

# 坂東市 認知症 ケアパス

認知症になっても  
住み慣れた地域で  
暮らし続ける  
ために

## 「認知症ケアパス」 とは…

「認知症かな？」

「認知症どんな病気」

「認知症の相談先は？受診は？」

「認知症と診断されたけど、将来は？」

と思ったとき、認知症の進行状況に合わせて、  
いつ、どこで、どのような医療や介護サービス  
などが利用できるかを示した  
ガイドブックです。



坂東市のゆるキャラ  
将門くん

## はじめに

認知症とは、誰もがかかる可能性のある脳の病気です。

厚生労働省の推計では、2025年には認知症の方は全国で700万人に達し、65歳以上の5人に1人を占めるといわれています。

坂東市においても、高齢化の進展に伴い、認知症の人はさらに増加することが見込まれています。

この認知症ケアパスには、認知症を正しく理解し、認知症の状態に応じて利用できるサービスなどが掲載されています。

認知症になっても住み慣れた地域で暮らしていくために、「坂東市認知症ケアパス」をご活用ください。

## もくじ

認知症を理解する	2 ページ
認知症の早期発見・早期受診	3～5 ページ
認知症について相談したい	6 ページ
認知症予防のための生活習慣のポイント	7 ページ
認知症の方との接し方	8 ページ
認知症ケアパスの概要図	9～10 ページ
認知症の予防・支援をするサービスの内容	11～14 ページ
地域にできること	裏表紙

# 認知症を理解する

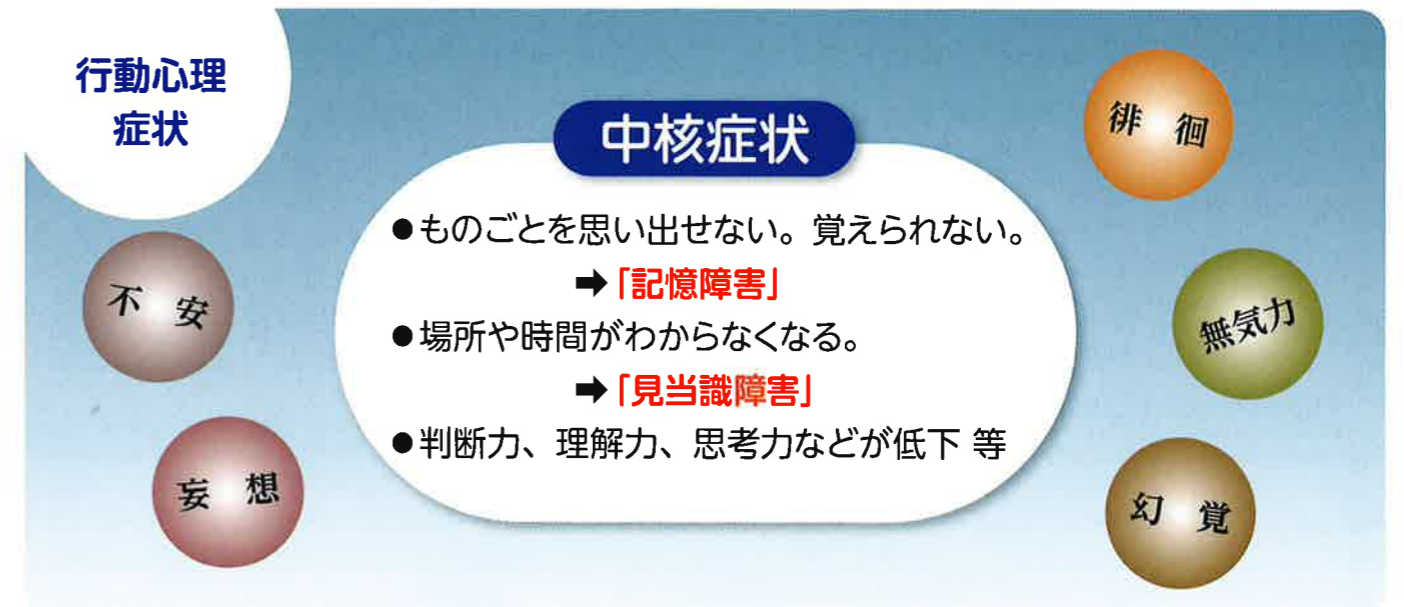
認知症は脳の病気です。さまざまな原因で徐々に脳の機能が低下し、日常生活に支障をきたします。

## 認知症を理解する

### 認知症の主な症状

認知症の症状はさまざまですが、「中核症状」と「行動心理症状」に分けられます。

- 中核症状:認知症本来の症状 → 認知症になると誰にも起こる。
- 行動心理症状:中核症状をもとに本人の性格や周囲との関わり方、環境などが関係して引き起こされる症状 → 同じ認知症でも症状が出る人と出ない人がいる。



## 「認知症」と「老化による物忘れ」の違い

日常生活の中での「物忘れ」は年齢を重ねることで誰にでも出てくるものですが、認知症は老化による「物忘れ」とは異なります。その違いを知っておくことが大切です。

認知症	老化による物忘れ
<b>体験の全部を忘れる</b> ご飯を食べた後、食べたこと自体を忘れてしまう	<b>体験の一部を忘れる</b> ご飯を食べた後、食べた物を忘れることがある
<b>物忘れの自覚がない</b> 忘れていたこと自体に気付かなくなる ヒントを出されても思い出せない	<b>物忘れの自覚がある</b> 自分で忘れっぽいことを理解している ヒントを出されたら思い出せる
<b>親しい人やなじみの場所がわからなくなる</b> 家族の顔や自宅の場所がわからなくなる	<b>親しい人やなじみのある場所は忘れない</b> 毎日一緒にいる家族や自宅の場所は忘れない
<b>性格に変化がある</b> 怒りっぽくなったり、頑固になったりする	<b>性格は変わらない</b> 性格や態度に変化はない
<b>いつも同じ服を着ている</b> 夏でも厚着している	<b>そのときどきに合わせた服を着る</b> 季節に合わせて服装を自分で選ぶ



# 認知症の早期発見・早期受診

現在、認知症を完治させる薬や治療法はありません。しかし、生活習慣病と同じように早期に発見し適切な治療・ケアを行うことで、病気の進行を遅らせることが可能です。

認知症を疑うような行動や体調の変化に気づいたら、早めの専門機関受診をお勧めします。

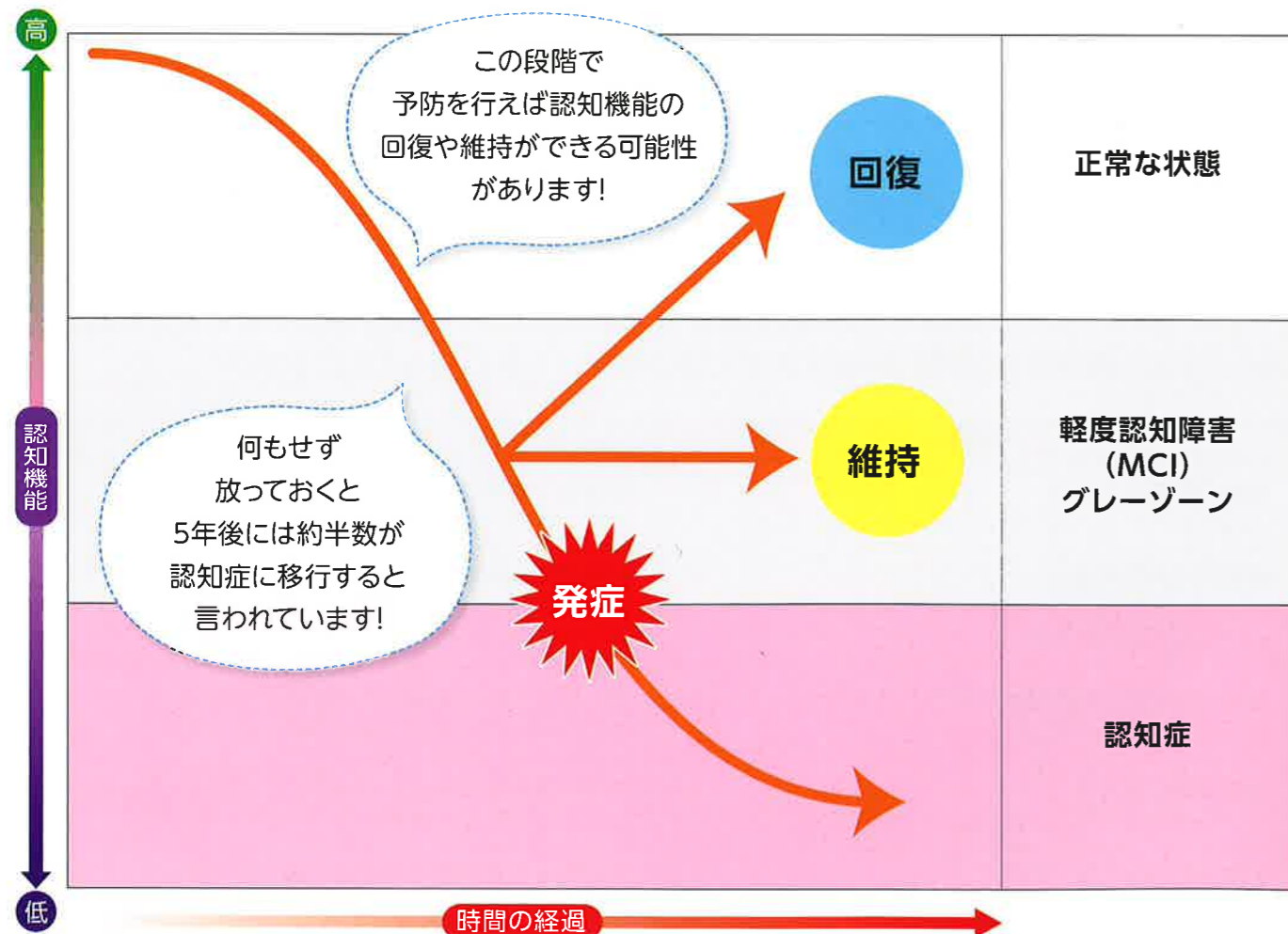
## 軽度認知障害(MCI)の発見と対処が重要です

認知症はいきなり発症するわけではなく、1歩手前のグレーゾーンがあります。その段階のことを「軽度認知障害(MCI)」といい、物忘れはあるものの日常生活には支障がほぼないのが特徴です。

軽度認知障害(MCI)は、「正常ではないけど認知症でもない状態」で「数年後に認知症に移行する可能性がある状態」を指します。近年、この段階で発見して認知症予防を行えば、認知機能の回復や、現状維持が可能になってきました。



## 認知機能低下のイメージ



## 認知症の気づきチェックリスト

「ひょっとして認知症かな?」と、気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。



項目	1点	2点	3点	4点
財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか。	まったくない	ときどきある	ひんぱんにある	いつもそうだ
5分前に聞いた話を思い出せないことはありますか。	まったくない	ときどきある	ひんぱんにある	いつもそうだ
周りの人から「いつも同じ事を聞く」など物忘れがあるとされますか。	まったくない	ときどきある	ひんぱんにある	いつもそうだ
今日が何月何日かわからないことがありますか。	まったくない	ときどきある	ひんぱんにある	いつもそうだ
言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか。	まったくない	ときどきある	ひんぱんにある	いつもそうだ
貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
一人で買い物に行けますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
電話番号を調べて、電話をかけることができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない

チェックしたら合計を計算

合計  点

※ 20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

※ かかりつけ医または、地域包括支援センター、市役所介護福祉課に相談してみましょう。

出典：「知って安心認知症」 地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター監修



## 受診のコツ

### コツ① まずはかかりつけ医に相談

かかりつけ医には、本人や家族を日頃から知っている強みがあります。必要に応じて専門医療機関を紹介してくれます。

#### 本人と家族に心強い、かかりつけ医

- 早期段階での発見や気づき
- 専門医療機関の受診の勧め、紹介
- 日常的な身体疾患の治療や健康管理
- 本人や家族の不安の理解、アドバイス
- 地域の認知症介護サービス機関との連携 など



### コツ② 気になることをまとめておく

診断に欠かせないのが、本人や家族からの情報です。本人の話はもちろん、家族からの視点、それぞれの話の食い違いなども重要な手掛かりになります。医師に伝えたい内容をまとめておくとスムーズです。

#### 事前に整理しておくポイント

- 性格や習慣などにどんな変化がいつ頃から現れたか
- 具体的に困っている症状は何か
- 日や時間帯によって変化があるか
- 既往歴(高血圧や糖尿病など)があるか
- 飲んでいる薬と、その服用期間 など



### コツ③ 受診を促すための声掛け例

本人に 自覚がある	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ずっと元気でいてほしいから受診してください</li> <li>● 早く発見できたらよくなったり、進行を遅らせたりできるかもしれないよ</li> <li>● 心配だし、なにかの病気かもしれないから検査にいきましょうよ</li> </ul>
本人に 自覚がない	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 私の健康診断に付き合ってくれませんか</li> <li>● 一緒に健康状態をチェックしに行きましょう</li> <li>● 検診の案内が来ているので受けに行きましょう</li> </ul>



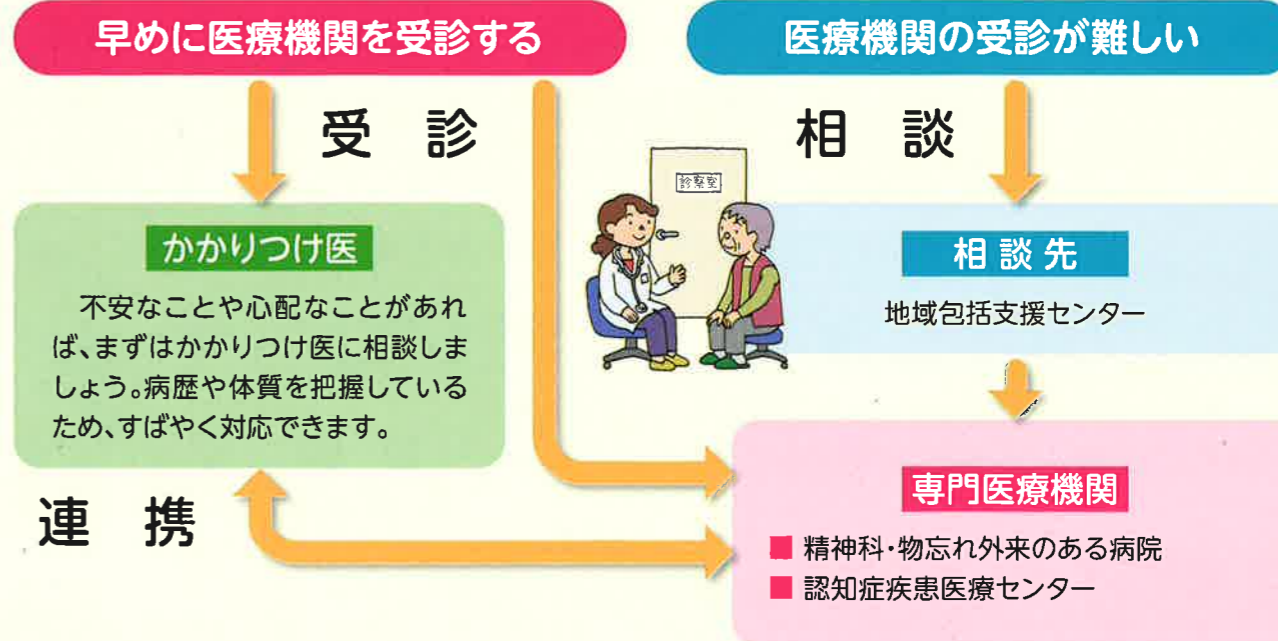
### 本人が受診を拒んだら

認知症は、新しく体験したことを忘れてしまう症状があります。それゆえ、物忘れをしていること自体を、しっかりと自覚しづらいことが少なくありません。周囲の人が受診を勧めても、「自分はどこもおかしくないから病院に行く必要はない」と頑なに拒むことがあります。

自分ではおかしいと思っていないのに周囲から何度も受診を勧められたり、強引に病院に連れて行かれそうになれば、自尊心を傷つけられ、不信感をあおることになり、さらに受診が困難になる恐れもあります。

どうしても受診してくれない時は、本人が一番信頼している人や同居以外の家族、かかりつけ医から勧めってもらう方法や、家族だけで専門医療機関の外来を訪れて相談する方法もあります。

## 認知症について相談したい



#### 地域包括支援センター

名称	住所/電話番号	担当圏域
北部地域包括支援センター 社会福祉協議会	山2721 0280-82-1284	七重、生子营、逆井山、沓掛、内野山
南部地域包括支援センター ハートフル広命	小山258 0297-38-2161	飯島、神大実、七郷、中川(長谷一区を含む)、長須
中央地域包括支援センター	岩井4365 0297-21-2193	岩井第一、岩井第二(長谷一区を除く)、弓馬田

#### 精神科・物忘れ外来のある病院

病院名	住所/電話番号	診療科名	診察日・外来受付時間	備考
ホスピタル坂東	坂東市沓掛411 0297-44-2000	こころの診療科	月～金 8:30～16:30 土 8:30～12:00	*予約制
きぬ医師会病院	常総市新井木町13-3 0297-23-1771	忘れんぼう外来	午前 8:30～11:30 午後 13:30～16:00	*まずはお問い合わせください
水海道厚生病院	常総市内守谷町3770-7 0297-27-0721	精神科	午前 8:30～11:30 午後 13:30～15:00	*完全予約制
茨城西南医療センター病院	猿島郡境町2190 0280-87-8111	神経内科	午前 8:30～11:00 午後 12:00～15:00	

#### 認知症疾患医療センター

病院名	住所	電話番号	相談窓口	受付時間
日本赤十字社 古河赤十字病院	古河市 下山町1150	0280-23-7121	認知症相談窓口	平日 / 9:00～16:00 土曜日(第1・3・5) / 9:00～12:00



# 認知症予防のための生活習慣のポイント

現段階では、認知症の予防に効果があることがわかっているのは運動ですが、それ以外でも食事や睡眠など、生活習慣に気をつけたり、脳を活性化する活動をすることが予防に効果があると考えられています。認知機能の改善も期待できます。

## ポイント① 運動(身体活動)など、積極的に体を動かしましょう

ウォーキングや水泳、ジョギング、サイクリングなどの有酸素運動が適しています。近年、骨格筋の収縮によってマイオカイン(myokine)という生理活性物質が分泌され、脳や全身に良い効果を与えることも分かっています。少なくとも2日に1度、20~60分程度行いましょう。



## ポイント② バランスのとれた食事を心がけましょう

食事のポイントとしてはいろいろまんべんなく食べる。ほかに、次のようなものが挙げられます。

### 青背の魚を食べる

イワシ、アジ、サケなど



### 緑黄色野菜をたくさんとる

小松菜、ブロッコリー、ニンジン、ホウレンソウ、モロヘイヤなど



### よくかんで食べる

よくかむことは消化によいだけでなく、脳の血流を増やし、脳の刺激にもなります。



### 水分補給を忘れずに

脱水症状にならないように、1日1~1.5リットルを目安に水分をとりましょう。



### 飲むなら1合程度に

アルコールを飲むなら、日本酒換算で1合程度にしておきましょう。



## ポイント③ 生活リズムをととのえましょう

朝起きたら朝日を浴び、食事や睡眠の時間など規則正しい生活を送り、はつらつと毎日を過ごすようにしましょう。



## ポイント④ 他人との交流が予防薬! 新しいことにチャレンジしましょう

他人との交流が週1回未満の高齢者は、認知症になるリスクが毎日頻りに交流している人に比べて、約1.4倍近く高いことが判明しました。要介護になる可能性も1.4倍高くなります。月1回未満の場合は、死亡リスクも高まることも合わせて分かりました。

認知症を予防するために、意識的に、家族以外の人とコミュニケーションを取るようにしましょう。



# 認知症の方との接し方

認知症の人と接するには、まずはコミュニケーションを深めて、関係を築くことが大切です。認知症を理解し、できる能力を活かして本人の役割を作るなど、本人の気持ちや能力に寄り添うような支援を心がけましょう。

## 接し方の基本

### ポイント① 気持ちに寄り添い自尊心を傷つけない

一見理解できない行動にも本人なりの理由があります。頭ごなしに否定したり怒ったり、子ども扱いすると自尊心を傷つけてしまいます。本人の気持ちを理解できるように努め、その気持ちに寄り添った対応を心がけましょう。



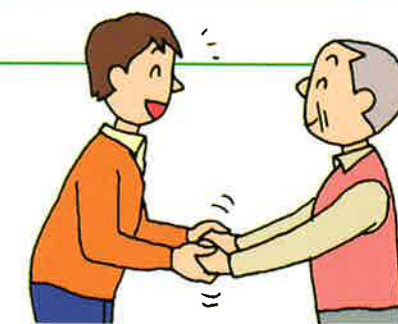
### ポイント② 本人のペースに合わせる

認知症であってもゆっくりであればできることも多いので、本人の様子を見て、焦らせたり急がせたりしないようにしましょう。また、一度にたくさんのことを言うと、認知症の方を混乱させてしまいます。ゆっくりとシンプルに、わかりやすく伝えることを心がけましょう。



### ポイント③ 笑顔で明るく接する

理解はできていなくても、表情や感情は伝わります。笑顔で接することで認知症の方も安心できます。対応に困ってもなるべく笑顔で接するように心がけてください。



## 具体的な対応の7つのコツ

- まずは見守る
- 声をかけるときはひとりで
- 相手の目線に合わせてやさしい口調で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する
- 余裕を持って対応する
- 後ろから声をかけない
- おだやかに、はっきりした滑舌





# 認知症ケアパスの概要図

～予防から認知症の進行状況に合わせて対応していきます～

認知症の進行（右に行くほど症状が進行している状態）				
認知症の進行	認知症の疑い	日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	
<b>正常なレベル～軽度認知障害（MCI）</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●物忘れが多くなるが、日常生活に支障をきたしていない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●同じものを買ってくる</li> <li>●料理や片付け、計算などミスが目立つ</li> <li>●重要な約束や予定を忘れる</li> <li>●薬の飲み忘れがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●季節に合った服が着られない</li> <li>●電話や訪問者の対応が難しくなる</li> <li>●使い慣れた道具の使い方が分からない</li> <li>●着替えや入浴を嫌がる</li> <li>●徘徊が見られるようになる</li> <li>●トイレの失敗を隠すことがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●トイレの失敗が多くなる</li> <li>●家族の顔や名前がわからなくなる</li> <li>●話さなくなる</li> <li>●運動機能が低下し、歩いたり、食べたりののが困難になる</li> </ul>	
<b>症状</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>●物忘れについて不安を感じている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自分の能力低下を感じて不安を感じたり、イライラしたりする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●一人で何かすることが不安で家に引きこもりがちになったり、常に家族と一緒にいたいと望んだり、怒りっぽくなることもある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自分の要求を上手に表現できなくなったり、生活上できないことが多いこととする</li> </ul>	
<b>生活上のポイント</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○地域行事やボランティアなど社会参加を行う</li> <li>○趣味やレクリエーションを楽しむ</li> <li>○家庭で役割を持つ</li> <li>○いつもと様子が違うと思ったら、早めにかかりつけ医や地域包括支援センターに相談する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族が認知症を正しく理解し、接し方の基本的なコツを理解する</li> <li>○家族で介護について話し合っておく</li> <li>○介護で困ったことがあれば、早めに担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族、介護者の健康管理を行う</li> <li>○介護の負担が増えるため、困ったことがあれば抱え込まず、早めに担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談し、介護サービスを上手に利用する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○家族、介護者は日常生活できないこと（食事、排泄など）が増え合併症を引き起こしやすくなることを理解しておく</li> <li>○どのような最期を迎えるか家族で話し合っておく</li> </ul>	
<b>予防・交流</b> <span style="background-color: #90EE90; padding: 2px;">11 ページ</span>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 坂東市民健康体操</li> <li>2 シニアクラブ連合会</li> <li>3 社協支部活動</li> <li>4 はつらつ体力測定会</li> <li>5 ウォーキング教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>6 シルバーリハビリ体操</li> <li>7 スクエアステップ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>8 センター健診</li> <li>9 コミュニティ健診</li> <li>10 口腔機能検査</li> <li>11 いきいき健康相談</li> <li>12 健康教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ご本人、ご家族にとって生活しやすい環境、住まい、介護サービスを選択し、安心して生活できるようにしましょう</li> </ul>
<b>生活援助</b> <span style="background-color: #ADD8E6; padding: 2px;">11 ページ</span>	<ul style="list-style-type: none"> <li>13 在宅福祉サービスセンター</li> <li>14 シルバー人材センター</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>15 コミュニティバス</li> <li>16 デマンドタクシー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>17 福祉タクシー利用料金助成</li> <li>18 リフト車</li> <li>19 愛のバス送迎サービス</li> </ul>	
<b>介護</b> <span style="background-color: #FFB6C1; padding: 2px;">13 ページ</span>	<ul style="list-style-type: none"> <li>20 配食サービス事業</li> <li>21 愛の定期便</li> <li>22 緊急通報システム</li> <li>23 火災警報器設置</li> <li>24 通話録音装置貸与</li> <li>25 日常生活自立支援事業</li> <li>26 高齢者虐待防止ネットワーク事業</li> <li>27 成年後見制度</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>28 通所介護（デイサービス）</li> <li>29 通所リハビリテーション</li> <li>30 訪問介護</li> <li>31 訪問入浴</li> <li>32 訪問看護</li> <li>33 短期入所生活介護</li> <li>34 短期入所療養介護</li> <li>35 小規模多機能型居宅介護</li> </ul>	
<b>家族支援</b> <span style="background-color: #D8BFD8; padding: 2px;">14 ページ</span>			<ul style="list-style-type: none"> <li>36 徘徊高齢者家族支援サービス事業</li> <li>37 紙おむつ購入費助成事業</li> <li>38 介護慰労金支給</li> <li>39 介護教室</li> <li>40 介護者の会</li> </ul>	
<b>住まい</b> <span style="background-color: #FFDAB9; padding: 2px;">14 ページ</span>	<ul style="list-style-type: none"> <li>42 自宅</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>43 グループホーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>44 有料老人ホーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>45 養護老人ホーム</li> <li>46 介護老人福祉施設</li> <li>47 介護老人保健施設</li> </ul>



# 認知症の予防・支援をするサービスの内容

## 介護予防・地域との交流

### ● 介護予防・交流

No	名称	内容	お問い合わせ
①	坂東市民健康体操	道具を使わない、準備も必要ないのが特徴。誰もが、いつでも、どこでも簡単に行うことのできる体操です。	社会福祉協議会
②	シニアクラブ連合会	高齢者の生きがい活動や趣味、スポーツ活動など、各種活動の中核的組織です。社会福祉協議会では事務局として、団体の育成・支援に努めています。	
③	社協支部活動	小学校区ごとに支部があります。それぞれの支部で、要介護者（ひとり暮らし高齢者、障がい者）を訪問する「きずな声かけ事業」等を行っています。	【本所】 辺田 48 0297-35-4811 【支所】 山 2721 0280-88-1000 0297-44-2943
④	はつらつ体力測定会	身長・体重といった基本測定をはじめ、5m 歩行、指先や認知機能測定のほか、健康体操を行います。	北部地域包括支援センター 山 2721 0280-82-1284
⑤	ウォーキング教室	介護予防や健康づくりの一環として行われています。自然や風景を楽しみながらウォーキングすることができます。	地域包括支援センター
⑥	シルバーリハビリ体操	関節の運動範囲を維持拡大するとともに筋肉を伸ばすことを目的とする体操です。日常生活動作の訓練にもなります。	
⑦	スクエアステップ	高齢者の転倒予防、介護予防、認知機能向上、体力づくりなどを目的としています。マスの付いたマットを使用しているエクササイズです。	【南部】 小山 258 0297-38-2161

### ● 健康管理

市役所健康づくり推進課 / 岩井 4365 ☎ 0297-35-3121

No	名称	内容
⑧	センター健診	40歳以上の方を対象に特定健診、特定健診に準ずる健診、がん検診（胃、肺、大腸）、前立腺がん検診（50歳以上男性）、肝炎ウイルス検診等を行います。
⑨	コミュニティ健診	地区の公民館などにおいて、20歳以上の方を対象に特定健診、特定健診に準ずる健診、40歳以上の方は肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診（50歳以上男性）、肝炎ウイルス検診などを行います。
⑩	口腔機能検査	40・50・60・70歳の方を対象に、唾液検査・ガム検査により口腔内の機能を測定します。
⑪	いきいき健康相談	健診結果の説明・相談、健康についての相談、禁煙相談、栄養相談などを行います。
⑫	健康教室	運動教室や栄養教室などを行います。

## 生活援助

### ● 生活支援

No	名称	内容	お問い合わせ
⑬	在宅福祉サービスセンター	高齢や病気の方（世帯）に家事や話し相手など、必要な生活援助を提供します。 年会費：1,000円 1時間：600～800円 （時間や曜日により変動）	社会福祉協議会 【本所】 辺田 48 【支所】 山 2721 0297-35-4811 0280-88-1000 0297-44-2943
⑭	シルバー人材センター	一般家庭の庭除草・植木の剪定など軽作業を行います。	辺田 48 0297-35-4811

### ● 外出支援

No	名称	内容	お問い合わせ
⑮	コミュニティバス「坂東号」	定時定路線型の路線バスを運行しています。運行時刻表は市内公共施設のほか、市ホームページに掲載しています。	企画課 岩井 4365 0297-21-2181
⑯	デマンドタクシー「らくらく」	予約制の乗合交通で、それぞれの希望する場所から目的地に送迎を行います。（利用は市内に限ります）	
⑰	福祉タクシー利用料金助成	【対象者】65歳以上のひとり暮らしの方、交通手段のない75歳以上の高齢者のみ世帯。医療機関への往復に要するタクシー料金の一部を助成。（初乗り料金730円券、1ヶ月2枚交付）	介護福祉課 岩井 4365 0297-21-2193
⑱	リフト車「夢ふれあい」	車椅子のまま乗降できる軽自動車を出ししています。運転業務は行いません。事前申請が必要となります。 【有料】1kmにつき50円	社会福祉協議会 【本所】 辺田 48 0297-35-4811 【支所】 山 2721 0280-88-1000 0297-44-2943
⑲	愛のバス送迎サービス	要介護2以上の方で、車椅子利用者の方々に対し、通院などの際、無料で送迎サービスを行います。利用するには事前の申請書が必要となります。	

### ● 見守り

No	名称	内容	お問い合わせ
⑳	ひとり暮らし高齢者配食サービス事業	食事の調理が困難な方に栄養のバランスのとれた食事を届けながら、安否確認を行います（週3回程度、1食400円、昼食のみ）。	介護福祉課 岩井 4365 0297-21-2193
㉑	ひとり暮らし高齢者「愛の定期便」事業	乳製品を届けながら、安否確認や健康保持・孤独感の解消をします。 【無料】週2回、1回2本配達	
㉒	ひとり暮らし高齢者緊急通報システム	急病・事故など緊急時に消防署へ瞬時に通報できるシステムを設置します。	
㉓	ひとり暮らし高齢者火災警報器設置	火災発生時に警告音を発生することにより、避難を促します。	



## ● 権利擁護

No	名称	内容	お問い合わせ
24	通話録音装置貸与	65歳以上の高齢者のみ世帯に属する方を対象に、通話録音装置を貸与します。特殊詐欺等からの消費者被害の防止を図ります。	介護福祉課 岩井 4365 0297-21-2193
25	日常生活自立支援事業	福祉サービス利用の申し込み、契約手続き、日常的なお金の出し入れ、預金通帳の預かりなどのお手伝いをします。	社会福祉協議会 【本所】 辺田 48 0297-35-4811 【支所】 山 2721 0280-88-1000 0297-44-2943
26	高齢者虐待防止ネットワーク事業	高齢者の尊厳を保持するため、地域包括支援センターを中心として、市及び関係機関等とのネットワークを形成しています。住み慣れた地域における高齢者の安心した生活の質の確保を目指しています。	地域包括支援センター 【北部】 山 2721 0280-82-1284 【南部】 小山 258 0297-38-2161
27	成年後見制度	物事を判断する能力が十分でない方について、本人の権利を守る援助者を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。本人の意思を尊重しつつ、本人に代わって財産を管理したり、必要な契約を結んだりします。	【中央】 岩井 4365 0297-21-2193

## 身体介護

No	名称	内容
28	通所介護(デイサービス)	要介護者を対象に、老人デイサービス事業を行う施設または老人デイサービスセンターに通ってきてもらい、入浴・排泄・食事などの介護、生活についての相談、助言、健康状態の確認を行うサービスです。
29	通所リハビリテーション	日帰りで、リハビリテーションの必要性が高い方や、医療ケアが必要な方に対する通所サービスです。
30	訪問介護	ホームヘルパーなどが居宅を訪問して、入浴・排泄・食事などの介護や、調理・洗濯・掃除などの家事といった日常生活上の援助を行うサービスです。
31	訪問入浴	看護師と介護職員が入浴車などで訪問し、浴槽提供・入浴介助を行います。
32	訪問看護	看護師などが自宅を訪問し、主治医と連携を取りながら、療養上の世話や健康管理を行います。
33	短期入所生活介護	施設に短期入所して、食事、入浴、排泄などの日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。
34	短期入所療養介護	施設に短期入所して、食事、入浴、排泄などの日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。(主に、医療的依存度が高く、介護やリハビリテーションが必要な方を対象とします)
35	小規模多機能型居宅介護(通所、訪問、宿泊)	デイサービスを利用しながら、必要に応じて訪問介護や短期宿泊などのサービスが受けられます。

## 家族支援

No	名称	内容	お問い合わせ
36	徘徊高齢者家族支援サービス事業	徘徊の見られる認知症高齢者を介護している家族に対し、位置情報端末機を貸与し、徘徊高齢者の保護を支援します。	介護福祉課 岩井 4365 0297-21-2193
37	寝たきり高齢者等紙おむつ購入費助成事業	要介護3以上で、在宅で常時おむつを使用している方を対象に、紙おむつ購入券を支給します。1,250円券を1ヶ月に2枚交付。(年間24枚まで)	
38	在宅寝たきり高齢者等介護慰労金支給	在宅の寝たきり・認知症患者等を介護する方に支給します。長期入院・入所の方を除きます。	
39	介護教室	要支援・要介護者のいる家族を対象に、介護(予防)教室を開催し、相談などにも応じます。介護者同士の交流や情報交換の場としても活用できます。	南部地域包括支援センター 小山 258 0297-38-2161
40	介護者の会	3ヶ月に1回、ハートフル広場において、家族を介護している方たちに集まってもらい、悩みや体験などを語り合っています。	地域包括支援センター 【北部】 山 2721 0280-82-1284 【南部】 小山 258 0297-38-2161
41	認知症キャラバンメイトネットワーク	認知症サポーターの養成や、認知症の理解を深めるための活動を行っています。	

## 住まい

No	名称	内容
42	自宅	自宅の段差解消や、手すりの取り付け等の住宅改修のほか、日常生活を補助するための福祉用具貸与等により、住み慣れた自宅での生活をサポートします。援助の必要性に応じて訪問看護・介護といったサービスも紹介します。
43	グループホーム(認知症対応型共同生活介護)	認知症高齢者が、職員による介護を受けながら共同生活する住宅です。家事等を職員と共同で行うことで、自分の役割を持って自立した生活を送ることができます。
44	有料老人ホーム	高齢者の日常生活の援助や介護を提供する施設です。施設と利用者の個別な契約による入居となるため、入居費用は全額自己負担となります。「介護付有料老人ホーム」「住宅型有料老人ホーム」等の種類があります。
45	養護老人ホーム	経済的・環境的理由により、自宅で養護を受けることが困難な高齢者を措置により入所させる施設です。坂東市では、65歳以上で経済的・環境的に困っている方に対して、養護老人ホーム入所事業を行っています。
46	介護老人福祉施設	在宅介護が困難な要介護者に対して日常生活の援助や、機能訓練等の介護サービスを提供する施設です。在宅への復帰を目指しています。入所できるのは、原則として要介護3以上の方となっていますが、やむを得ない事情がある場合には、特例的に要介護1・2でも入所が認められます。
47	介護老人保健施設	病状が安定期にある要介護者を対象に、日常生活の援助や、機能訓練等のサービスのほか、医療や看護を提供する施設です。医療の必要性の高い人、在宅復帰を想定している人、終末期の要介護者等が利用しています。



# 認知症の人やその家族を支えるために

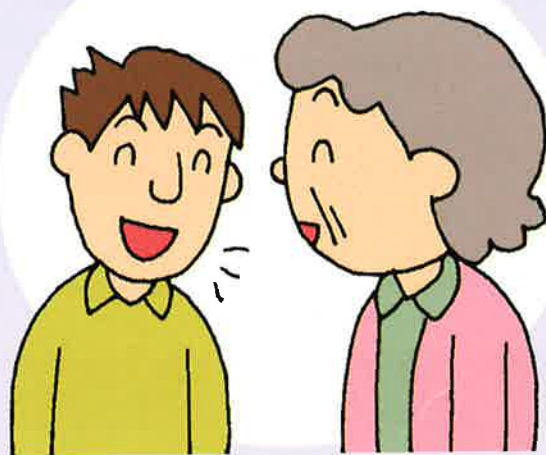
## 地域

## にできること

認知症の人とその家族は、病気の進行や日々の生活・介護、また将来のことについて、大きな不安を抱えながら生活しています。

認知症の人とその家族から、協力を求めることが難しい場合もありますので、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、地域で温かく見守ることが大切です。

認知症の人とその家族が困っていたら、「最近どう?」、「何か手伝えることはある?」など一声かけてみましょう。具体的な援助はできなくても、理解者であることを示すことで、認知症の人とその家族の気持ちは楽になります。



### 認知症サポーターをご存知ですか？

認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族をあたたく見守る応援者のことです。認知症サポーターは何か特別なことをするのではなく、困っている人に手を差し伸べるなど、自分にできる範囲で活動を行います。

### 認知症サポーター養成講座を受けてみませんか？

坂東市では、認知症の人やその家族にとって住みやすいまちづくりを目指すため、認知症サポーター養成講座を開催しています。60分程度の講座を受けるだけでどなたでも認知症サポーターになることができますので、ぜひ、北部地域包括支援センターまでお問い合わせください。

