

# 知って つながる 認知症

認知症と地域の支援 早わかりガイドブック



「柳瀬川の希望」

1 認知症とは？	1
2 認知症の予防につながる5つの習慣	2
3 認知症に早く気づくことが大事	3
4 認知症になるとどのように感じる？	4
5 認知症の人を支えるために	5
6 認知症の簡単チェックリスト	6
7 タイプ別早わかり表	7
8 志木市における認知症の人を支えるサービス（社会資源）	9
9 志木市における認知症の人を支えるサービス（社会資源）の詳細	11
10 志木市が強化している認知症の取組みを紹介	19
11 こんな時にはどこに相談したらいい？	21
12 認知症を診察している医療機関の紹介	22



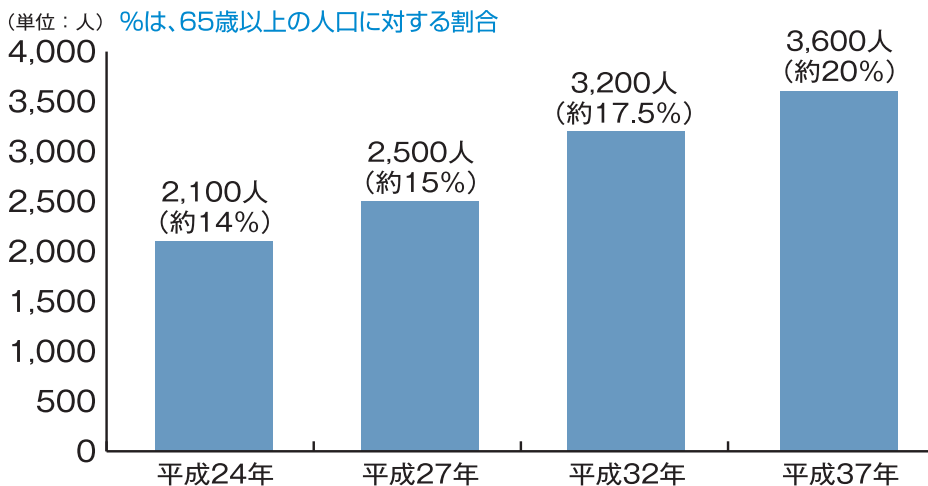
# 1

## 認知症とは？

認知症は誰でもかかる可能性がある身近な病気です。

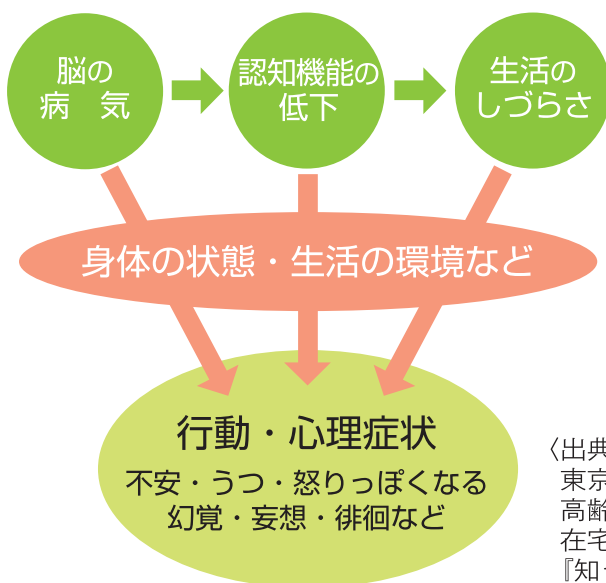
志木市における認知症の症状がある高齢者は、平成27年度の推計で2,000人を超えています。団塊の世代が75歳となる2025年には約1.7倍の3,600人にまで増加すると推計されています。

### 志木市における認知症の症状がある高齢者の将来推計（イメージ）



認知症とは、様々な原因により脳が損傷を受けたり、働きが悪くなることで認知機能が低下し、様々な生活の難しさが現れる状態をさします。

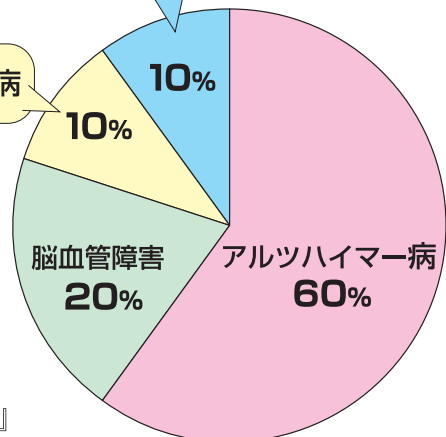
### 認知症の状態



### 認知症の原因となる病気

その他  
前頭側頭葉変性症(ピック病など)、慢性硬膜下血腫、脳腫瘍、正常圧水頭症などによるもの

レビー小体病



〈出典〉  
東京都福祉保健局  
高齢社会対策部  
在宅支援課  
『知って安心認知症』

### 若年性認知症について

認知症は高齢者だけがかかる病気ではありません。65歳未満で発症する若年性認知症の人は、埼玉県内に約2,000人と推計されています。

# 2

## 認知症の予防につながる5つの習慣

認知症は予防することができます。規則正しい生活や食生活、適度な運動など生活習慣病の予防が非常に大切です。

### 1

#### 運動習慣

有酸素運動のウォーキングや体操など、週2回30分以上を目標に「楽しみながら」続けましょう。



### 2

#### 生活を楽しむ

文章を読む、書く、趣味など生活を明るく楽しみましょう。



### 3

#### 食生活と水分摂取

塩分は控えめ(目安1日10g以下)、お酒はほどほどに。肉・魚・野菜・果物などバランスのよい食事(1日、30品目程度)、十分な水分を摂取しましょう。

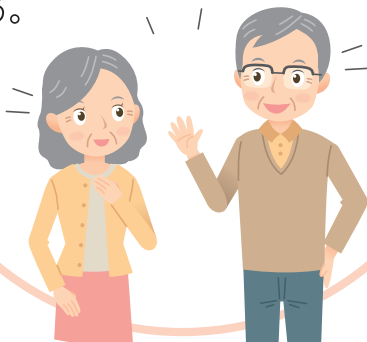


(心不全・腎不全などで医師から制限をされている場合は、それに従ってください)

### 4

#### 人と交流する

仕事の継続、地域の活動、介護予防教室などに参加して人と交流しましょう。



### 5

#### 歯の健康維持

歯磨きと歯周病ケアで歯の健康状態を保ちましょう。



# 3

## 認知症に早く気づくことが大事

認知症は早期発見・早期治療が大切です。認知症の前段階(MCI)であれば予防と運動で進行を食い止めることができ、正常に戻ることも可能です。

### ●●● 早く気づくことのメリット ●●●

#### 1 「治る」・「一時的な症状」の場合がある

回復可能な病気が原因の場合もありますので、医療機関で受診し、診断を受けましょう。早めに受診をして原因となっている病気を突き止めることが大切です。



#### 2 今後の生活への準備をすることが可能

症状が軽いうちに認知症への理解を深め、病気と向き合い相談し合うことで、周囲の人と今後の生活の備えをすることができます。



#### 3 進行を遅らせることが可能な場合がある

アルツハイマー型認知症は、薬で進行を遅らせることができ、早い段階から使い始めることが効果的といわれています。



# 4

## 認知症になるとどのように感じる？

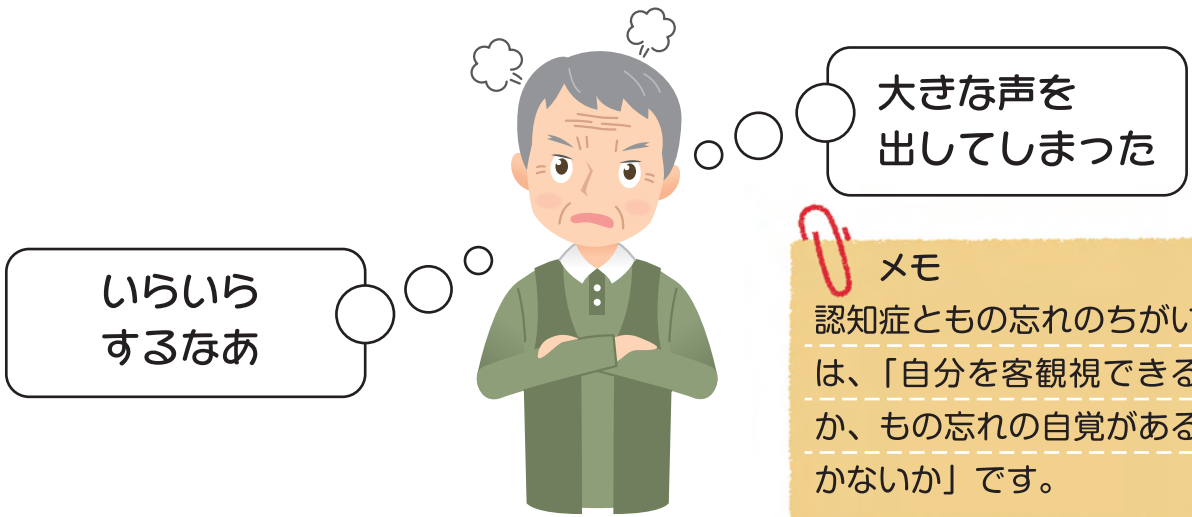
### ●●● 不安を感じることがあります ●●●



### ●●● 気分が沈んでうつ状態になることがあります ●●●



### ●●● 怒りっぽくなることがあります ●●●



**メモ**  
認知症ともの忘れのちがいは、「自分を客観視できるか、もの忘れの自覚があるかないか」です。

# 5

## 認知症の人を支えるために

本人の気持ちを理解して接しましょう

(例) 「ごはんを食べた？」と繰り返すときは？

良い例



やさしく  
「今準備してますからね」  
「とりあえずお茶がはいりましたよ」



「さっき食べたでしょ？」  
「また同じことを言って」

本人の尊厳を大事にして接しましょう

(例) 本人が続けてきた料理への意欲には

良い例



料理が続けられるよう一緒に準備、  
切ったり混ぜたりをしてもらう



危ないからといって  
料理を全くさせない

(例) 外出して道に迷ってしまったら

良い例



本人と一緒に出かける、予定と違う方向に行こうとした場合には「どちらへお出かけですか？」「そろそろ帰りましょうか」と声をかける。



外出させないようにする

## 6

## 認知症の簡単チェックリスト

## 採点法

ほとんどない=0点    時々ある=1点    頻繁にある=2点

	質問項目	点数
1	同じ話を無意識に繰り返す	点
2	知っている人の名前が思い出せない	点
3	物のしまい場所を忘れる	点
4	漢字を忘れる	点
5	今しようとしていることを忘れる	点
6	器具の説明書を読むのを面倒がる	点
7	理由もないのに気がふさぐ	点
8	身だしなみに無関心である	点
9	外出をおっくうがる	点
10	物(財布など)が見当たらないことを他人のせいにする	点
合計		

## 評価


0~8点=正常    9~13点=要注意    14~20点=専門医等で診断を


認知症の初期、あるいは認知症に至るおそれのある状態を、自分自身、あるいは家族などが簡単に予測できるように考案されたテストです。

(出典) 公益財団法人 認知症予防財団 大友式認知症予測テスト

# タイプ別早わかり表


## タイプ別による生活上のポイント


タイプ	症状	生活上のポイント
境界線	<p>物忘れが少し出てきたり買い物や事務作業、お金の管理などに少し不安があるが、一人でできます。</p> 	<p>①<b>健康管理</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶運動をしましょう。(週2回、1回30分以上を目標に)</li> <li>▶健康的な食生活をこころがけましょう。</li> <li>▶睡眠を十分にとりましょう。</li> <li>▶気になる時はかかりつけ医、専門の医師などに相談しましょう。</li> </ul> <p>②<b>趣味やボランティア、仕事など社会参加を続けましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶趣味、ボランティア、仕事がある方は、今までと同じように続けていきましょう。続けることに心配がある場合は、医師などに相談しましょう。</li> <li>▶外出する機会は今までと同じようにしましょう。</li> <li>▶グループ、サークル、仲間との関わりをつづけましょう。</li> </ul>

タイプ	症状	生活上のポイント
軽度認知症	<p>買い物や事務、お金の管理などに不安がみられるが、日常生活はほぼ自立しています。薬を飲んだか分からなくなるときなどがありますが、周りの人に支えられて対応できます。</p> 	<p>①<b>健康的な生活、関わる人を増やしましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶規則正しい生活を心がけましょう。</li> <li>▶ご家族などに定期的に電話をしましょう。</li> <li>▶理解者に関わってもらいましょう。</li> </ul> <p>②<b>かかりつけ医、専門医を活用し、薬を欠かさずに飲みましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶かかりつけ医の定期受診を続け、服薬をしましょう。</li> <li>▶専門医の紹介があるときは受診しましょう。</li> </ul> <p>③<b>介護保険などのサービスを検討しましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶高齢者あんしん相談センターに相談しましょう。</li> </ul>



認知症の簡単チェックリスト9点以上の方は、自分にあてはまるタイプをご家族などと考えてみて、生活上のポイントや利用できる様々なサービスを知ることができます。ご相談がありましたら、高齢者あんしん相談センターにご連絡ください。

タイプ	症状	生活上のポイント
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">中程度認知症</p>	<p>電話や訪問者の応対や着替え、食事など一人では難しいが、声かけや誘導、人の手助けがあればできます。</p> 	<p><b>①介護保険サービス、生活支援サービスを活用しましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 高齢者あんしん相談センター（地域包括支援センター）と相談しましょう。</li> <li>▶ 担当ケアマネジャーと相談しましょう。サービス内容が合わなくなったときなどは変更してもらいましょう。</li> </ul> <p><b>②お金の管理や契約について考えましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 生活上の契約などに不安がある時には、ご家族や高齢者あんしん相談センター、成年後見支援センターに相談しましょう。</li> </ul>

タイプ	症状	生活上のポイント
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">重度認知症</p>	<p>着替えや食事、トイレなどがうまくできないなど、生活しにくい場面があります。人の手助けがあれば安心です。</p> 	<p><b>①日常生活全般の支援を受けましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 食事・入浴・排泄・着替えなどの支援を受けましょう。</li> <li>▶ 定期的な受診支援を受けましょう。</li> </ul> <p><b>②生活環境を整えましょう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 安全な環境を整え、可能な範囲で外出の機会をつくって楽しみましょう。</li> <li>▶ 生活上の必要な契約や金銭管理はご家族、後見人からの支援を受けましょう。</li> <li>▶ 本人や家族の事情により、自宅や施設などの選択をしましょう。選択にあたっては、後見人からの支援を受けることもできます。</li> </ul>

# 8 志木市における認知症の人を支えるサービス(社会資源)

志木市では、介護・福祉・医療サービスを必要に応じて安心して利用できる社会資源の整備を行っています。タイプに応じてサービスをご参照ください。

※MCIとは、認知症になる前の段階のことで、数年後に認知症に移行する可能性のある状態のことです。

※青文字は介護保険サービス

支援の内容		境界線(MCIを含む)	軽度認知症	中程度認知症	重度認知症
1	社会参加・つながり支援 社会貢献やいきがいをもちて過ごすことが、起こりやすい病気を予防します。	福祉センター/町内会/老人クラブ/サロン事業/カフェ・ランチルーム、多世代交流カフェ/介護予防事業/NPO法人介護予防サービス ふれあい健康交流会/元気回復事業 認知症カフェ(オレンジカフェ)/話し相手ボランティア	買い物や事務、金銭管理等にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している	服薬管理ができない、電話の対応や訪問者の対応などが1人では難しい	着替えや食事、トイレ等がうまくできない。ほぼ寝たきりで意思の疎通が困難である
2	仕事・役割支援 仕事や役割をもつことで、意欲を保ち、いきがいや喜びを感じることができます。	ハローワーク、就労支援センター シルバー人材センター 有償ボランティアサービス/老人クラブ ボランティア市民活動センター/サロン事業			通所介護
3	介護予防・悪化予防 外出機会を増やし、人と触れ合うことで、脳が刺激され、認知症の予防や悪化防止、活力が生まれます。	介護予防事業/サロン事業 カフェ・ランチルーム、多世代交流カフェ/各種健(検)診講座 元気回復事業		通所介護/小規模多機能型居宅介護 通所リハビリ	訪問介護/訪問リハビリ(医療保険も含む)
4	生活支援 食事、掃除、洗濯などの家事、日常的に必要な活動、手続きなどをお手伝いし、高齢者の生活を支援するサービスを提供します。	ふれあい号/デマンド交通/清掃業者/訪問理美容サービス 有償ボランティアサービス/配食見守りサービス/移送サービス/訪問介護 あんしんサポートねっと/成年後見制度/宅配サービス			
5	身体介護 認知症の症状や心身機能の悪化を可能な限り防ぎ、暮らし方に応じたケアを提供します。			訪問介護/訪問リハ(医療保険も含む)/通所介護/通所リハ 居宅療養管理指導	訪問入浴介護
6	家族支援 同じ境遇のご家族と話したり、思いを共有し介護負担を軽減します。必要なときには専門家の支援を受け、専門知識や介護方法を知ることができます。	高齢者あんしん相談センター/認知症カフェ(オレンジカフェ)/認知症のひとと家族の会/ケアラズサロン 健康増進センター相談		家族介護者交流事業	要介護高齢者手当 居宅介護支援事業所/訪問看護(医療保険も含む)
7	安否確認・見守り緊急時支援 起りやすい徘徊などの危機に対する適切な緊急対応をします。行方不明の発生や介護者の疾病、消費者被害の相談など、もしもの時に必要となるサービスです。	高齢者あんしん相談センター/警察、交番/消防署/町内会/民生委員/老人クラブ/緊急時連絡システム、高齢者見守り通報システム/救急医療情報キット ホッとあんしん見守りシステム/配食見守りサービス/宅配サービス/認知症サポーター/自主防災組織/消費生活相談 認知症疾患医療センター(医療保険)		短期入所生活介護/定期巡回随時対応型訪問介護・看護 徘徊高齢者家族支援事業/小規模多機能型居宅介護	
8	住まい居住系サービス等 できるだけ自立した生活が継続的にでき、プライバシーが守られ、安心して過ごすことができます。			有料老人ホーム/サービス付高齢者住宅 特別養護老人ホーム/老人保健施設 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)	
9	受診支援、服薬管理 認知症の早期発見や正しい診断内容、病気についてわかりやすく説明します。病気の進行や症状の悪化を可能な限り防ぐような支援を一緒に考えます。	かかりつけ医(医療保険)/かかりつけ薬局(医療保険)/認知症サポート医(医療保険)/認知症疾患医療センター(医療保険)/もの忘れ外来(医療保険)/デマンド交通 訪問診療・往診(医療保険)/介護タクシー/自立支援医療(医療保険)/居宅療養管理指導 高齢者あんしん相談センター・健康増進センター相談 認知症初期集中支援チーム 訪問看護(医療保険も含む)			
10	権利擁護 認知症などでご自身で判断することが難しくなった方の権利や財産を守り、安全で適切な選択ができるよう支援します。	あんしんサポートねっと 志木市成年後見支援センター/成年後見センター・しんらい(弁護士) 成年後見センター・リーガルサポート(司法書士)/成年後見サポートセンター・コスモス(行政書士) 権利擁護センター・ぱあと(社会福祉士)/法テラス(日本司法支援センター)			

[参考]一般社団法人 財形福祉協会 認知症ケアパス作成のための手引き

## 9

# 志木市における認知症の人を支えるサービス（社会資源）の詳細

■ は、介護保険サービスになりますので、要介護認定の申請が必要になります。

## 1 社会参加・つながり支援



福祉センター	高齢者の憩いや保養の場として気軽に利用し、趣味やレクリエーション活動で交流を深め、健康を保って、楽しく過ごしていただくための施設です。
町内会	町内会単位で、住民の協力や互助などの活動で地域のつながりを進めている団体です。
老人クラブ	高齢者が自主的に集まって仲間をつくり、老後の生活を健全で豊かなものにしていくため、いろいろな活動をしています。
サロン事業	高齢者間の仲間づくりやコミュニケーションを深め、児童とのふれあい交流も図ります。地域のボランティアが運営しています。
カフェ・ランチルーム、多世代交流カフェ	地域の高齢者が健康に関する教室の利用や参加、昼食をとりながら交流を深める場所です。
認知症カフェ（オレンジカフェ）	認知症の方やそのご家族、地域の方、介護の専門スタッフなどが集い、お茶を飲みながら情報交換や会話を楽しむ場所です。
元気回復事業	高齢者あんしん相談センターが、地域の主に要支援認定者を対象として介護予防や健康づくりの事業を実施しています。
介護予防事業	シニア体操、ロコモ教室、いろはカッピー体操など、高齢者を対象に各種運動機能の維持・向上を目指した教室などを開催しています。
ふれあい健康交流会	一人暮らし等により引きこもりがちな高齢者や、食事の指導が必要な方に対し、地域のボランティアの方による昼食会を開催し、親睦を図るものです。
話し相手ボランティア	様々な理由で外出することが困難である高齢者及び介護している家族等に対し、ボランティアが自宅などに訪問し、話し相手となります。
NPO法人 介護予防サービス	脳トレなどの各種介護予防事業を実施しています。
通所介護	日帰りで食事、入浴、リハビリテーションなどが受けられる介護保険サービスです。
小規模多機能型居宅介護	利用者の選択に応じて、施設への「通い」を中心として、短期間の「宿泊」や利用者の自宅への「訪問」を組合せ、家庭的な環境と交流のなかで日常生活上の支援や機能訓練を行う介護保険サービスです。

## 2 仕事・役割支援



ハローワーク、 就労支援センター	職業紹介や指導、失業手当など、職業相談を行っている相談窓口です。
シルバー人材センター	登録した高齢者の経験や知識、技能を活かして社会貢献のための仕事を斡旋します。
有償ボランティア サービス	市民の皆様の参加と協力により、支え合いの精神に基づき実施する低額有料の在宅福祉サービスです。
ボランティア 市民活動センター	ボランティア活動の場や情報提供などを行っています。
サロン事業(再掲)	高齢者間の連帯やコミュニケーションを深め、児童とのふれあい交流も図り、地域のボランティアにより運営しています。
老人クラブ(再掲)	高齢者が自主的に集まって仲間をつくり、老後の生活を健全で豊かなものにしていくため、いろいろな活動をしています。
通所介護(再掲)	日帰りで食事、入浴、リハビリテーションなどが受けられる介護保険サービスです。

## 3 介護予防・悪化予防



介護予防事業(再掲)	シニア体操、ロコモ教室、健康ボランティア教室、いろはカッピー体操など高齢者を対象に各種運動機能の維持・向上を目指し体操教室などを開催しています。
サロン事業(再掲)	高齢者間の連帯やコミュニケーションを深め、児童とのふれあい交流も図り、地域のボランティアにより運営しています。
カフェ・ランチルーム、 多世代交流カフェ(再掲)	地域の高齢者が空き施設を利用し、健康に関する教室に参加したり、昼食を食べたりしながら交流を深める場所です。
元気回復事業(再掲)	高齢者あんしん相談センターが地域の主に要支援認定者を対象として介護予防・健康づくり事業を実施しています。
各種健(検)診・講座	健康管理に必要な健康診査や予防接種の事業や、生活習慣病予防の講座などを行っています。
通所介護(再掲)	日帰りで食事、入浴、リハビリテーションなどが受けられる介護保険サービスです。
小規模多機能型居宅 介護(再掲)	利用者の選択に応じて、施設への「通い」を中心として、短期間の「宿泊」や利用者の自宅への「訪問」を組合せ、家庭的な環境と地域住民との交流の下で日常生活上の支援や機能訓練を行う介護保険サービスです。
通所リハビリ	主にリハビリを目的として通所し、理学療法士や作業療法士の機能訓練が受けられる介護保険サービスです。
訪問介護(再掲)	ホームヘルパーがご自宅にお伺いして、介護を必要とされる方の日常生活の援助をします。
訪問リハビリ ※医療保険も含む	要介護者が受けられる介護サービスで、通所が困難な利用者を対象に、心身の機能の維持回復を図り日常生活の自立を支援するために、必要なリハビリテーションを行います。

## 4 生活支援



配食見守りサービス	日常の買物、食事づくりなどに支障があり、食の確保が困難な高齢者の家庭に、昼食をお届けします。
宅配サービス	買い物に困難を抱える方、見守りが必要な方に食材、お弁当、生活用品をお届けする民間サービスです。
有償ボランティアサービス(再掲)	市民の皆様の参加と協力により、支え合いの精神に基づき実施する低額有料の在宅福祉サービスです。
あんしんサポートねっと	判断能力が不十分な人に対して、福祉サービスの利用援助や日常的な金銭管理を行うサービスです。
移送サービス	歩行が困難で車いす及び寝台専用車両を利用しなければ医療機関への通院が困難な利用者の送迎手段を確保するためのサービスです。(市のサービス)
ふれあい号	市内の対象公共施設を利用する方のための福祉バスです。
デマンド交通	自宅から、市内の共通乗降場に1台1回300円でタクシーを利用できます。
清掃業者	片付け、掃除、整理などを民間業者が代行してくれる民間サービスです。
訪問理美容サービス	理髪店や美容院に出向くことが困難な方が自宅で気軽に理容が受けられるサービスです。
成年後見制度	認知症などで判断力が不十分な方の、契約や財産に関する決定などを、家庭裁判所から選任された後見人が、本人に代わって法的行為を行い生活を支える制度です。
訪問介護	ホームヘルパーがご自宅にお伺いして、介護を必要とされる方の日常生活の援助をします。

## 5 身体介護



訪問介護(再掲)	ホームヘルパーがご自宅にお伺いして、介護を必要とされる方の日常生活の援助をします。
訪問リハビリ(再掲) ※医療保険も含む	要介護者が受けられる介護サービスで、通所が困難な利用者を対象に、心身の機能の維持回復を図り日常生活の自立を支援するために、必要なリハビリテーションを行います。
通所介護(再掲)	日帰りで食事、入浴、リハビリテーションなどが受けられる介護保険サービスです。
通所リハビリ(再掲)	主にリハビリを目的として通所し、理学療法士や作業療法士の機能訓練が受けられる介護保険サービスです。
訪問入浴介護	看護職員と介護職員が自宅を訪問し、持参した浴槽によって入浴の介護を行います。
居宅療養管理指導	通院が困難な利用者へ医師・歯科医師などがご自宅を訪問し、療養上の管理や指導、助言等を行うサービスです。

## 6

## 家族支援



高齢者あんしん相談センター	高齢者の方が住み慣れた地域で、安心して生活を送れるように、介護、医療、福祉、健康など様々な面から総合的に支援するために市が設けています。保健師(看護師)、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が中心となり地域の高齢者の方を支援します。
家族介護者交流会	在宅で高齢者を介護している家族の介護ストレスを軽減するために、介護情報の提供をはじめ、介護に関する情報交換の場を提供し、介護者相互の交流を推進します。
認知症カフェ (オレンジカフェ)(再掲)	認知症の方やそのご家族、地域の方、介護の専門スタッフなどが集い、お茶を飲みながら情報交換や会話を楽しむところです。
認知症の人と家族の会	介護家族が集まり、介護の相談、情報交換、勉強会などを行っています。「一人だけじゃない」「仲間がいる」と多くの介護者が参加されています。
ケアラーズサロン	介護をしている人達のサロン、集いの場です。
健康増進センター相談	こころと身体の健康に関することについて、必要に応じて保健師などが訪問して助言・指導を行います。
要介護高齢者手当	高齢者及びその介護者の経済的・精神的負担を軽減するための手当を支給します。
居宅介護支援事業所	介護を必要とする人が適切なサービスを利用できるよう、ケアプランの作成、サービス事業者との連絡・調整を行います。
訪問看護 ※医療保険も含む	医師の指示に基づき看護師がご自宅へ訪問して、病状の観察等、療養生活の支援を行います。



## 7

## 安否確認・見守り・緊急時支援



高齢者あんしん相談センター(再掲)	介護、医療、福祉、健康など様々な面から総合的に支援するために市が設けています。保健師(看護師)、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が中心となり地域の高齢者の方を支援します。
徘徊高齢者家族支援事業	徘徊をする高齢者とその家族を支援するために、小型専用端末機を所持しコンピュータで現在位置を素早く確認し、情報を提供します。また、早期発見のため靴などに付けられる見守りSOSステッカーを提供しています。
救急医療情報キット	緊急時に迅速な救急活動が行えるよう、かかりつけ医療機関や持病などの緊急時に必要な情報を専用の容器に入れて、冷蔵庫に保管します。
緊急時連絡システム、高齢者見守り通報システム	ひとり暮らしや、昼間ひとりになる高齢者のいる家庭などに、緊急通報システム装置を設置します。緊急事態が発生したとき、ボタンを押すと自動的に消防署へ通報され、直ちに救急などの活動を行います。
ホッとあんしん見守りシステム	地域の協力事業所の皆さんが日常生活や仕事の中で高齢者に気がかりなことを感じたときに、高齢者あんしん相談センターや市役所へ連絡して、高齢者を地域で支えるしくみです。
配食見守りサービス(再掲)	日常の買物、食事づくりなどに支障があり、食の確保が困難な高齢者の家庭に、昼食をお届けし安否確認をするサービスです。(市のサービス)
宅配サービス(再掲)	買い物に困難を抱える方、見守りが必要な方に食材、お弁当、生活用品をお届けする民間サービスです。
自主防災組織	「自分たちの地域は自分たちで守ろう!」という精神に基づき、地域の皆さんが主体となり防災活動を行う団体(組織)で、自発的に防災活動を行っています。
消費生活相談	商品やサービスについての疑問や苦情、契約などのトラブルを専門の相談員が相談を受けます。
警察、交番	市民の安全を守り、犯罪に関する相談ができる機関。市街地の各所に設けられた警察の詰め所で安全に関する身近な相談ができます。
消防署	消防活動や救急活動などを専門に行う機関です。
民生委員	地域の身近な相談相手として必要な支援を行います。
町内会(再掲)	町内会単位で、住民の協力や互助などの活動で地域のつながりを進めている団体です。
老人クラブ(再掲)	高齢者が自主的に集まって仲間をつくり、老後の生活を健全で豊かなものにしていくため、いろいろな活動をしています。
認知症サポーター	認知症についての正しい知識と理解で地域を見守り、認知症の人とご家族を温かく見守る応援者です。
定期巡回随時対応型訪問介護・看護	定期的な巡回や随時通報への対応など、利用者の心身の状況に応じて、24時間365日必要なサービスを必要なタイミングで柔軟に提供します。

<b>認知症疾患医療センター</b> ※医療保険	認知症に関する専門医療相談や鑑別診断などを行い、地域の保健医療・介護機関と連携を図り地域の認知症疾患対策の拠点となります。(1)専門医療相談(電話・面談)(2)鑑別診断とそれに基づく初期対応(3)認知症周辺症状への対応(4)認知症医療に関する情報発信を行います。
<b>小規模多機能型居宅介護(再掲)</b>	利用者の選択に応じて、施設への「通い」を中心として、短期間の「宿泊」や利用者の自宅への「訪問」を組合せ、家庭的な環境と地域住民との交流の下で日常生活上の支援や機能訓練を行う介護保険サービスです。
<b>短期入所生活介護</b>	自宅にこもりきりの利用者の孤立感の解消や心身機能の維持回復だけでなく、家族の介護の負担軽減などを目的とした介護保険サービスです。

## 8 住まい 居住系サービス等



<b>有料老人ホーム</b>	入居者が必要とするときに、施設が提供する介護サービスを受けることができる民間介護施設です。
<b>サービス付高齢者住宅</b>	専門家が常駐し、生活相談、安否確認、緊急対応サービスが提供される住宅です。
<b>認知症対応型共同生活介護(グループホーム)</b>	認知症の利用者が少人数で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気の中で介護が受けられる施設です。
<b>特別養護老人ホーム</b>	常時介護が必要で、在宅での生活が困難な場合に入所する施設です。
<b>老人保健施設</b>	病状が安定し、ご自宅へ戻れるようにリハビリに重点を置いたケアを行う施設です。





## 9

## 受診支援・服薬管理



高齢者あんしん相談センター・健康増進センター相談	こころや体の病気や様々な悩みごとを持つ人、支える家族に相談をおこなっています。
かかりつけ医 ※医療保険	自分の生活環境を知ってくれた上で、肉体的な健康の他に、心の悩みも含めて相談にのってくれる医師です。
かかりつけ薬局 ※医療保険	いつも利用する薬局のことをいいます。「かかりつけ薬局」を持つことには適切で安全な服薬ができ、安心して健康な生活を送ることが可能となるメリットがあります。
認知症サポート医 ※医療保険	認知症についてのアドバイスや診断、専門医療機関の紹介などを行う医師です。
認知症疾患医療センター(再掲) ※医療保険	認知症に関する専門医療相談や鑑別診断などを行い、地域の保健医療・介護機関と連携を図り地域の認知症疾患対策の拠点となります。(1)専門医療相談(電話・面談)(2)鑑別診断とそれに基づく初期対応(3)認知症周辺症状への対応(4)認知症医療に関する情報発信を行います。
訪問診療、往診 ※医療保険	訪問診療は、療養生活を送れるよう診療計画をもとに、居宅で診療を行い診療、治療、薬の処方、療養上の相談、指導などを行います。往診は、急変時などに患者や家族の要望を受けて不定期に行う在宅医療です。
訪問看護(再掲) ※医療保険	医師の指示に基づき看護師がご自宅を訪問して、病状の観察など、療養生活の支援を行います。
認知症初期集中支援チーム	複数の専門職が認知症が疑われる人や認知症の人及びその家族を訪問し、初期の支援を集中的(概ね6ヶ月)に行い、サポートを行うチームです。
もの忘れ外来 ※医療保険	必要な検査を行い、もの忘れ症状が年齢によるものなのか、病気によるものなのかどうかを専門医が診断します。
介護タクシー	身体などが不自由で通院などの外出の際に、介護支援を行ってくれるタクシーです。
デマンド交通(再掲)	自宅から、市内の共通乗降場に1台1回300円でタクシーを利用できます。
自立支援医療 ※医療保険	自立支援医療制度は、心身の障害を除去・軽減するための医療について、医療費の自己負担額を軽減する公費負担医療制度です。
居宅療養管理指導	通院が困難な利用者へ医師・歯科医師などがご自宅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。



## 10 権利擁護



あんしんサポート ねっと(再掲)	障がいや疾病などにより、判断能力が低下し不安のある方が地域で安心して生活が送れるようにお手伝いします。
志木市 成年後見支援センター	成年後見制度についての相談や、利用するための手続きを支援をするとともに、周知・啓発などを行っています。
成年後見センター・ しんらい(弁護士)	高齢者や障がい者の方、あるいはその家族の方が抱える問題についての法律相談を行っています。また、成年後見、保佐、補助、任意後見などの申立、これらの候補者となる弁護士の紹介をしています。
成年後見センター・リー ガルサポート(司法書士)	判断能力が不十分な人の暮らしと財産を守るため、司法書士が成年後見制度の利用を支援します。
コスモス成年後見サポート センター(行政書士)	ご高齢の方、障がいのある方が、ご自身の意思に基づいて、安心してその人らしい自立した生活が送れるよう、財産管理、身上監護を行ってサポートします。
権利擁護センター・ぱ あとなあ(社会福祉士)	判断能力にハンディを持つ人たちが、安心して暮らすことができるように相談から成年後見人などの受任までの一貫した支援を行います。
法テラス(日本司法支 援センター)	「借金」「離婚」「相続」など、法的トラブルを解決するための相談を受ける法人です。

利用してみたいサービスが見つかったら、お近くの  
高齢者あんしん相談センターに相談してみましょう！



# 志木市が強化している 認知症の取り組みを紹介

## 1 集いの場があります！

### ○認知症カフェ（オレンジカフェ）

認知症の人やその家族、専門家や地域住民が集う場として提供され、お互いに交流をしたり、情報交換をしたりすることを目的としています。志木市では、高齢者あんしん相談センターが中心となって、カフェを開設しています。

### ○福祉センター

**福祉センター**（中宗岡1-3-25 ☎048-473-7569）

**第二福祉センター**（柏町3-5-1 ☎048-476-4122）

65歳以上の方などが憩い、保養の場として、利用できる施設です。入浴・趣味・レクリエーションなどを通して交流を深め、楽しく過ごしていただく場として利用できます。



### ○サロン事業

社会参加や憩いの場として交流を深め、いきがいのある生活を支援します。

#### ・いろは元気サロン本町（本町1-6-3 ☎048-424-4856）

介護予防のリハビリテーション拠点として、運動機能の向上や認知機能の向上を図り、介護が必要にならない心身作りのお手伝いをします。

#### ・街なかふれあいサロン

**あざみ**（中宗岡1-19-27-101 ☎048-471-7760）、

**スペースわ**（館2-7-3 ペアモア商店街内 ☎048-487-3771）

空き店舗を活用した「見守り」や「声かけ」をはじめとする福祉活動を行うサロンを開設しています。

#### ・いきがいサロン

**いきいきサロン**（志木第二小学校教育福祉ふれあい館内 ☎080-9393-1611）、

**ふれあいサロン**（宗岡小学校三世代交流館内 ☎090-9689-5345）

高齢者や児童とのふれあい交流を行っています。

#### ・カフェ・ランチルーム宗四小（宗岡第四小学校内 ☎048-487-8945）

#### ・多世代交流カフェ志木四小（志木第四小学校内 ☎048-473-8621）

学校の空き教室を利用し、健康に関する教室に参加したり、昼食を食べたりしながら交流を深める場を設けています。



## 2 人気の介護予防事業を開催！

地域で「いろは百歳体操」を展開し介護予防活動の支援とシニア体操、ロコモ体操、カッピー体操などの教室を開催しています。

また高齢者あんしん相談センターで要支援認定を受けた方を中心に、状態の改善を目指したプログラム（元気回復事業）を実施しています。



## 3 県内初！認知症声かけ模擬訓練を実施 高齢者ホッとあんしん見守りシステムと連携

認知症になっても安心して歩くことができる街づくりを目指し、認知症の方が迷っている場面を想定した訓練を行っています。町内会や市内事業者の「ホッとあんしん見守りシステム」事業者など地域をあげて見守りを進めています。



## 4 権利擁護に力を入れています！

認知症などのため判断能力が十分でない方の生活を支えるための制度の紹介、相談、利用支援を行っています。

- ・ 成年後見支援センター
  - ・ 成年後見制度の普及啓発
  - ・ 相談・手続き支援
  - ・ 成年後見制度に関連した情報の提供
  - ・ 「市民後見人」の育成活動支援など



## こんな時にはどこに相談したらいい？

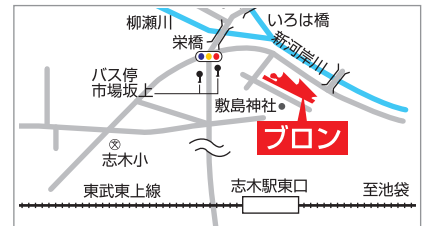
認知症、もの忘れに関する相談は、まずはお近くの高齢者あんしん相談センター（地域包括支援センター）へ

**開所時間**／月曜日から土曜日の午前8時30分から午後5時15分（祝日、年末年始を除く）※緊急時は、時間外でも電話での相談を受け付けています。

### ○高齢者あんしん相談センター ブロン

本町地区 志木市本町2-10-50

☎ 048-486-0003 FAX 048-486-4087



### ○高齢者あんしん相談センター 柏の杜

柏町地区 志木市柏町3-5-1第二福祉センター内

☎ 048-486-5199 FAX 048-476-4000



### ○高齢者あんしん相談センター 館・幸町

館・幸町地区 志木市幸町3-12-5

☎ 048-485-5610 FAX 048-485-5611



### ○高齢者あんしん相談センター せせらぎ

宗岡地区 志木市中宗岡1-19-61

☎ 048-485-2113 FAX 048-486-5112



### ○高齢者あんしん相談センター あきがせ

平成28年1月～6月（仮事務所）

志木市中宗岡3-3-11-101（小日向ハイツ）

平成28年7月～（予定）

志木市中宗岡3-25-11（グループホーム内）

☎ 048-485-5020 FAX 048-485-5021



もの忘れが気になり始めたら、まずは身近なかかりつけの医師に相談してみましよう。

### 認知症を診察している医療機関の紹介

<b>福島脳神経外科・内科クリニック</b>	志木市本町6-22-45 ヴェルモ志木2F ☎ 048-474-3000
<b>TMG宗岡中央病院</b>	志木市上宗岡5-14-50 ☎ 048-472-9211
<b>志木北口クリニック</b>	志木市本町5-24-17 アルバビル4F ☎ 048-471-2661
<b>あやクリニック志木</b>	志木市中宗岡1-19-51 ☎ 048-485-5035
<b>たで内科クリニック</b>	志木市柏町6-29-44 ベルリバー2F ☎ 048-485-2600
<b>いしもと脳神経外科・内科</b>	新座市北野3-18-16 志木・新座メディカルヴィレッジ内 ☎ 048-483-7111
<b>新座すずのきクリニック</b>	新座市野火止6-3-23 ☎ 048-480-5511
<b>志木こころのクリニック</b>	新座市東北2-30-18 さいとうビル4F ☎ 048-424-7933
<b>あさか台メンタルクリニック</b>	朝霞市浜崎1-2-10 アゴラ21ビル6F ☎ 048-476-9700
<b>中村メンタルクリニック</b>	朝霞市西原1-2-2 5F ☎ 048-458-3424
<b>東武中央病院</b>	和光市本町28-1 ☎ 048-464-6211 ☎ 048-464-6655 (外来予約専用)
<b>和光病院</b>	和光市下新倉5-19-7 ☎ 048-450-3312 (相談室直通)
<b>戸田病院</b>	戸田市新曽南3-4-25 ☎ 048-442-3824
<b>東京都健康長寿医療センター</b>	東京都板橋区栄町35-2 ☎ 03-3964-1141

\* 志木市の認知症疾患医療センター



平成27年12月発行

**発行** 志木市役所高齢者ふれあい課  
志木市中宗岡1-1-1  
☎048-473-1111(代表)  
FAX 048-471-7092

※表紙・挿し絵は、志木市内にあるグループホーム等の利用者にご協力をいただきました。