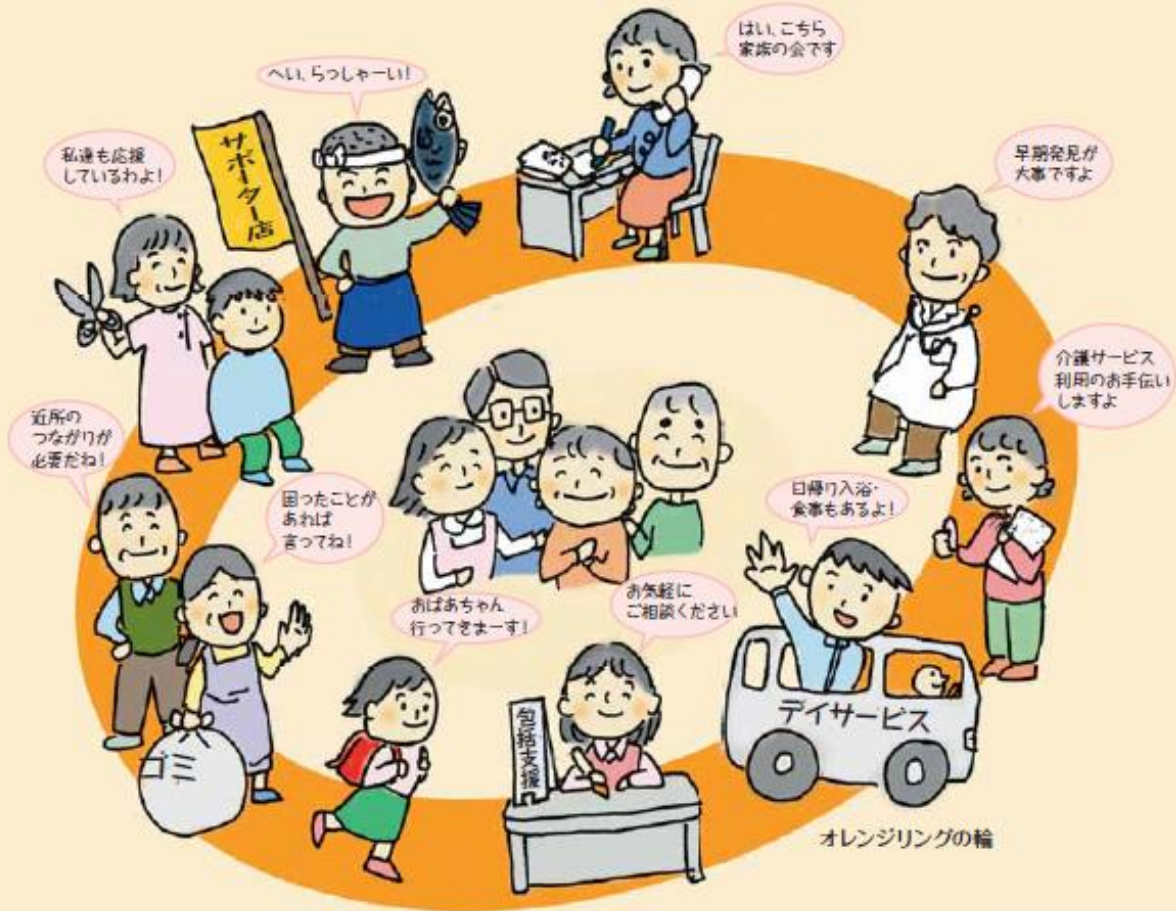


認知症 あんしん ガイドブック

～認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して～



- はじめに、最近こんなこと気になりませんか? … 2 ページ
- 認知症ってどんな病気? … 4 ページ
- 認知症の予防 … 5 ページ
- 困った時の相談窓口 … 7 ページ
- タイプ別サービス早わかり表 … 9 ページ
- 住み慣れた地域で生活するための様々なサービス … 11 ページ
- 認知症患者対応協力医療機関一覧 … 14 ページ
- 住み慣れた地域で暮らすために … 15 ページ

塩竈市



はじめに

認知症と疑われる症状が発生した時から、その進行状況にあわせて、いつ・どこで・どのような医療・介護サービスを受ければよいかをわかりやすくまとめました。

認知症かな？と感じたら、まずは相談（電話・窓口）

- かかりつけ医がいる ⇒ 医師へ相談
- 担当ケアマネジャーがいる ⇒ ケアマネジャーへ相談
- 誰に相談したらよいかよく分からない ⇒ 地域包括支援センターや市高齢福祉課へ相談

最近こんなこと気になりませんか？

● 今までできていたのに・・・

- 職場あるいは家庭内において、今までできていた仕事や家事がこなせなくなった。
- 簡単な計算の間違いが多くなった。

● いま何時？ここはどこ？

- 時間や場所の感覚があいまいになった。
- 慣れている場所で道に迷った。

● 記憶があやふや

- 同じことを言ったり聞いたりする。
- 人と会う約束やその日時を忘れる。
- 最近の出来事が思い出せない。
- 大切な物を失くしたり、置き忘れてりする。
- 水道やガス栓の閉め忘れが目立つようになった。
- 物の名前が出てこなくなった。

● どうもやる気が・・・

- いままで好きだったものに対して興味・関心が無くなった。
- 服装がだらしなくなり、身だしなみに気をかけなくなった。
- これまでしていた日課をしなくなった。

● 性格が変わった？

- ささいなことで怒りっぽくなった。
- 以前よりも、こだわりが強くなった。

物忘れチェックリスト



現在の日常生活と 1年前の状態 を比べてください。

合計点が 24 点以下だった場合、まずかかりつけ医に相談してみるか、最寄りの相談窓口（地域包括支援センター等）に問い合わせてみることをお勧めします。

これは認知症を判断するものではありません。あくまで“目安”にすぎません。



▼
▼
▼

変わらない
悪くなった
多少
悪くなった
とても

①曜日や月が分かる	2	1	0
②前と同じように道順が分かる	2	1	0
③住所・電話番号を覚えている	2	1	0
④物がいつもしまわれている場所を覚えている	2	1	0
⑤物がいつもの場所がない時、見つけることができる	2	1	0
⑥洗濯機やテレビのリモコンなどの電気製品を使いこなせる	2	1	0
⑦自分で状況にあった着衣ができる	2	1	0
⑧買い物でお金を払える	2	1	0
⑨身体の具合が悪くなったわけではないのに、気力がなくなってきた	2	1	0
⑩本やテレビの内容が分かる	2	1	0
⑪手紙を書いている	2	1	0
⑫数日前の会話を思い出すことができる	2	1	0
⑬数日前の会話の内容を思い出させようとしても難しい	2	1	0
⑭会話の途中で言いたいことを忘れることがある	2	1	0
⑮会話の途中で適切な単語が出てこないことがある	2	1	0
⑯よく知っている人の顔が分かる	2	1	0
⑰よく知っている人の名前を覚えている	2	1	0
⑱その人たちがどこに住んでいる、仕事などが分かる	2	1	0
⑲最近のことを忘れっぽくなった	2	1	0

合計 点

物忘れと認知症の違い

年を重ねると、ちょっとした物忘れや人や物の名前が出てこないことは、誰しもに見られることです。しまい忘れ・置き忘れが増えてきます。『加齢に伴う物忘れ』なのか『認知症の物忘れ』なのかを見極めることが大切です。

<忘れ方の違い>

加齢による物忘れ	認知症による物忘れ
体験の一部を忘れる	体験の全体を忘れる
物忘れを自覚している	物忘れの自覚がない
別の機会に思い出せる	思い出せない部分に作り話が混じる



認知症ってどんな病気？

1. 認知症は誰もがかかる可能性のある脳の病気です

認知症はいろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなるために、生活に支障が出てくる病気です。

その原因で最も多いものは、脳の神経細胞がゆっくり死んでいく「アルツハイマー型認知症」です。次いで、脳梗塞などが原因で神経の一部の細胞が死んでしまう「脳血管性認知症」などがあります。

2. 認知症の症状は人によりさまざまで、中核症状と行動・心理症状があります

脳細胞が壊れることで起こる中核症状は、進行すると誰にでも見られる症状です。他に、本人の心の状態や性格、周囲の環境などにより、行動・心理症状が加わる方もいます。この症状は、家族や周囲の人にとっては「問題な行動」ですが、本人の心情からすると「不安や混乱による心の叫び」とも言えます。

認知症の症状

中核症状

(脳の細胞が死んだり働きが悪くなることで進行すると、誰にでも起こる症状)

記憶障害

新しいことを覚えられない、すぐ忘れてしまうなど

見当識障害

日時・場所・人が分からなくなるなど

理解・判断力の低下

状況や指示の理解ができない、考えるスピードが遅くなるなど

実行機能障害

順序立てて料理などを行うことができないなど

感情表現の変化

怒りっぽくなったり、すぐ泣いてしまうなど

元々の性格・素質

自分が壊れる恐怖

居心地の悪さ

家族との不和

孤独の不安

行動・心理症状

(性格や周囲の環境により混乱することで、一部の人に起こる症状)

不安・あせり

物忘れや失敗が増えていることによる心の揺れ

うつ状態

自信を失い、気持ちが沈み、やる気がない

妄想

見当たらないと、盗まれたと思ってしまう

幻覚

実際にいないのに、見えたり聞えたりする

食行動異常

判断がつかず、何でも食べようとする

興奮・暴力

理解ができず、入浴や着替えを嫌がる

排泄の失敗

排泄がうまくできず、周囲を汚してしまう

睡眠覚醒リズム障害

昼と夜の区別がつかず、逆転してしまう

徘徊・落ち着かない

何かをしようと思いついたり、居場所を求めて動き回る

参考～歯みがきの様子から認知症の進行状態が分かる!??～

境界状態から 軽度認知症	軽度認知症から 中度認知症	中度認知症以上
<ul style="list-style-type: none"> ・歯みがきのセルフケアが不十分 ・歯みがきを忘れる 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯みがきを1人ですることが困難 ・入れ歯のしまいこみ、紛失がある 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯みがきをしたがらない ・複雑な入れ歯の着脱、取り扱いが困難になってくる ・うがいの水を飲んでしまうことがある ・歯みがきの介助を嫌がる
<p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯みがきの誘導、習慣化させる ・介助の受け入れは自尊心に配慮しながら 	<p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・誘導や介助は必要だが、拒否が起これないように、本人のリズムに合わせる 	<p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・介助拒否に配慮し、セルフケアを促しながら介助する ・水分の誤嚥に注意

認知症の予防

脳と体を健康に保ちましょう。

適度な運動

- ・ウォーキングや水泳、ジョギング、サイクリングなど
- ・少なくとも2日に1度
- ・20～60分程度

規則正しい生活リズム

- ・朝起きたら朝日を浴びる
- ・食事や睡眠の時間など規則正しく

人付き合い・笑顔

- ・食事を楽しむ
- ・カラオケ、囲碁、将棋など楽しむ
- ・イベントに参加、ボランティア活動
- ・旅行する

バランスのとれた食事

- ・青背の魚を食べる
- ・緑黄色野菜をたくさん摂る
- ・よく噛んで食べる
- ・水分補給を忘れずに
- ・お酒を飲むなら一合程度

健診で健康チェック

- ・年に1回、健診を受ける



目指せ!



ハチマル
80歳

ニイマル
20本

体は口から衰える? 「オーラルフレイル」をチェックしてみよう

オーラルフレイルとは「高齢になり口腔の筋肉や活力が衰えた状態」です。

噛むこともできる、食べることもできる、おしゃべりにも何の問題もない…という方は現在は問題ないかもしれませんが、衰えというのは自分では自覚できないくらいとでも少しずつ進んでいくので、決して安心することはできません。まずは、今の自分の口の中が衰えていないか確認してみましょう。

□ 口から食べこぼすことがある ⇒ ^{そしゃく}咀嚼機能の低下

少しでも口から食べ物を食べこぼすことがあれば、オーラルフレイルの兆候かもしれません。たくあんやスルメイカのように噛みごたえのある食べ物を食べなくなったり、残したりするようなことが多くなっている場合も、その原因が食べにくいからであることが多いです。

□ 飲み込む時にむせることがある ⇒ ^{えんげ}嚥下機能の低下

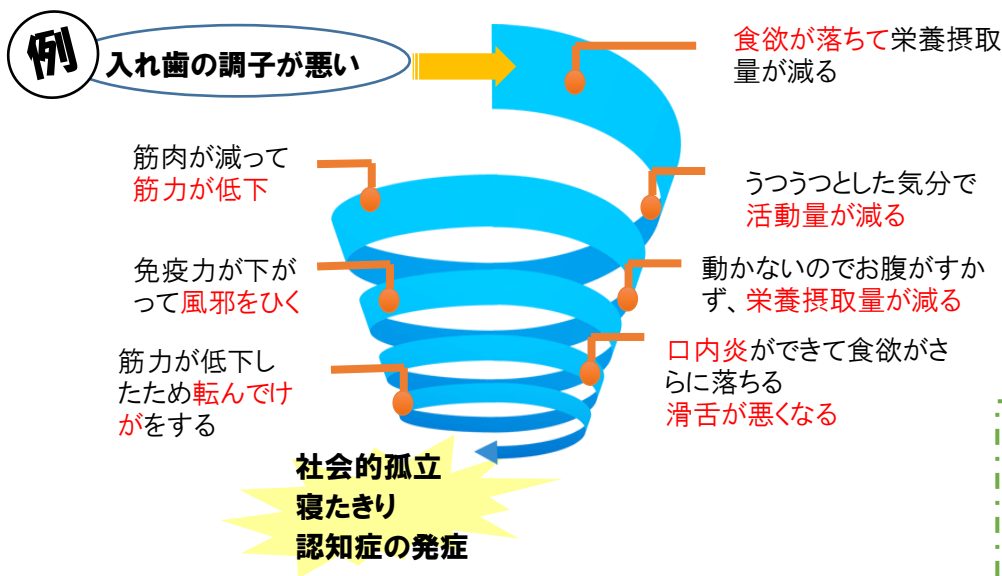
食べ物や飲み物を口に含み、飲み込む時に少しでもむせることがある場合、嚥下機能が低下していることが考えられます。

□ 人と話をする時に発音しづらいことがある ⇒ 滑舌が悪くなる

人によってどの言葉が言いにくいのか、個人差が大きいので一概には言えませんが、進行すると次の行の言葉が言いにくくなります。自分でははっきり発音していると思っていても、他の人が聞きにくいという場合がありますので、自分だけで判断せず人に聞いてもらって、正しく発音できているか判断することも重要なポイントです。

・カ行「カ・キ・ク・ケ・コ」 ・パ行「パ・ピ・プ・ペ・ポ」 ・ラ行「ラ・リ・ル・レ・ロ」

「オーラルフレイル」があるとどうなるの?



困った時の相談窓口

認知症かなと思ったら…

認知症になる以前からの本人の健康状態や持病などを把握してくれている『かかりつけ医』にご相談ください。認知症の症状や状態に合わせ認知症専門医の受診が必要な場合、紹介状を書いてもらうとスムーズに受診でき適切な治療につながります。

かかりつけ医	体調の管理や病気の治療・予防など健康に関して日常的に相談できる身近な医療機関です。物忘れなど気になり始めたら、まずは身近なかかりつけ医に相談してみましょう。
認知症サポート医	認知症に関する経験や知識が十分であると認定を受けた専門医です。
認知症疾患医療センター	都道府県や指定都市により指定された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としての医療機関です。 塩釜地区の認知症疾患医療センター 【坂総合クリニック】 多賀城市下馬 2 丁目 13-7 ☎361-7031 ※予約が必要です

💡 本人が受診に前向きでない時は…

認知症の人には、物忘れの自覚症状がある人となない人もいますが、どなたも自身や周囲の変化に何かが起こっていると不安を感じます。受診を勧める時には、本人のプライドや気持ちを傷つけないことが大切です。心配していることを丁寧に伝えるようにしましょう。



一度脳の検査を受けてみようか



病気が原因の物忘れかもしれないから一度病院で診てもらおう

認知症初期集中支援チーム

認知症初期集中支援チームとは？ ご本人やご家族、民生委員などからの相談を受け、認知症が疑われる方のご自宅を訪問し、自立した生活のサポートをする専門職のチーム*です。

どんなことをしてくれるの？ チーム員がご自宅を訪問し、状況を確認させていただきます。その上で、ご本人やご家族の状況に合わせた、医療機関受診やサービス利用の調整、ご家族の介護負担軽減等の支援を行います。

*医師（認知症サポート医）、看護師、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員など

【利用に関する問い合わせ】

各地域包括支援センター

高齢福祉課 364-1204

認知症の様々な相談ごとは…

「認知症を予防するにはどうしたらいい?」「家族が認知症かも?」「介護サービスを受けるにはどうしたらいい?」「認知症の介護が分からない…」「お金の管理ができなくなった」などの様々なご相談ごとは

高齢者の総合相談窓口の『**地域包括支援センター**』にご相談ください

地域包括支援センターには、専門職がおりますのでお気軽にご相談ください。(お住まいの地区ごとに担当が異なります。詳しくは 16 ページをご覧ください。)

サービスを上手に使いましょう

介護保険サービス

- デイサービス…日帰りで入浴や食事、交流や活動を提供
- ホームヘルパー…身体介護、家事などの生活援助
- ショートステイ…施設などに数日間宿泊するサービス
- グループホーム…家庭的な雰囲気の中で介護を受けながら共同生活を行うところ
- 小規模多機能型居宅介護…通いを中心に、利用者の選択に応じて居宅への訪問や短期間の宿泊を組み合わせられる

福祉サービス

- はいかい高齢者SOSネットワーク
徘徊などで行方不明になった方を、警察などの関係機関で協力して早く見つけるシステムです。
(詳しくは 16 ページをご覧ください。)
- 認知症高齢者等見守り QR コードシール活用事業
徘徊により保護されたときに、ご自身でお名前や住所が言えなくても、衣類や持ち物に貼り付けた専用の QR コードシールを利用して早期に身元を判明させ、ご家族と連絡をとれるようにするものです。(詳しくは 16 ページをご覧ください。)
- 介護家族支援 (レスパイト事業)
家族のやむを得ない事情により、施設などに数日間宿泊するサービス。

家族同士の相談や交流の場もあります

認知症家族とのふれあい広場

月 1 回程度開催し、交流や情報交換を行います。(詳しくは 13 ページまたは広報をご覧ください。)

認知症カフェ

認知症についてよく知り、気軽にお茶飲みができる集いの場です。認知症の方やその家族、専門職、地域の方々などとの交流が図れます。(詳しくは 11 ページまたは広報をご覧ください。)

公益社団法人 認知症の人と家族の会 宮城県支部

仙台市青葉区上杉 3 丁目 3-1 (みやぎハートフルセンター 4 階) ☎ 263-5091
月曜日～金曜日 午前 9 時～午後 4 時…介護経験者が相談に応じています。

認知症にやさしいサポーター店

認知症について正しく理解し、地域でのさりげない見守りと優しい声かけをしてくださる応援者(認知症サポーター)が市内にたくさんいます。買い物など様々な場面で、ちょっとした見守りや声かけがあれば、認知症になっても安心して出かけることができます。認知症サポーター養成講座を受講した市内の店舗は「認知症にやさしいサポーター店」として登録をしています。

サポーター店には、右図のステッカーが貼られています。



タイプ別サービス早わかり表

～認知機能低下と生活機能低下のタイプ別による生活上のポイント～

※分類別の症状はあくまで目安です。

分類	A タイプ(境界状態)	B タイプ(軽度認知症)	C タイプ(中度認知症)	D タイプ(重度認知症)
症状	<p>★最近、物忘れが少し出てきた。</p> <p>★買い物や事務作業、お金の管理などに少し不安がありますが、一人でできます。</p>	<p>★薬を飲んだか分からなくなるときがありますが、周りの人に支えられて薬を飲むことができます。</p> <p>★ご自宅にお客さんが来た時の対応が難しいこともありますが、周りの人の手助けがあれば大丈夫です。</p>	<p>★着替えやトイレ、食事は一人では難しいけれど、声かけや誘導、人の手助けがあればできます。</p>	<p>★日常動作全般に生活しにくい場面が多いですが、人の手助けがあれば安心です。</p>
生活上のポイント	<p>健康管理</p> <p>①適度な運動をしましょう。</p> <p>②バランスの良い食事を心がけましょう。</p> <p>③十分な睡眠をとりましょう。</p> <p>④気になる時はかかりつけ医に相談しましょう。</p> <p>趣味やボランティアを続ける</p> <p>①趣味やボランティア活動がある方は、続けていきましょう。</p> <p>②外出する機会は今までと同じようにしていきましょう。</p> <p>仲間作り</p> <p>①地域との関わりを続けていきましょう。</p> <p>②できるだけグループ活動に参加しましょう。</p>	<p>規則正しい生活と見守ってもらうを増やす</p> <p>①規則正しい生活を心がけましょう。</p> <p>②ご家族に定期的に電話をしましょう。</p> <p>③理解してくれる人を探しましょう。</p> <p>専門医を活用し、薬を欠かさずに飲む</p> <p>①かかりつけ医の受診は継続しましょう。</p> <p>②かかりつけ医から専門の医師を紹介された時には受診しましょう。</p> <p>③定期的な受診と服薬を行きましょう。</p> <p>介護保険サービスを検討する</p> <p>①地域包括支援センターと相談しましょう。</p> <p>②生活の質を落とさないように、介護保険サービスの利用を考えてみましょう。</p>	<p>介護保険サービスを活用する</p> <p>①地域包括支援センターと相談しましょう。</p> <p>②担当のケアマネジャーと相談しましょう。</p> <p>③サービスの内容が合わなくなった時は変更してもらいましょう。</p> <p>お金の管理や契約について考える</p> <p>①様々な契約などに不安がある時には、地域包括支援センターに相談しましょう。</p> <p>見守りのための支援を活用、危険から身を守る方法を考える</p> <p>①万が一の徘徊などに備えて、居場所が分かる携帯用品を準備しましょう。</p> <p>②症状が悪くなってきた時には、かかりつけ医や専門の医師と相談しましょう。</p>	<p>日常生活全般の支援を受ける</p> <p>①食事・入浴・排泄・着替えの支援を受けましょう。</p> <p>②定期的に受診する支援を受けましょう。</p> <p>生活環境を整える</p> <p>①安全な環境を整えましょう。</p> <p>②季節に合わせて、可能な範囲で外出の機会を作って、楽しみましょう。</p> <p>③生活上必要な契約や金銭管理はご家族や後見人の支援を受けましょう。</p> <p>住まいを選択</p> <p>①ご本人やご家族の事情により、自宅か施設などを選択しましょう。</p> <p>②選択にあたっては、ご家族や後見人からの支援を受けましょう。</p>



～認知症の進行に応じたサービス～

※認知症の原因となる病気の種類や個人の状況などにより、経過のたどり方や利用できる制度・サービスは異なりますので、おおまかな目安としてください。

(サービスの番号は 11～13 ページの番号と同じになります)

認知症の進行 (右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態)

サービスの分類	Aタイプ (境界状態)	Bタイプ (軽度認知症)	Cタイプ (中度認知症)	Dタイプ (重度認知症)
社会参加・仲間作り支援	①地域活動 ②老人クラブ ③介護予防教室等 ④通所型サービス A ⑤介護支援ボランティア活動事業 ⑥老人福祉センター			
			⑦通所介護	
	⑧認知症カフェ			
役割支援	⑨シルバー人材センター			
病院受診の支援	⑩かかりつけ医 ⑫認知症疾患医療センター			
	⑪認知症サポート医 ⑬認知症初期集中支援チーム			
服薬管理	⑩かかりつけ医			
	⑪認知症サポート医			
介護サービス	⑭認知症対応型通所介護 ⑮通所リハビリテーション(デイケア) ⑯訪問介護 ⑰定期巡回・随時対応型訪問介護・看護 ⑱訪問看護 ⑲小規模多機能型居宅介護 ⑳短期入所生活介護(ショートステイ) ㉑福祉用具貸与 ㉒特定福祉用具販売			
見守り支援	㉓実態把握			
	㉔配食サービス ㉕SOS ネットワーク ㉖見守り QR コードシール活用事業 ㉗あんしん見守り支援事業			
住まいの支援	㉘住宅改修費支給		㉙認知症対応型共同生活介護(グループホーム)	
	㉚サービス付き高齢者向け住宅			
			㉛介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム) ㉜地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護	
家族支援	㉝介護家族支援(レスパイト事業)			
	㉞認知症家族とのふれあい広場～オレンジリングメイト～ ㉟認知症カフェ			
権利擁護のための支援	㉟成年後見制度利用支援事業 ㊱日常生活自立支援事業(まもりーぶ)			

住み慣れた地域で生活するための様々なサービス

社会参加・仲間作り支援

社会の一員として、社会参加し、能力の範囲で社会貢献し、生きがいをもって過ごすことができます。また、それによって起こりやすい病気を予防します。

1	地域活動	各地域・町内会等で、ダンベルサークル・脳げんき教室やサロン活動が行われています。また、各町内において民生委員・児童委員等が、高齢者見守り活動を行っています。	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢福祉課 ☎364-1204 ・各地域包括支援センター
2	老人クラブ	老後の生活を豊かなものとするとともに、明るい長寿社会作りを行っています。	老人クラブ連合会事務局 ☎364-1211
3	介護予防教室等（行政）	住み慣れた地域で、いつまでも元気で要支援・要介護状態となることを予防するための教室を行っています。	・高齢福祉課 ☎364-1204
4	通所型サービスA	家に閉じこもりがちな高齢者に、健康チェック・軽体操・創作活動などを通して、いきがいを持ちながら生活できるようにお手伝いします。	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢福祉課 ☎364-1204 ・各地域包括支援センター
5	介護支援ボランティア活動事業	健康に自信があり、自力で移動が可能な65歳以上の方が、指定された介護保険事業所で軽微な補助活動を行い、ポイントを貯めていく事業です。	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢福祉課 ☎364-1204 ・シルバー人材センター ☎367-5940
6	老人福祉センター	高齢者の健康維持・情報交換・レクリエーションなどにより、憩いの場として利用されています。	塩竈市社会福祉協議会 ☎364-1213
7	通所介護（デイサービス）	通所介護施設に通い、日常生活上の支援や機能訓練などを日帰りで行います。	※サービス利用には介護認定が必要になります。既に認定をお持ちの方は、担当ケアマネジャーにご相談ください。
8	認知症カフェ	認知症についてよく知り、気軽にお茶飲みができる集いの場です。認知症の方やその家族、専門職、地域の方々などとの交流が図れます。	各地域包括支援センター

役割支援

能力を活かした仕事や役割があります。意欲を保ち続け、生きがいや喜びを感じることができます。

9	シルバー人材センター	高齢者の知識と経験を活かし、その希望と能力に応じた社会活動・生きがいづくりを推進します。	シルバー人材センター ☎367-5940
---	------------	--	-------------------------

病院受診の支援

認知症を正しく診断し、病気について分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。

10	かかりつけ医	まずは現在通院しているかかりつけ医に相談してみましょう。専門の医療機関も紹介してもらえます。	14 ページ参照
11	認知症サポート医	かかりつけ医や専門医療機関、及び地域包括支援センターとの連携作りを行う医師です。	
12	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中核機関としての医療機関です。	坂総合クリニック ☎361-7031
13	認知症初期集中支援チーム	ご本人やご家族、民生委員などからの相談を受け、認知症が疑われる方や認知症のご自宅を訪問し、自立した生活のサポートをします。（詳細は7ページ）	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢福祉課 ☎364-1204 ・各地域包括支援センター

服薬管理

状態を安定させる薬の調整をします。継続的に服薬ができるような支援をします。

10	かかりつけ医	現在通院しているかかりつけ医に相談してみましょう。専門医療機関も紹介してもらえます。	14 ページ参照
11	認知症サポート医	かかりつけ医や専門医療機関、及び地域包括支援センターとの連携作りを行う医師です。	

介護サービス・介護予防サービス

認知症の症状や心身機能の悪化を可能な限り防ぎます。

14	認知症対応型通所介護	認知症の人が食事・入浴などの介護や、機能訓練などを日帰りで行います。 【となりの家 ☎352-3301】	※サービス利用には介護認定が必要になります。既に認定をお持ちの方は、担当ケアマネジャーにご相談ください。 ・高齢福祉課 ☎364-1204 ・各地域包括支援センター
15	通所リハビリテーション(デイケア)	介護老人保健施設や医療施設などに通い、介護や生活機能向上のためのリハビリテーションを日帰りで行います。	
16	訪問介護	ホームヘルパーが、身体介護や日常生活上の援助をします。	
17	定期巡回・随時対応型訪問介護・看護	日中・夜間を通じて定期的な通院と、随時の通報により居宅を訪問し、介護や日常生活上の緊急時の対応を行います。	
18	訪問看護	疾患等を抱えている人に、看護師等が居宅を訪問し、療養上の世話や診療の補助を行います。	
19	小規模多機能型居宅介護	施設への通いを中心に、利用者の選択に応じて居宅への訪問や短期間の宿泊を組み合わせ多機能なサービスを提供します。並びに病気や閉じこもりを予防し、必要なサービスなどにつなげています。 【松ぼっくり ☎361-8922】	
20	短期入所生活介護(ショートステイ)	介護老人福祉施設や介護老人保健施設などに短期間入所している人に、日常生活上の支援や機能訓練などを行います。	
21	福祉用具貸与	日常生活上の自立を助けるための福祉用具を借りることができます。	
22	特定福祉用具販売	事前に市へ相談した上で、都道府県などの指定を受けた事業所から購入した時、購入費が支給されます。	

見守り支援

ひとり暮らしや健康状態不明等の高齢者を訪問して、安否確認や日常生活の援助を行います。また、徘徊などの危機に対する支援や見守り機器の初期費用の助成もあります。

23	実態把握	ひとり暮らしや健康状態不明等の高齢者を訪問し、日常生活や心身の状態を把握し、安否確認並びに病気や閉じこもりを予防し、必要なサービスなどにつなげていきます。	・高齢福祉課 ☎364-1204 ・各地域包括支援センター
24	配食サービス	概ね65歳以上のひとり暮らしの高齢者や、高齢者のみの世帯で、心身の障害及び疾病等の理由により調理が困難な方に対し、週2回を限度としたお弁当を配達し、同時に安否確認を行います。	高齢福祉課 ☎364-1204
25	はいかい高齢者SOSネットワーク	認知症などの高齢者が徘徊により所在不明になった時、あらかじめ登録した台帳を基に協力機関に連絡し、早期発見につなげます。 (詳細は16ページ)	高齢福祉課 ☎364-1204
26	認知症高齢者等見守りQRコードシール活用事業	認知症などの高齢者が徘徊により保護されたときに、衣類や持ち物に貼り付けた専用のQRコードシールを利用して早期に身元を判明させ、ご家族と連絡をとれるようになるものです。 (詳細は16ページ)	高齢福祉課 ☎364-1204
27	高齢者あんしん見守り支援事業	ひとり暮らしの高齢者等を対象に、民間事業者が提供する見守りサービスに対して、15,000円を上限に初期費用を助成します。	高齢福祉課 ☎364-1204

住まいの支援

安全でできるだけ自立した生活が継続的にできます。プライバシーが守られ、終末期まで過ごすことができます。

28	住宅改修費支給	事前に市へ相談した上で、手すりの取り付けや、段差解消などの住宅改修をした時、改修費が支給されます。	
29	サービス付き高齢者向け住宅	高齢者の安心を支えるサービスを提供するバリアフリー構造の住宅です。	
30	認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	認知症の人が共同生活する住宅で、食事・入浴などの介護や機能訓練などを行います。 【オリーブ ☎365-5281】 【小松崎あさひ園 ☎367-7509】 【清水沢あさひ園 ☎361-4711】 【杉の入あさひ園 ☎794-7195】 【やすらぎの里 ☎363-3226】 【梅の宮マミー ☎355-9766】	※サービス利用には介護認定が必要になります。既に認定をお持ちの方は、担当ケアマネジャーにご相談ください。 ・高齢福祉課 ☎364-1204 ・各地域包括支援センター
31	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	常時介護が必要で、居宅の生活が困難な人が入所し、日常生活上の支援や介護を提供します。	
32	地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護	定員29人以下の小規模な介護老人福祉施設で介護や日常生活上の世話・機能訓練などを提供します。	

家族支援

介護の不安やストレスを軽減することができます。介護に対する思いを同じ境遇のご家族と話したり、共有できます。また、必要な時は専門家の支援を受け、専門知識や介護方法などについて知ることができます。

8	認知症カフェ	認知症についてよく知り、気軽にお茶飲みができる集いの場です。認知症の人やその家族、専門職、地域の方々などとの交流が図れます。	各地域包括支援センター
33	介護家族支援 (レスパイト事業)	日常生活を営むのに支障のある高齢者を介護する家族が、やむを得ない理由で介護ができなくなった場合、一時的な施設入所により家族に代わって介護します。(7日以内)	高齢福祉課 ☎364-1204
34	認知症家族とのふれあい広場 ～オレンジリングメイト～	介護中の家族や介護経験者が、お互いに情報交換したり、交流を図っています。 時間や場所は各地域包括支援センターへお問い合わせ下さい。 【毎月第3水曜日】	各地域包括支援センター

権利擁護のための支援

虐待や身体拘束を受けず、権利や財産が守られます。

35	成年後見制度利用支援事業	認知症高齢者を保護・支援するため、家庭裁判所に対して後見等開始の申請を行います。	高齢福祉課 ☎364-1204
36	日常生活自立支援事業(まもりーぶ)	判断能力が不十分な認知症高齢者などを対象に福祉サービスの利用援助、日常的な金銭管理サービスなどを行います。	塩竈市社会福祉協議会 ☎364-1213

認知症患者対応協力医療機関一覧

(認知症サポート医養成研修、かかりつけ医認知症対応力向上研修を修了し、公表に同意をいただいた医療機関)

医療機関名		所在地	電話番号	備考
塩竈市	赤石病院	花立町22-42	362-8131	
	こがね医院	旭町5-10	362-2026	
	公益財団法人 宮城厚生協会 坂総合病院付属 北部診療所	庚塚1-3	366-7251	
	坂総合病院	錦町16-5	365-5175	
	塩竈市立病院	香津町7-1	364-5521	認知症初期集中支援チーム 協力機関
	清水沢クリニック	清水沢3-14-24	367-6822	
	新浜クリニック	新浜町1-6-18	363-3363	
	菅原内科胃腸科医院	宮町2-28	362-0513	
	杉山内科	北浜1丁目6-9	362-1715	
	高橋ジェネラルクリニック	藤倉3-6-4	365-9005	
	平澤内科医院	石堂1-33	365-0222	
	緑ヶ丘病院	西玉川町1-16	362-5555	
	無量井内科クリニック	東玉川町2-28	361-3577	
	ももせクリニック	清水沢4丁目37-20	361-8201	
やまとクリニック	伊保石21-1	367-7611		
多賀城市	おおしろファミリー クリニック	笠神4丁目8-3	762-6560	
	おおば医院	下馬3丁目1-28	363-0213	
	笠神ハートクリニック	笠神4-6-16	361-8010	
	コツコツクリニック 多賀城整形外科	高橋4丁目20-5	762-8806	
	坂総合クリニック	下馬2丁目13-7	361-7011	認知症疾患医療センター
	関口内科胃腸科医院	八幡3丁目5-9	362-2668	
	仙塩総合病院	桜木2丁目1-1	367-4111	
山田憲一内科医院	山王字中山王13-1	368-2200		
松島町	医療法人友仁会 松島病院	高城字浜1-26	354-5811	
利府町	宮城利府掖済会病院	利府町森郷字新太子堂 51	767-2151	
	利府内科胃腸科医院	利府町中央2-8-4	356-5561	
	りふの内科クリニック	利府町新中道2-1-2	356-8200	

住み慣れた地域で暮らすために

さりげない見守りとやさしい声がけを ～認知症の人への接し方～

1. 安心感を与える

5. 教えようとしな

2. 普通の人と同じように接して、人間として尊重する

6. 訴えを頭ごなしに否定しない

3. プライドを傷つけない

7. 短く簡潔な言い方をする

4. 失敗を責めない

よい接し方の3つの秘訣

1. 驚かせない…後ろからの声かけは驚いて混乱してしまいます。
2. 急がせない…ゆっくりと考えたり、ゆっくりと行動するのを待ってあげます。
3. 自尊心を傷つけない…命令口調の相手に不快に感じやすくなります。

認知症サポーター養成講座に参加してみませんか

現在塩竈市では、認知症について正しく理解し、地域でのさりげない見守りとやさしい声がけをして下さる応援者(認知症サポーター)を増やす取り組みをしています。認知症サポーター養成講座(90分程度)の受講により、サポーターの証である「認知症サポーターカード」をお渡ししています。

私は認知症サポーターです。



町内会、子ども会、老人クラブ、お友達同士などで開催してみませんか。



写真(左)の「ロバ隊長」は、「認知症サポーターキャラバン」のマスコットです。

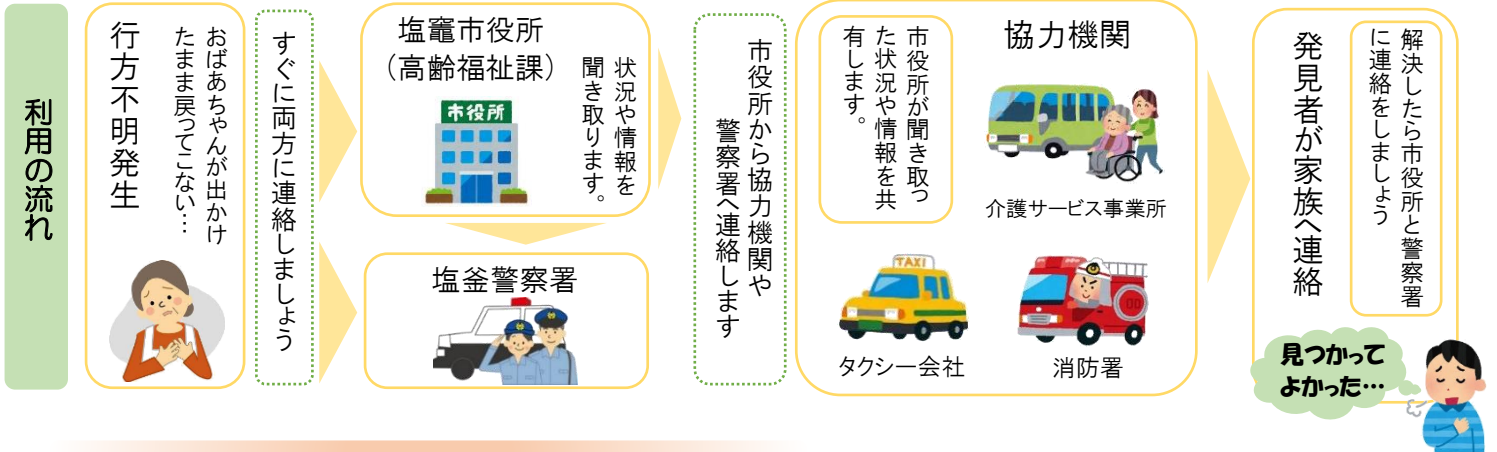
認知症サポーターの「キャラバン」(隊商)の隊長として、「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」への道のりの先頭を歩いています。ロバのように急がず、しかし一歩一歩着実に、キャラバンも進んでいきます。

認知症の方の生命を守る、もしものときの支援事業

はいかい高齢者の見守り支援を2つ紹介します。どちらも利用は無料です。詳しくは高齢福祉課までお問合せ下さい。
☎364-1204

はいかい高齢者SOSネットワークシステム

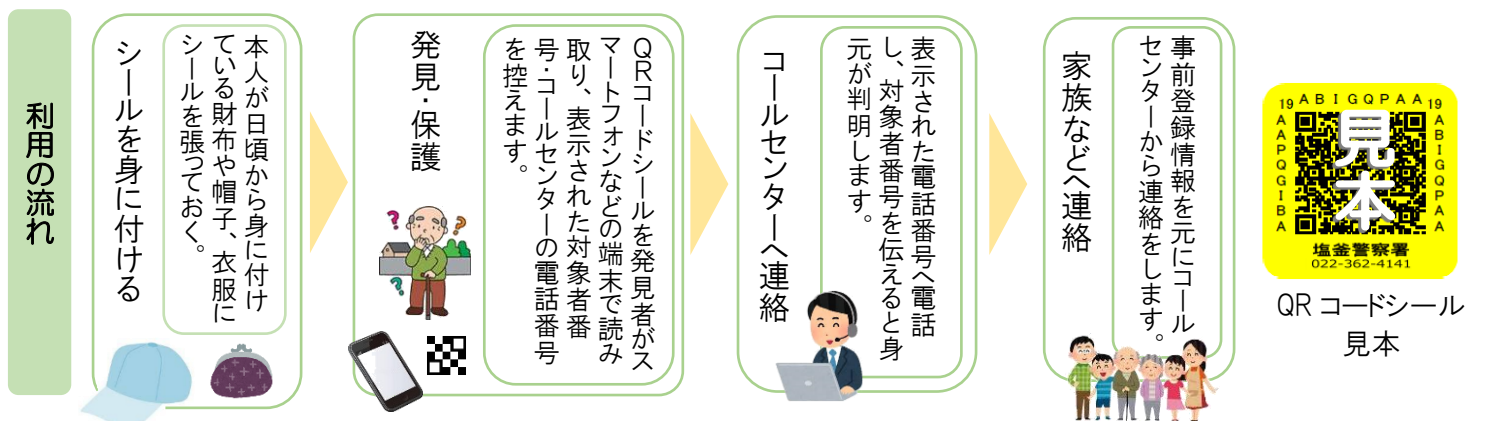
認知症など的高齢者が徘徊により所在不明になった時、あらかじめ登録した台帳を基に協力機関(警察署、公共交通機関、タクシー会社、介護サービス事業所等)に連絡し、早期発見につなげます。



認知症高齢者等見守り QR コードシール活用事業

※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です

徘徊により保護されたときに、ご自身でお名前や住所が言えなくても、衣類や持ち物に貼り付けた専用の QR コードシールを利用して早期に身元を判明させ、ご家族と連絡をとれるようにするものです。



お住まいの地区ごとに担当の包括支援センターが設置されています (緊急時は24時間対応)

	西部地区 地域包括支援センター	南部・東部地区 地域包括支援センター	北部1地区 地域包括支援センター	北部2地区 地域包括支援センター	浦戸地区 地域包括支援センター
担当町名	赤坂、泉沢町 大日向町、後楽町 権現堂、栄町 白菊町、袖野田町 玉川 月見ヶ丘、西玉川町 母子沢町、向ヶ丘 清水沢1丁目 石堂	尾島町、舟入 牛生町、芦畔町 新富町 貞山通 海岸通 中の島、港町 旭町、泉ヶ岡 香津町、佐浦町 桜ヶ丘、白萩町 錦町、野田 花立町、南錦町 南町、東玉川町	一森山、今宮町 梅の宮 北浜、小松崎 新浜町1丁目 長沢町、字長沢 西町、本町、宮町 藤倉 みのが丘 松陽台	青葉ヶ丘、字石田 字伊保石、字庚塚 千賀の台 楓町 越の浦 字越ノ浦 清水沢2・3・4丁目 新浜町2・3丁目 杉の入 字杉の入裏	浦戸地区全域
所在地	清水沢1丁目12-2 清水沢サービスセンター内 電話 367-0414 FAX 349-9763	東玉川町 8-8 電話 290-7185 FAX 290-7186	北浜4丁目 6-52 市民活動センター内 電話 361-3822 FAX 361-3844	庚塚 304-6 電話 362-1911 FAX 362-1912	浦戸野々島字河岸 50 浦戸フルセンター内 電話 361-2931 FAX 361-2932
受付時間	8:30～17:30 土・日曜日、祝日除く	8:30～17:30 日曜日除く	8:30～17:15 土・日曜日、祝日除く	8:30～17:30 土・日曜日除く	8:00～16:45 土・日曜日、祝日除く