

# 認知症あんしんガイド (愛川町認知症ケアパス)



認知症は、年をとれば誰もがいずれなる病気です。

自分や身近な人に認知症が疑われる症状が現れたとき、どうしたらいいのかと漠然とした不安を感じる方も多いのではないのでしょうか。

認知症はその時々の状態に合わせた適切な対応をしていく事で、その人らしく穏やかな暮らしを続けることができます。認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族が、あんしんして暮らしていくための手がかりとなるように、『認知症あんしんガイド(愛川町認知症ケアパス)』を作成しました。

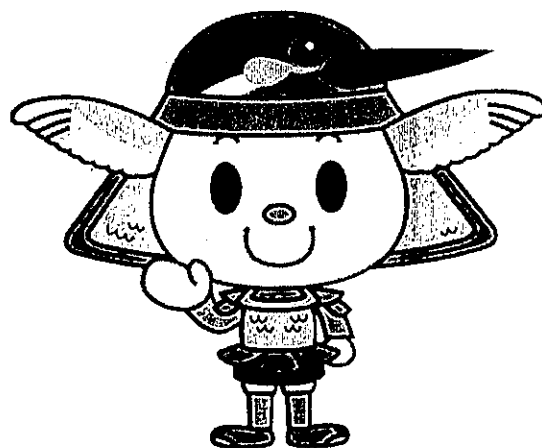
住み慣れた地域であんしんして暮らし続けるために、ぜひご活用ください。

愛川町 / 愛川町社会福祉協議会

令和4年 4月 1日

# 目次

|                     |    |
|---------------------|----|
| 1. 認知症とは            | 1  |
| 2. 認知症に早く気づくことが大事！  | 1  |
| 3. 認知症を引き起こす主な病気    | 1  |
| 4. 認知症の症状           | 2  |
| 5. 認知症簡易チェック        | 3  |
| 6. 認知症の治療           | 4  |
| 7. 認知症の人と接するときの原則   | 4  |
| 8. 認知症の進行に合わせた対応    | 6  |
| 9. 認知症の進行に応じたサービス一覧 | 8  |
| 10. ケアパスの各種サービスについて | 10 |
| 11. 編集者・事務局         | 19 |





# 1. 認知症とは？

認知症とは、記憶障がいやさまざまな状況に対する判断が不適切になるなど、日常生活を送る上での支障が少しずつ増えていく脳の病気です。

## 2. 認知症に早く気づくことが大事！

認知症を引き起こす病気の中には、早めに治療すれば治る病気や進行を遅らせることが可能な病気の場合があります。認知症も他の病気と同じように、早期診断と早期治療が非常に大切です。

認知症に初めに気付く可能性が高いのは、医師でもケアマネジャーでもなく、自分自身や家族・友人などです。「いつも同じ探し物をしている」「日時や場所を間違える」などの物忘れが現れたときや、それまでできていたことができなくなった時には、認知症を疑ってください。

➡ 3ページ認知症簡易チェックへ

## 3. 認知症を引き起こす主な病気

### □ アルツハイマー病

認知症の中で最も多く、全体の約50%を占める認知症です。脳内にアミロイドβやタウと呼ばれる特殊なたんぱく質が蓄積し、神経細胞のネットワークが壊れて死んでしまうことで脳が萎縮すると考えられています。比較的早い段階から記憶障害、見当識障害のほか、不安・うつ・妄想が出やすくなります。

### □ レビー小体型認知症

脳内に「レビー小体」という特殊な物質が蓄積された結果、脳の細胞が損傷をうけて発症する認知症です。パーキンソン症状(手足のふるえ、筋肉の硬直)や幻視(その場に無いようなものがあるように見える)を伴い、症状の変動が大きいのが特徴です。

### □ 脳血管性認知症

脳梗塞・脳出血、脳動脈硬化などのために、神経の細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、その部分の神経細胞が損傷することで脳の機能が低下し、意欲が低下したり複雑な作業ができなくなったりします。

### □ 前頭側頭型認知症

司令塔と言われる前頭前野を中心に障がいされるため、「我慢をする」「遠慮をする」「人を思いやる」という社会性を失い、「わが道を行く」行動をとる特徴があります。

### □ その他

クロイツフェルト・ヤコブ病、AIDSなどの感染症やアルコール中毒も、認知症の原因となる病気です。

## 4. 認知症の症状

認知症になると記憶力や判断力などが衰えます。これが認知症という病気の本質なので「中核症状」といいます。中核症状が原因となり、周囲にうまく適応できずに起こるものを「周辺症状」といいます。

### 中核症状

- 記憶障害 .....新しいことが覚えられない。覚えたことも思い出せない。
- 見当識障害 .....時間、日付、季節、場所、人間関係がわからない。
- 理解・判断力障害 .....2つ以上のことを同時に処理できない。変化に対応できない。
- 実行機能障害 .....計画を立てて、段取りすることができない。

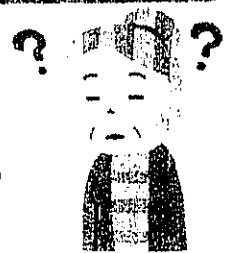


中核症状に加え、不安やあせり、心身の不調、周囲の環境、本人の性格、周囲の適切でない対応などが影響します。

### 周辺症状

- うつ状態(引っ込み思案になる。興味・関心が薄れる。自信をなくし全てが面倒になる。)
- 日常生活の動作に支障が出る(トイレの場所がわからない。衣類の着脱に手間取る。)
- 妄想(しまい忘れをきっかけに誰かに盗られたと思い込む。)
- 徘徊(目的がわからないまま外を歩き回る。帰る場所がわからない。)

など



## 加齢によるもの忘れと認知症による記憶障害の違い

### 加齢によるもの忘れ

- 体験の一部が思い出せない
- 目の前の人の名前が思い出せない
- 物の置き場所を思い出せないことがある
- 何を食べたか思い出せない
- 約束の時間をうっかり忘れてしまった
- 物覚えが悪くなったように感じる
- 曜日や日付を間違えることがある

### 認知症による記憶障害

- 体験したことの全体を忘れている
- 目の前の人が誰なのかわからない
- 置き忘れ・紛失が頻繁になる
- 食べたこと自体を忘れている
- 約束したこと自体を忘れる
- 数分前の記憶が残らない
- 月や季節を間違えることがある

## 5. 認知症簡易チェック

該当する項目に○をつけてください

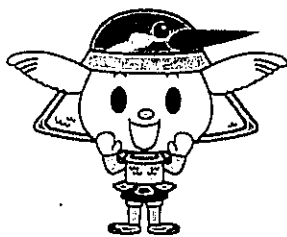
| 質問項目                      | ほとんどない | 時々ある | 頻繁にある |
|---------------------------|--------|------|-------|
| 同じ話を無意識に繰り返す              | 0点     | 1点   | 2点    |
| 知っている人の名前が思い出せない          | 0点     | 1点   | 2点    |
| 物のしまい場所を忘れる               | 0点     | 1点   | 2点    |
| 漢字を忘れる                    | 0点     | 1点   | 2点    |
| 今しようとしていることを忘れる           | 0点     | 1点   | 2点    |
| 器具の使用説明書を読むのを面倒がる         | 0点     | 1点   | 2点    |
| 理由もないのに気がふさぐ              | 0点     | 1点   | 2点    |
| 身だしなみに無関心である              | 0点     | 1点   | 2点    |
| 外出をおっくうがる                 | 0点     | 1点   | 2点    |
| 物(財布など)が見当たらないことを他人のせいにする | 0点     | 1点   | 2点    |
| 該当する項目の点数を合計してください        | 合 計： 点 |      |       |

0～8点 …… 正常

9～13点 …… 要注意

14～20点 …… 病的(専門医で診断を)

大友式認知症予測テスト(認知症予防財団HPより)  
本テストは認知症のごく初期、認知症の始まり、あるいは認知症に進展する可能性のある状態を、対象者自身、あるいは配偶者または同居者などが簡単に予測できるように考案されたものである。



愛川町のホームページでも認知症簡易診断ができます。  
QRコードをスマートフォンなどでチェック！  
⇒認知症簡易診断システム

## 6. 認知症の治療

認知症の初期ほど、専門の医療機関への受診が大切です。

認知症の診断は初期ほどむずかしく、熟練した技術と高度な検査機器を要する検査が必要となります。専門の医療機関への受診が不可欠です。

～早い時期に受診することのメリット～

- 病気が理解できる時点で受診し、少しずつ理解を深めていけば生活上の障がいや軽減でき、その後のトラブルを減らすこともできます。
- 生活上の障がいの軽いうちに後見人を決めておく(任意後見制度)等の準備をしておけば、認知症であっても自分が願う生き方を全うすることが可能です。



### アルツハイマー病

早期ほど、薬で進行を遅らせることができます。初期から使い始めると、健康な時間を長くすることも可能になります。

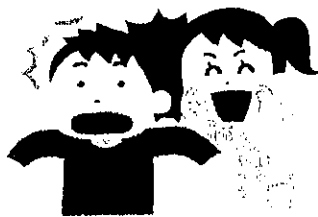
### 脳血管性認知症

治療は可能です。薬や身体活動を高めるリハビリテーション、脳梗塞など、脳血管性認知症の原因となる病気の再発防止などにより、進行を止める可能性が高くなります。

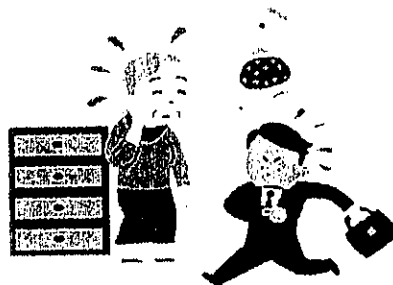
## 7. 認知症の人と接するときの原則

認知症の人への対応には、認知症に伴う認知機能低下があることを、正しく理解していることが必要です。そして、偏見を持たず、認知症は自分達の問題であるという認識を持ち、認知症の人を支援するという姿勢が大切です。

認知症の人と接するときの基本姿勢



驚かせない



急がせない



自尊心を傷つけない

## 認知症の人に接するときの7つのポイント



### 1 まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人や他の人に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。近づきすぎたり、じろじろ見たりするのは禁物です。

### 2 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

### 3 声をかけるときは一人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけます。

### 4 後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいましたか?」「こちらでゆっくりどうぞ」など、優しく声をかけましょう。

### 5 目線を合わせて優しい口調で

小柄な方の場合、体を低くして目線を同じ高さにして対応します。

### 6 おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくり、はっきりと話すように心がけます。早口、大声、甲高い声で、まくしたてないこと。その土地の方言で、コミュニケーションをとることも大切です。

### 7 相手の言葉に耳を傾け、ゆっくり対応する

認知症の人は急がされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応を伺いながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って、推測・確認していきます。

## 8. 認知症の進行に合わせた対応

### ①認知症の疑い

#### 〔特徴〕

もの忘れはあるが、金銭管理や買物、書類作成などを含め、日常生活は自立。  
(約束を忘れることがある、たまに薬を飲み忘れる、趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなる など)



#### 〔家族や周囲の人へのアドバイス〕

- 規則正しい生活を心がけましょう。地域行事やボランティアを行うなど、社会参加を働きかけましょう。趣味を続け、散歩など運動をするように働きかけましょう。
- 認知症に関する正しい知識や理解を深めましょう。(認知症サポーター養成講座など)
- 今後の生活設計(介護、金銭管理など)について、考えてみましょう。
- いつもと違う、何か様子がおかしいと思ったら、かかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう。

### ②認知症があっても日常生活は自立

#### 〔特徴〕

買い物や事務、金銭管理などにミスが見られるが、日常生活はほぼ自立。  
(新しいことがなかなか覚えられない、料理の準備や手順がわからない、ゴミ出しができない、買物で小銭が使えない など)



#### 〔家族や周囲の人へのアドバイス〕

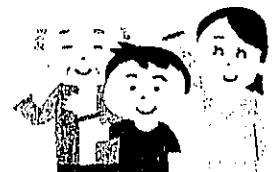
- 早目にかかりつけ医に受診し、相談しましょう。受診は、定期的に誰かが付き添い、症状・内服薬などの確認を、一緒にしましょう。
- この時期に適切な支援をすることが、将来の安定につながります。ストレスの少ない暮らしが、大変な時期を短くします。
- 本人の訴えに耳を傾けましょう。
- 無理をしない範囲で、本人ができる環境をつくりましょう。
- おりにふれて、将来のことを本人と家族で少しずつ話し合しましょう。
- 今後の生活の場や介護の役割分担を、イメージしはじめましょう。
- 家族介護者教室や認知症講座を受講し、この先の見通しを知りましょう。



認知症サポーターキャラバン

#### 認知症サポーターとは

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対して、できる範囲で手助けする「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。





### ③誰かの見守りがあれば日常生活は自立

#### 〔特徴〕

電話の応対や訪問者の対応などが一人では困難。

(たびたび道に迷う、薬の飲み忘れが目立つ、電子レンジが使えない、着替えや入浴を嫌がる、文字が上手にかけない)

#### 〔家族や周囲の人へのアドバイス〕

- 医療の支援が必要です。本人だけで受診すると、医師の説明がよくわからず、服薬の管理ができない場合があるため、誰かが付き添いましょう。
- 介護サービスや福祉サービスの手を借りましょう。
- さりげないフォローを心がけ、「気持ちを傷つけない」事を第一に考えましょう。



### ④日常生活に手助け、介護が必要

#### 〔特徴〕

着替えや食事、トイレがうまくできなくなり、声かけや誘導が必要。

脳の障がいが増進し、身体機能の低下が目立ち、体調を崩しやすくなる。

(自分がいる場所がわからず家に帰れない、家族の顔や名前を忘れる、食べ物でない物を口に入れる)

#### 〔家族や周囲の人へのアドバイス〕

- 家族で抱え込まず、専門医に相談しましょう。
- 自分の不調を上手に伝えられないため、周囲がサインを見逃さないように注意しましょう。
- 家族が一步下がって、冷静に事態を把握し、介護者自身の健康管理に、気をつけましょう。



### ⑤常に介護が必要

#### 〔特徴〕

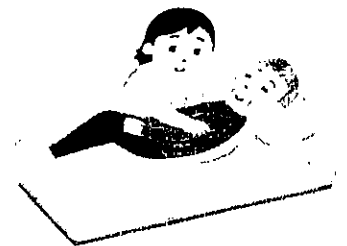
自力で歩くことが困難になり、車椅子や寝たきりの状態になる。

意思の疎通が困難になり、自分の要求を上手に表現できなくなります。

(尿や便の失禁、一人で食事がとれない)

#### 〔家族や周囲の人へのアドバイス〕

- 言葉以外のコミュニケーション(スキンシップや表情、しぐさから気持ちをくみ取る)を、心がけましょう。
- 食べ物を飲み込む、痰を吐き出すことが上手にできません。気管に食べ物が入ったり、口の中の雑菌が肺に入って、肺炎を起こしやすくなります。
- 医療や介護の専門職と、看取りに備えた相談をしておきましょう。



# 9. 認知症の進行に応じたサービス一覧

## 認知症ケアパス

| 支援の内容      | 認知症の進行レベル<br>認知症の疑い  | 認知症があっても<br>日常生活は自立  |
|------------|--|--|
| 介護予防・悪化予防  | 各種介護予防教室④<br>高齢者いきいきサロン⑤<br>ミニデイサービス⑥<br>認知症カフェ⑦                 | 各種介護予防教室④<br>高齢者いきいきサロン⑤<br>ミニデイサービス⑥<br>認知症カフェ⑦<br>デイケア⑧ デイサービス⑭            |
| 他者とのつながり支援 | 高齢者いきいきサロン⑤<br>ミニデイサービス⑥<br>認知症カフェ⑦<br>老人クラブ⑫<br>会食サービス⑬         | 高齢者いきいきサロン⑤<br>ミニデイサービス⑥<br>認知症カフェ⑦<br>老人クラブ⑫<br>デイケア⑧ デイサービス⑭               |
| 仕事・役割支援    | 自治会活動⑭<br>ボランティア⑮<br>シルバー人材センター⑯                                 | 自治会活動⑭<br>ボランティア⑮<br>シルバー人材センター⑯   |
| 安否確認・見守り   | 一人暮らし高齢者登録⑰<br>災害時要援護者登録⑱<br>見守りあいねっと⑲<br>配食サービス⑳<br>緊急通報システム㉑   | 一人暮らし高齢者登録⑰<br>災害時要援護者登録⑱<br>見守りあいねっと⑲<br>配食サービス⑳<br>緊急通報システム㉑               |
| 生活支援       | 配食サービス⑳<br>寝具殺菌乾燥サービス㉒<br>ボランティア⑮<br>シルバー人材センター⑯                 | 配食サービス⑳<br>寝具殺菌乾燥サービス㉒<br>ボランティア⑮<br>シルバー人材センター⑯                             |
| 身体介護       |  |  |
| 医療         | かかりつけ医㉓<br>かかりつけ薬局㉔<br>認知症疾患医療センター㉕                              | かかりつけ医㉓<br>かかりつけ薬局㉔<br>認知症疾患医療センター㉕<br>訪問看護㉖                                 |
| 家族支援       | 地域包括支援センター①<br>在宅介護支援センター②<br>認知症カフェ⑦<br>家族介護者交流㉗<br>認知症コールセンター③ | 地域包括支援センター①<br>在宅介護支援センター②<br>ケアマネジャー㉘<br>認知症カフェ⑦<br>家族介護者交流㉗<br>認知症コールセンター③ |
| 緊急時支援      | かかりつけ医㉓<br>認知症疾患医療センター㉕  | かかりつけ医㉓<br>認知症疾患医療センター㉕<br>ショートステイ㉙<br>小規模多機能型居宅介護㉚                          |
| 住まい・施設     | サービス付高齢者住宅㉛<br>有料老人ホーム㉜  | サービス付高齢者住宅㉛<br>有料老人ホーム㉜  |

認知症の進行レベルに応じて利用できるサービスについて記載しています。

(一部サービス名の省略や通称を使用しています。)

※各サービスの説明は10ページ以降に記載

| 誰かの見守りがあれば<br>日常生活は自立  | 日常生活に手助け、<br>介護が必要   | 常に介護が必要   |
|--|--|---|
| デイケア⑧ デイサービス⑲<br>小規模多機能型居宅介護⑳<br>訪問リハビリテーション⑨<br>訪問看護⑩<br>居宅療養管理指導⑪          | デイケア⑧ デイサービス⑲<br>小規模多機能型居宅介護⑳<br>訪問リハビリテーション⑨<br>訪問看護⑩<br>居宅療養管理指導⑪          | デイケア⑧ デイサービス⑲<br>小規模多機能型居宅介護⑳<br>訪問リハビリテーション⑨<br>訪問看護⑩ 居宅療養管理指導⑪<br>訪問介護㉕ 訪問入浴介護㉖ |
| 高齢者いきいきサロン⑤<br>認知症カフェ⑦<br>デイケア⑧ デイサービス⑲<br>小規模多機能型居宅介護⑳                      | デイケア⑧ デイサービス⑲<br>小規模多機能型居宅介護⑳  | デイケア⑧ デイサービス⑲<br>小規模多機能型居宅介護⑳   |
| /  | /  | /   |
| 一人暮らし高齢者登録⑰<br>災害時要援護者登録⑱<br>見守りあいねっと⑲配食サービス㉒<br>はいかいSOS㉓<br>はいかい高齢者みまもりシール㉔ | 一人暮らし高齢者登録⑰<br>災害時要援護者登録⑱<br>見守りあいねっと⑲配食サービス㉒<br>はいかいSOS㉓<br>はいかい高齢者みまもりシール㉔ | 災害時要援護者登録⑱<br>見守りあいねっと⑲<br>はいかいSOS㉓<br>はいかい高齢者みまもりシール㉔                            |
| 配食サービス㉒<br>寝具殺菌乾燥サービス㉔<br>訪問介護㉕<br>小規模多機能型居宅介護⑳                              | 配食サービス㉒<br>寝具殺菌乾燥サービス㉔<br>訪問介護㉕<br>小規模多機能型居宅介護⑳                              | 配食サービス㉒<br>寝具殺菌乾燥サービス㉔<br>訪問介護㉕<br>小規模多機能型居宅介護⑳                                   |
| デイケア⑧ デイサービス⑲<br>訪問介護㉕ 訪問入浴介護㉖<br>小規模多機能型居宅介護⑳                               | デイケア⑧ デイサービス⑲<br>訪問介護㉕ 訪問入浴介護㉖<br>小規模多機能型居宅介護⑳                               | デイケア⑧ デイサービス⑲<br>訪問介護㉕ 訪問入浴介護㉖<br>小規模多機能型居宅介護⑳                                    |
| かかりつけ医㉙<br>かかりつけ薬局㉚<br>認知症疾患医療センター㉛<br>訪問看護⑩                                 | かかりつけ医㉙<br>かかりつけ薬局㉚<br>認知症疾患医療センター㉛<br>訪問看護⑩                                 | かかりつけ医㉙<br>かかりつけ薬局㉚<br>認知症疾患医療センター㉛<br>訪問看護⑩                                      |
| 地域包括支援センター①<br>ケアマネジャー⑳<br>認知症カフェ⑦<br>家族介護者交流㉔<br>認知症コールセンター③                | 地域包括支援センター①<br>ケアマネジャー⑳<br>認知症カフェ⑦<br>家族介護者交流㉔<br>認知症コールセンター③                | 地域包括支援センター①<br>ケアマネジャー⑳<br>家族介護者交流㉔<br>認知症コールセンター③<br>紙オムツ等購入助成㉗<br>家族介護者支援事業等㉘   |
| かかりつけ医㉙<br>認知症疾患医療センター㉛<br>ショートステイ㉜<br>小規模多機能型居宅介護⑳                          | かかりつけ医㉙<br>認知症疾患医療センター㉛<br>ショートステイ㉜<br>小規模多機能型居宅介護⑳                          | かかりつけ医㉙<br>認知症疾患医療センター㉛<br>ショートステイ㉜<br>小規模多機能型居宅介護⑳                               |
| サービス付高齢者住宅㉟<br>有料老人ホーム㉠<br>グループホーム㉡  | サービス付高齢者住宅㉟<br>有料老人ホーム㉠<br>グループホーム㉡<br>介護老人保健施設㉣<br>介護老人福祉施設㉤                | サービス付高齢者住宅㉟<br>有料老人ホーム㉠<br>グループホーム㉡<br>介護老人保健施設㉣<br>介護老人福祉施設㉤                     |

## 10. ケアパスの各種サービスについて

認知症ケアパス（P8～9）の各種サービスについて、支援の内容ごとに、以下に説明を掲載しています。サービスの詳細が知りたい場合には、高齢介護課または地域包括支援センターまでご相談下さい。

### (1) 相談窓口等

#### ① 地域包括支援センター

高齢者が安心して安定した生活ができるよう相談・支援を行う総合機関です。

| 相談機関              | 電話番号                         | 相談時間等  |
|-------------------|------------------------------|--|
| 愛川町<br>地域包括支援センター | 046-285-5000<br>(介護相談専用ダイヤル) | 月曜から金曜<br>8時30分から17時15分<br>(祝日,12月29日～1月3日を除く) |

#### ② 在宅介護支援センター

高齢者の方が安心して在宅で生活ができるよう、在宅介護の総合的な相談や助言を行います。独り暮らし高齢者の方等に家庭訪問を実施し、生活相談を行います。

| 相談機関                 | 電話番号                 | 担当地区                              |
|----------------------|----------------------|-----------------------------------|
| 志田山ホーム<br>在宅介護支援センター | 046-281-4313<br>(代表) | 川北、宮本、原臼、両向、細野、三増、小沢、大塚           |
| 在宅介護支援センター<br>ミノワホーム | 046-285-3535<br>(代表) | 箕輪、春日台、六倉、下谷八菅山、二井坂、半縄、桜台、桜台団地、坂本 |
| 在宅介護支援センター<br>せせらぎ   | 046-281-4165<br>(代表) | 田代、角田、上熊坂、熊坂                      |

#### ③ 認知症コールセンター

認知症の方や、そのご家族のための認知症に関する電話相談窓口です。

|   |   |
|---|---|
| かながわ認知症コールセンター（公益社団法人 認知症の人と家族の会神奈川県支部） |   |
| ☎0570-0-78674<br>(なやむことなし)              | 月、水曜 10時から20時<br>土曜 10時から16時<br>(12月29日から1月3日を除く) |

## (2)介護予防・悪化予防

### ④ 各種介護予防教室

介護が必要になる可能性のある高齢者などを対象に、高齢介護課や社会福祉協議会などにより、「認知症予防」「運動器の機能向上」「栄養改善」「口腔機能向上」などを目的とした、さまざまな介護予防教室を開催しています。

### ⑤ 高齢者いきいきサロン

仲間作りや交流を目的に、地域の皆さまが自発的に自由な発想で実施している集まりの場です。ボランティアの支援のもと、一人暮らしの方や家に閉じこもりがちの方などが、公民館や児童館など気軽に出かけられる場所で、一緒に食事をしたり、お茶を飲みながらおしゃべりをしたりすることで、地域でいきいきと元気に暮らせることを目指しています。

### ⑥ ミニデイサービス

単独での外出が困難で自宅に閉じこもりがちな虚弱高齢者や軽度の認知症高齢者を対象に、町内老人福祉センターを会場に、レクリエーションや体操などを通じ、心身機能の向上を図ります。

### ⑦ 認知症カフェ

認知症の人やその家族、専門家、地域の住民などが気軽に集える場です。

#### 認知症予防カフェ

毎月第3火曜日

10:00～12:30

OPEN

会場：Town・cafeあい

(春日台3-6-28)

参加費：300円（ドリンク付）

認知症または認知症予備軍と診断された方と、その介護をしている方、認知症に関心のある方が、気兼ねなくおしゃべりしたり、リラックスできる場所として開催されています。



#### 認知症予防カフェin半原

毎月第3金曜日

10:00～12:00

OPEN

会場：パスタカフェ“ルーシー”

(半原教会裏)

参加費：茶菓代300円

ハーモニカの伴奏で歌を歌ったり、脳と体を使った体操をしたり、おしゃべりを楽しんだりして脳を活性化します。認知症予防に関心のある方、認知症の方、ご家族の方どなたでも歓迎です。



⑧ 通所リハビリテーション（デイケア）

介護老人保健施設や診療所、病院において、日常生活の自立を助けるために理学療法、作業療法その他必要なリハビリテーションを行い、利用者の心身機能の維持回復を図るサービスです。

⑨ 訪問リハビリテーション

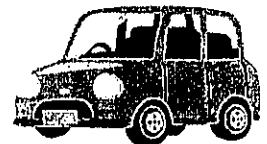
医師の指示に基づき、理学療法士や作業療法士等が利用者の居宅を訪問し、利用者の心身の維持回復および日常生活の自立を助けるために、理学療法、作業療法、その他必要なリハビリテーションを行うサービスです。

⑩ 訪問看護

医師の指示に基づき、看護師等が利用者の居宅を訪問し、健康チェック、療養上の世話または必要な診療の補助を行うサービスです。

⑪ 居宅療養管理指導

在宅で療養していて、通院が困難な利用者へ医師、歯科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士などが家庭を訪問し、療養上の管理や指導、助言等を行うサービスです。



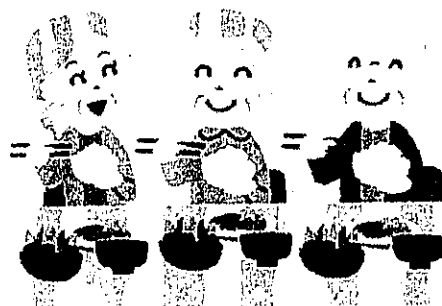
③ 他者とのつながり支援

⑫ 老人クラブ

地域を基盤とした高齢者の自主的組織で、60歳以上の方であればどなたでも入会できます。地域での仲間作りを通じた生きがいと健康づくりを目的に、スポーツや文化活動、友愛訪問活動（寝たきり高齢者やひとり暮らし高齢者の見守り訪問）など、地域ごとに様々な活動を行っています。

⑬ 会食サービス（やまゆり会）

65歳以上のひとり暮らし高齢者（介護認定者を除く）を対象とした昼食会です。年10回程度、半原老人福祉センターなどで昼食会を開き、交流を深めています。



#### (4) 仕事・役割支援

##### ⑭ 自治会活動

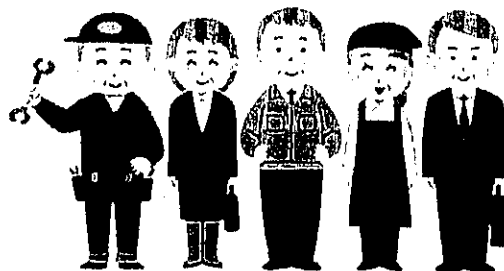
町民の安心・安全と地域の発展のため、日頃からさまざまな活動に取り組む、地域の皆さんによって、自主的に組織された団体です。

##### ⑮ ボランティアセンター

ボランティア活動を希望する人、ボランティアに協力を求めたい人のための相談窓口です。ボランティアの紹介のほか、ボランティア育成のための研修や、ボランティア団体などの活動支援を行っています。

##### ⑯ シルバー人材センター

高齢者が働くことを通じて生きがいを得ると共に、地域社会の活性化に貢献する組織です。健康で働く意欲のある高齢者(原則として60歳以上)の希望に応じた、臨時的かつ短期的又はその他軽易な仕事を組織的に把握し、就業の機会を提供しています。



#### (5) 安否確認・見守り

##### ⑰ ひとり暮らし高齢者等世帯登録制度

在宅の65歳以上の方のうち、見守りをはじめとする日常生活に必要な支援を希望される方や、そのご家族の方が、支援に必要な情報をあらかじめ町に登録していただく制度です。

登録内容をもとに、町および民生児童委員をはじめとする地域支援者が、協力して支援を行うネットワークづくりを進めています。

##### ⑱ 災害時要援護者避難支援制度

災害が発生したときに、障がいのある方や一人暮らしの高齢者などを地域で連携して支援する制度です。支援者は地域の自主防災組織や民生委員児童委員などで、援護を必要とする方に対し、日ごろからの声かけや災害時の安否確認、避難の手助けを行います。

災害時に地域での支援を受けるには、事前登録が必要です。

##### ⑲ 見守りあいねっと

地域での見守りの目を増やし、日頃から孤立死・孤独死の発生を事前に防止する取り組みです。

民間事業者と協力協定を結び、事業活動中に町民の見守りを行い、日常生活の異変を感じたり、住民の生命の危険が予見されたときには、町や警察などの関係機関に連絡する事になっています。





⑳ 配食サービス

町内に居住し、病気や障がい等の理由で自分の支度をするのが容易でない方で、家族等から食事の支援を受けることが困難な65歳以上の高齢者のみの世帯等を対象に、健康管理や食の自立支援を目的に、夕食を自宅へお届けします。 ※週3回を限度(月・水・金) 1食400円

㉑ 緊急通報システム

虚弱なひとり暮らしの高齢者の方などが、急病・緊急時に消防署や特別養護老人ホーム・老人保健施設、通報協力者に通報ができるよう、GPS機能付き携帯電話を貸与します。

㉒ はいかいSOSネットワーク登録

はいかいする高齢者の早期発見のために、事前に登録された高齢者の情報を元に、警察や近隣市町村が連携して、高齢者を検索するネットワークです。

㉓ はいかい高齢者見守りシール配布

はいかい高齢者に対し、QRコードラベルを印刷したシールをはいかい高齢者の衣類等に張り付けておくことで、はいかい高齢者を発見した方が、QRコードをスマートフォンで読み取ることでおくことで伝言機能通じて家族等に迅速に連絡を取ることができます。

## (6)生活支援

㉔ 寝具殺菌乾燥サービス

65歳以上のひとり暮らし又はねたきり・認知症の世帯登録のある高齢者を対象に、年2回以内で、寝具の殺菌乾燥を行います。1回につき、実費額の一割の利用者負担があります。

㉕ 訪問介護

訪問介護員(ホームヘルパー)が利用者の自宅を訪問して、入浴、排せつ、食事等の介護や、調理、洗濯、掃除等の家事を行うサービスです。

㉖ 小規模多機能型居宅介護

通いによるサービスを中心にして、利用者の希望などに応じて、訪問や宿泊を組み合わせ、入浴、排せつ、食事等の介護、その他日常生活上の世話、機能訓練(リハビリテーション)を行います。

## (7)居宅介護

㉗ デイサービス(通所介護、通所型サービス)

日中、デイサービスセンターなどに通い、食事、入浴、その他の必要な日常生活上の支援や、生活機能訓練などを日帰りで提供するサービスで、利用者の心身機能の維持向上と、家族の負担軽減を図ります。

㉘ 訪問入浴介護

自宅の浴槽での入浴が困難な方に対して、浴槽を積んだ入浴車が利用者の自宅を訪問し、看護職員や介護職員が入浴の介護を行うサービスです。



## (8) 医療

### ②9 かかりつけ医

健康管理や初期の治療をする身近なお医者さんのことです。認知症になる以前からの、健康状態や持病などを把握しているので、相談がスムーズに行えます。必要に応じて専門医療機関を紹介してもらうことができます。

### ③0 かかりつけ薬局

薬の効果や飲み合わせなど、薬や健康に関する疑問などについて、気軽に相談できる薬局です。顔なじみの薬剤師がいる、かかりつけ薬局を持つことで、複数の医療機関に通院している場合なども、同じ薬が重複して処方されるのを防いだり、副作用の兆候のチェックなどもしやすくなるため、より安全に薬を使うことができます。

### ③1 専門医療機関・認知症疾患医療センター

#### 専門医療機関

厚木市・愛甲地区内で認知症の確定診断を受けることができます。

#### 認知症疾患医療センター

認知症専門医療の提供と介護サービス事業者との連携を担う地域の中核機関です。

専門医療相談窓口を設け、患者、家族、医師、保健医療、福祉関係者を対象に、電話や面接による相談に対応しています。

| 神奈川県認知症疾患医療センター                |  |   |
|--------------------------------|--|---|
| 相談機関                           | 電話番号                                     | 相談時間等   |
| 厚木佐藤病院<br>専門医療相談<br>(厚木市小野759) | 046-247-1211<br>(代表)<br>046-258-6663(直通) | 月・火・木・金・土曜日<br>9時30分から16時<br>(祝日、12月29日から1月3日<br>を除く) |

#### 若年性認知症支援コーディネーター配置医療センター

若年性認知症支援コーディネーターは、受診の相談やその方のニーズに合った関係機関やサービスの紹介・調整など、ご本人や家族に寄り添いながら総合的な支援を行います。

| 神奈川県若年性認知症支援コーディネーター配置認知症疾患医療センター       |  |                   |
|---|--|-------------------|
| 相談機関                                    | 電話番号                                     | 相談時間等             |
| 湘南東部総合病院<br>(医療社会サービス部)<br>(茅ヶ崎市西久保500) | 0467-83-9111<br>(代表)<br>0467-83-9091(直通) | 月から土曜日<br>9時から17時 |

※神奈川県のホームページから抜粋しました。  
受診の際は、電話連絡を行い、予約をしてください。



## (9) 家族支援

### ③② 家族介護者交流（福寿草の会）

介護を必要とする高齢者を抱えた家族の会です。2か月に1回、定例会を開催し、情報交換を中心に、町職員をはじめ、介護の専門家を招いての勉強会、施設見学、他の自治体の介護者の会との交流会などを行っています。

### ③③ 介護支援専門員（ケアマネジャー）

利用者の生活や介護に関する相談に応じるとともに、利用者がその心身の状況等に応じ適切なサービスを利用できるよう、町、サービスを提供する事業所、施設などとの連絡調整等を行います。

### ③④ 在宅高齢者等紙おむつ等購入費助成事業

要介護認定されており、在宅介護を受けている方に対し、紙おむつ等の購入費を助成しています。（施設入所中の方、病院等に入院中の方などは除く。）所得による制限があります。

### ③⑤ 家族介護者支援事業等

〔家族介護者はり・灸・マッサージ等施術費助成〕

要介護4または5に認定されている高齢者等で、在宅で介護する家族の身体的、精神的な負担を軽減するため、介護者が利用する「はり・灸・マッサージ等施術費」の助成をします。

助成額は1,500円の助成券を年間6枚を限度に交付します。

町内のはり・灸・マッサージ等施術助成協力事業所をご利用できます。

## (10) 特給特活

### ③⑥ ショートステイ

介護保険施設等に短期間入所してもらい、食事、入浴、その他の必要な日常生活上の支援や機能訓練などを行うサービスです。一定期間、介護から解放されることで、介護者が自分の時間を持つことができたり、介護負担の軽減を図ることができます。

また、利用者家族の病気や冠婚葬祭、出張などで一時的に在宅介護が困難な時にも役に立ちます。



## （住まいる）施設

### ③⑦ サービス付高齢者住宅

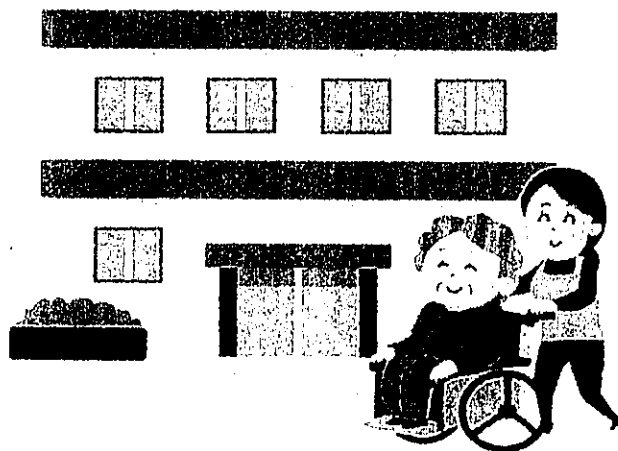
ケアの専門家による生活相談や安否確認サービスが受けられる、バリアフリー構造の住宅です。

### ③⑧ 有料老人ホーム

有料老人ホームは、高齢者が暮らしやすいように配慮した「住まい」に、食事の提供、介護の提供、洗濯・掃除等の家事、健康管理などの日常生活に必要な「サービス」が付いた「住まい」です。

### ③⑨ 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の高齢者が共同で生活する住居において、入浴、排せつ、食事等の介護、その他の日常生活上の世話、機能訓練を行います。少人数（5人～9人）の家庭的な雰囲気の中で、症状の進行を遅らせて、できる限り自立した生活が送れるようになることを目指します。



### ④⑩ 介護老人保健施設

入所者に対して、リハビリテーションなどの医療サービスを提供し、家庭への復帰を目指す施設です。利用者の状態に合わせた施設サービス計画（ケアプラン）に基づき、医学的管理のもとで、看護、リハビリテーション、食事・入浴・排せつといった、日常生活上の介護などを併せて受けることができます。

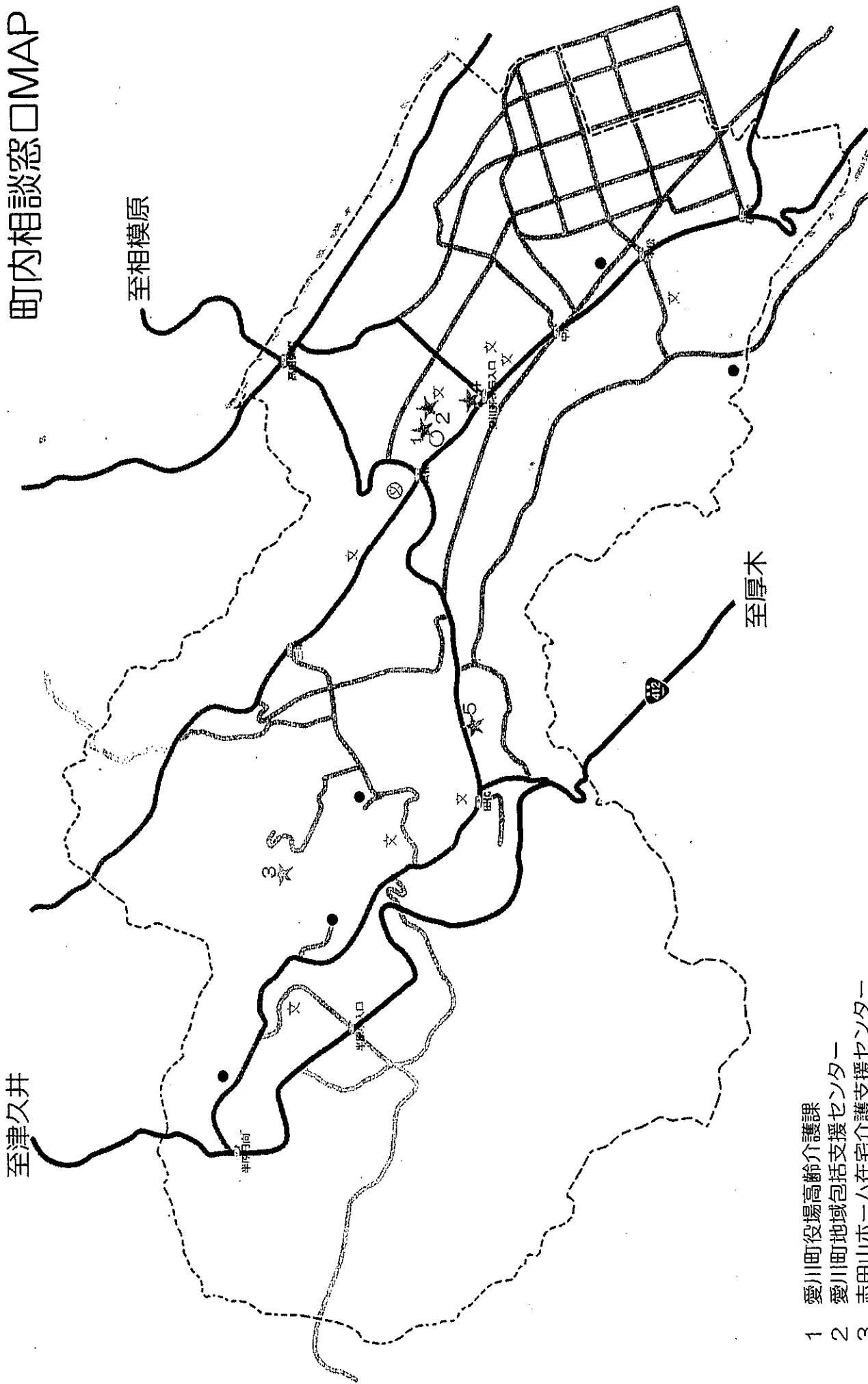
### ④⑪ 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

寝たきりや認知症などで、常に介護が必要で、自宅での生活が難しい方のための施設です。入所により、食事・入浴・排せつなどの介護、機能訓練、健康管理、療養上の世話などが受けられます。介護老人福祉施設は、老人福祉法では、特別養護老人ホームと呼ばれています。





# 町内相談窓口MAP



- 1 愛川町役場高齢介護課
- 2 愛川町地域包括支援センター
- 3 志田山ホーム在宅介護支援センター
- 4 ミノワホーム在宅介護支援センター
- 5 在宅介護支援センターせせらぎ