事業

認知症や障害のある方等が、地域社会での生活が続けられるよう、契約に基づいた福祉サービスの利用援助の支援をしています。

- ・福祉サービスの利用支援
- ・日常的金銭管理サービス
- ・重要書類等の預かりサービス

問い合わせ 社会福祉協議会権利擁護センター「あんしんサポート文京」
（本郷4-15-14・文京区民センター4階） 3812-3156

◆ 成年後見制度

認知症等で判断能力が不十分な方の権利と財産を法律的に保護し、支援する制度です。財産管理や契約などの支援をします。次の2種類の方法があります。

- ・ **法定後見人** すでに本人の判断能力が不十分な場合に、裁判所が後見人等の適格者を決定する制度

相談・支援窓口

- * 制度の内容説明・利用に関する支援
：社会福祉協議会権利擁護センター「あんしんサポート文京」(本郷4-15-14・文京区民センター4階) 3812-3156
- * 制度の詳細な説明を受けたい
：家庭裁判所 <http://www.courts.go.jp/tokyo-f/> 法務省民事局 3580-4111
- ・ **任意後見人** 将来、判断能力が低下した時に備え、予め任意後見人を指定しておく制度

相談・支援窓口

- * 制度の内容説明・利用に関する支援
：社会福祉協議会権利擁護センター「あんしんサポート文京」(本郷4-15-14・文京区民センター4階) 3812-3156
- * 任意後見契約公正証書作成の説明を受けたい：文京公証役場(文京シビックセンター8階) 3812-0438

◆ 生活福祉資金貸付制度

所得が低い世帯に対して、定利あるいは無利子で資金を貸し付けたり、必要な援助指導を行ったりして、経済的自立や生活意欲の向上促進、在宅福祉や社会参加を促し、世帯の安定した生活を確保するための制度です。

問い合わせ 社会福祉協議会総務係(本郷4-15-14・文京区民センター4階) 3812-3040

◆ 子どもの就学資金

世帯の経済状況により、子どもの就学に関する費用の支援が必要な場合は、国の制度として日本政策金融公庫が行っている「国の教育ローン」、日本学生支援機構奨学金などがあり、各都道府県や学校でも奨学金や学資免除を受けられる場合があります。

問い合わせ 国の教育ローンコールセンター：0570-008656(ハローコール)
日本学生支援機構 <http://www.jasso.go.jp/>

◆ 生活保護制度

本人または家族等の申請に基づき、生活に困っている人への最低限度の生活を保障し、自立を助けることを目的としています。

- ・ 世帯全体が、持っている資産や能力を活用しても、なお生活が困窮している。
- ・ 親族から援助を受けることができる場合は、そちらが優先される。

相談窓口 生活福祉課相談係(文京シビックセンター9階) 5803-1216

日常生活支援

◆ 介護保険サービス

40歳以上の方であれば、特定疾患として介護保険を利用できます。介護サービスを利用した時は、費用の1割～3割の自己負担があります。まず、認定申請をして、介護度が判定されてから介護度によって利用できるサービス量が決まります。

- ・ 訪問介護(ホームヘルプサービス) ・ 通所介護(デイサービス) ・ 訪問看護
- ・ 通所リハビリテーション(デイケア) ・ 短期入所生活介護 ・ 短期入所療養介護(ショートステイ)等

問い合わせ 介護保険課介護保険相談係(文京シビックセンター9階) 5803-1383

申請窓口 介護保険課認定調査係(文京シビックセンター9階) 5803-1377
高齢者あんしん相談センター(地域包括支援センター) P.7へ

◆ 障害福祉サービス

障害のある方が地域で安心して暮らし続けることができるよう、障害者総合支援法による様々なサービスがあります。

- ・ 居宅介護(ホームヘルプサービス) ・ 行動援護 ・ 就労継続支援 ・ 短期入所(ショートステイ)等

問い合わせ 身体障害者手帳をお持ちの方：障害福祉課身体障害者支援係(文京シビックセンター9階) 5803-1219
精神保健福祉手帳をお持ちの方：予防対策課精神保健係(文京シビックセンター8階) 5803-1847