

相談先がわかる！

中山町 認知症支援ガイド

○●○●○ このような症状はありませんか？ ○●○●○

あてはまる場合、認知機能の低下が始まっているかもしれません。

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ものをなくしてしまう事が多くなり、いつも探し物をしている。 | <input type="checkbox"/> リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない。 |
| <input type="checkbox"/> 今まで楽しめていた趣味などがなぜか楽しめなくなった。 | <input type="checkbox"/> ぼーっとしていることが多くなった |
| <input type="checkbox"/> 電子レンジに温めたものを入れたままにしている。 | <input type="checkbox"/> 会話の中で「あれ」「これ」ということが増える |
| <input type="checkbox"/> ささいな事で、怒りっぽくなった。 | など |
| <input type="checkbox"/> 人や物の名前がスムーズに出てこない | |



作成：中山町健康福祉課 介護支援G（グループ） ☎662-2456

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守りましょう。

認知症を

予防する

こころとからだを
楽しませることが
認知症の予防に
つながります

【運動・脳トレ】

- ・なかやま健幸くらぶ（運動教室）
… 体力に合わせて筋トレ・体操のクラスが選べる運動教室
《 問い合わせ：中山町健康福祉課健康づくりG ☎662-2836 》
- ・脳力アップ教室 … 体操・ミニ講話・頭の体操・ストレッチなどの講座
《 問い合わせ：中山町健康福祉課介護支援G ☎662-2456 》
- ・いちようクラブ … 体操・工作・脳トレなどの短時間デイ
《 問い合わせ：中山町地域包括支援センター ☎662-6637 》
- ・スポーツクラブ … 体力に合わせた各種プログラム
《 問い合わせ：NPO 法人中山総合スポーツクラブ ☎664-2065 》
- ・介護予防運動 … 一部地区で実施している 100 歳体操など
《 問い合わせ：中山町健康福祉課介護支援G ☎662-2456 》

【交流】

- ・老人クラブ … 地区の交流・親睦
《 問い合わせ：(福)中山町社会福祉協議会 ☎662-4361 》

認知症の人や
その家族を

支える

認知症の人と
その家族が
住みやすい地域で
あるために



【学習】

- ・認知症サポーター養成講座
… 認知症やその対応などについて理解を深める **出前講座**です。
ご要望がある場合はご相談ください。
《 問い合わせ：中山町健康福祉課介護支援G ☎662-2456 》

【相談・交流】

- ・オレンジカフェ「ひだまり」
… 認知症の方やご家族、認知症予防に関心のある方が、
認知症の理解を深めたり、認知症予防について学んだり、
相談・交流できる場です。
《 問い合わせ：中山町健康福祉課介護支援G ☎662-2456 》
- ・さくらんぼカフェ
… 認知症・若年性認知症に関する常設の交流スペースです。
《 問い合わせ：山形県認知症相談・交流拠点さくらんぼカフェ ☎687-0387 》

【就業】

- ・シルバー人材センター
《 問い合わせ：(社)中山町シルバー人材センター ☎662-5700 》

※本文中の「G」はグループを省略したものです

ここで紹介しているサービスは、別紙「認知症の状態に応じて受けられる支援早見表」に対応しています。
また、掲載しているサービスは代表的なものです。詳しくはお問い合わせ・ご相談ください。

1

相談

認知症の症状は人それぞれです。
適切な治療や周囲の接し方によって、認知症の進行を遅らせることができる場合があります。
悩みごとや心配ごとは、抱え込まずに相談しましょう。

高齢者全般に関する相談窓口

中山町地域包括支援センター

認知症を含む、高齢者に関する全般的な相談を受け付けています。

〒990-0406 中山町大字柳沢 2333 ひまわり荘内
☎ 662-6637

中山町健康福祉課

介護保険関係の申請や生活・福祉面の相談等を受け付けています。

〒990-0406 中山町大字柳沢 2336-1
☎ 662-2456（介護）、662-2673（福祉）

介護のことならこの人へ ケアマネジャー

介護の相談や要介護認定の申請代行、介護事業者や医療機関との連絡調整などを行いながら、要介護度に応じたサービスの計画(ケアプラン)を作成します。
(要支援・要介護認定を受けた場合)

地域を見守る 民生委員・地域福祉推進員

民生委員は、町から委嘱を受けた地区の相談員です。
地域福祉推進員は、社会福祉協議会から委嘱を受けた地区の福祉活動の担い手です。
必要に応じて町・区長・包括支援センターなど関係機関と連携を取りながら地区のみなさんを見守ります。

「自分の地区の民生委員が誰か分からない」
「介護保険のサービスを利用するために、介護認定の申請をしたい」「ケアマネジャーのいる事業所を知りたい」
などの場合は、町健康福祉課へご相談下さい。

必要や希望に応じて利用してください その他の相談窓口など

《認知症の方と家族の想いを共有する場》

☆ (公社)認知症の人と家族の会(☎023-687-0387 ※月～金、12:00～16:00)

…… 認知症の方を介護しているご家族が集まり、相談や情報交換、勉強会などを行っています。また、電話相談も行っています。

《若年性認知症についての相談など》

☆ 若年性認知症コールセンター (☎0800-100-2707 ※月～土、10:00～15:00) …… 匿名の電話相談

☆ 若年性認知症の人と家族のつどい「なのはな」(認知症疾患医療センター ☎623-1711) …… 情報交換・交流の場

《地域での困りごとや見守り・助け合い》

☆ 山形警察署 豊田駐在所(☎662-2645)・中山駐在所(☎662-2227) …… 特殊詐欺や行方不明などの通報・相談

☆ 山形県消費生活センター (☎624-0999 ※月～金、9:00～17:00) …… 悪質商法などの電話相談

☆ オレンジカフェ「ひだまり」(町健康福祉課 ☎662-2456) …… 認知症について気軽に相談・交流できる場(町実施)

☆ さくらんぼカフェ (☎687-0387) …… 認知症について気軽に相談・交流できる場(県実施)

☆ やまがた110ネットワーク …… 地域の安全安心情報のメール配信 ※登録方法の詳細は山形県警察ホームページをご覧ください。

《その他》

☆ 介護支え合い電話相談 (☎0120-070-608 ※月～金、10:00～15:00) …… 介護の悩みに関する無料電話相談

☆ (福)中山町社会福祉協議会 心配ごと相談(☎662-4361 ※原則毎月第2水曜日、13:30～16:00) …… 日常生活の困りごと等に関する相談
心配ごとと法律相談(☎662-4361 ※毎月第4水曜日、予約制) …… 相続・土地・借金・家族等に関する相談

☆ 運転適性相談窓口(山形県総合交通安全センター 運転適性相談窓口 ☎655-2150)

… 運転免許の取得や更新についての不安、病気による自動車等の運転の不安に関する相談

2

医療

認知症の種類によっては治療が可能な場合や、薬で進行を遅らせることができる場合があります。
認知症は、早期の診断および対応、継続治療がとても大切です。
気になる症状や行動が見られたら、気軽にかかりつけ医等へ相談してみましょう。

まずは、信頼を寄せている

かかりつけ医 に相談しましょう

認知症かどうか分からなくても、「認知症を疑う症状が出ている」と知っておいてもらうことが大切です。必要に応じて、かかりつけ医から専門医を紹介してもらうこともできます。
かかりつけ医だけでなく、歯科医や薬局についてもかかりつけを持っておくと安心です。

早期診断のメリット

- ・早期診断がなされることで、周囲の方々の混乱が早く治まる
- ・アルツハイマー型認知症などの場合、治療開始が早いほど効果的
- ・介護保険などのさまざまなサービスを早めに利用することで、家族の介護負担軽減につながる
- ・治療により治る種類の認知症が手遅れにならない

認知症専門の医療・介護連携機関

認知症疾患医療センター

県から指定された、認知症の専門機関です。
認知症の診断や医療相談のほか、地域のかかりつけ医や地域包括支援センターなどと協力し、在宅介護支援なども行います。

篠田総合病院 ☎ 023-623-1711 (代)

国立病院機構山形病院 ☎ 023-684-5566 (代)

※受診の際は基本的に、かかりつけ医の紹介状および予約が必要です。

※県内では他に新庄明和病院(新庄市)、日本海総合病院(酒田市)、佐藤病院(南陽市)に同センターが設置されています。

介護予防・介護

認知症になっても地域で安心して暮らせるよう、できるだけ自立した生活を送れることを目指し、必要に応じてサービスを活用しましょう。認知症の心配がある方も、予防のために利用できるサービスがあります。

予防通所・通いの場

◇ なかやま健康くらぶ(運動教室)

…元気な高齢者が参加できる体力や筋力の維持・向上を目的とした運動教室です。
なかやま健康くらぶに加入する必要があります。(送迎なし)

問い合わせ：町健康福祉課健康づくりG ☎662-2836

★ いちようクラブ

…生活機能の低下が心配される高齢者に対し、運動や体操などの事業を通して機能の向上を図ります。(送迎付き)

問い合わせ：中山町地域包括支援センター ☎662-2456

◇ 岡縁里(おかえり)

…高齢者等が気兼ねなく集まり、趣味活動や体操・お茶のみを楽しむ集いの場です。(送迎なし)

問い合わせ：NPO法人柏倉家文化村 ☎666-3900

◇ あおばの会

…高齢者等が気兼ねなく集まり、趣味活動や体操・お茶のみを楽しむ集いの場です。(送迎なし)

問い合わせ：あおばサロン ☎662-2456

自宅から通うサービス

在宅で過ごしながらいり帰りで施設等に通ったり、短期間宿泊したりして食事・入浴などの介護や機能訓練を行う介護保険サービスです。

日帰りで通うなら…

★ 通所介護(デイサービス)

★ 通所リハビリ(デイケア)

短期間泊まるなら…

★ 短期入所生活介護

(ショートステイ)

問い合わせ：

町健康福祉課介護支援G ☎662-2456

自宅で受けられるサービス

外出が困難な場合、専門職等の訪問により、在宅での生活が送れるよう支援する介護保険サービスです。

日常生活の手伝いが必要なら…

★ 訪問介護(ホームヘルプサービス)

自宅でのリハビリや入浴介助が必要なら…

★ 訪問リハビリ

★ 訪問入浴介護

看護師など専門職の訪問が必要なら…

★ 訪問看護

★ 居宅療養管理指導

問い合わせ：町健康福祉課介護支援G ☎662-2456

生活支援

介護以外にも、認知症の方の暮らしを支える様々な取り組みや制度があります。

福祉サービス利用援助事業

高齢や認知症などで判断能力が不十分な人が、自立した生活を送れるよう、利用者との契約に基づき、福祉サービス利用手続きや生活費の管理、年金証書等の大切な書類の預かり等を援助します。

問い合わせ：

(福)中山町社会福祉協議会 ☎ 662-4361

乳酸菌飲料配達による 高齢者見守り事業

満75歳以上で、在宅生活を送る一人暮らしの方等を対象に、週2回乳酸菌飲料を配達し安否確認を行います。不在などで確認できない場合は緊急連絡先に連絡します。
(自己負担金なし)

問い合わせ：町健康福祉課
介護支援G ☎ 662-2456

緊急通報装置貸与

一人暮らしの高齢者や、高齢者のみの世帯で、世帯最多納税者の町民税所得割が非課税の方に、緊急通報装置を貸与し緊急時の連絡に対応します。
(設置費用は自己負担金なし)

問い合わせ：町健康福祉課
介護支援G ☎ 662-2456

徘徊高齢者支援事業 (見守りシール交付事業)

徘徊の心配がある高齢者を、事前に登録し警察等へ情報提供する事業です。
行方不明時の早期発見を支援する二次元バーコード付き見守りシールも希望者に交付しています。(初回のみ無料交付)

問い合わせ：町健康福祉課
介護支援G ☎ 662-2456

成年後見制度

知的・精神障がい者や認知症高齢者などについて、法的行為を行うための判断能力等が不十分と思われる場合、後見人が本人に代わって財産管理行為や身上に関する法律行為を行います。

問い合わせ：町健康福祉課
福祉子育て支援G ☎662-2673

配食サービス

町民税非課税世帯で高齢者のみの世帯や身体障がい者であって調理・買い物で困難な方に週2回弁当を配付します。
(自己負担金あり)

問い合わせ：町健康福祉課
福祉子育て支援G ☎662-2673

避難行動要支援者登録

災害時の避難において手助けを必要とする方を事前に登録しておき、実際の避難時に関係機関が適切な支援を提供できるように計画します。

問い合わせ：町健康福祉課
福祉子育て支援G ☎662-2673

紙おむつ支給

寝たきりや認知症によって常時失禁状態が1か月以上続いている高齢者(要介護3～5相当)で、世帯内の最多納税者の町民税が13万3,000円未満の方を対象に、紙おむつを毎月配達支給します。(上限額あり)

問い合わせ：町健康福祉課
介護支援G ☎ 662-2456

住まい

認知症になっても住み慣れた自宅や地域で快適に暮らすために、住まいへの支援を活用しましょう。

自宅で暮らす

自立した生活を送るため、より安全な生活を送るために、生活環境を整えるサービスがあります。

福祉用具の助けが必要なら…

- ★ 福祉用具貸与(レンタル)
- ★ 特定福祉用具購入費助成

安全のため住宅を改修するなら…

- ★ 住宅改修費助成

施設で暮らす

どのような介護が必要かによって施設サービスを選択します。担当のケアマネジャー等に相談しましょう。

生活介護が中心の施設なら…

- ★ 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

リハビリに重点をおいた介護が必要なら…

- ★ 介護老人保健施設

認知症の方向けの入所施設なら…

- ★ グループホーム(認知症対応型共同生活介護)

介護認定を受けずに施設へ入所するなら…

- ☆ 有料老人ホーム など

ただし、特定施設入居者生活介護の指定を受けている場合は介護保険が適応されます。詳しくは施設等にご確認ください。

認知症と診断された高齢者が共同で生活できる場(住居)です。介護や支援を受けながらその人らしく過ごすことを目指しています。

※本文中の「G」はグループを省略したものです

★印は介護保険サービスです。事前の申請・認定が必要です。詳細については、町健康福祉課介護支援G(グループ) ☎662-2456 へお問い合わせください。

作成：中山町健康福祉課 介護支援G(グループ) ☎662-2456

認知症の状態に応じて受けられる支援早見表

認知症の進行状態	発症前	軽度認知障害 (MCI)	認知症の疑い	認知症を有するが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
具体的な気づきポイント (例)	<ul style="list-style-type: none"> ◆物忘れが気になることはない ◆自分のことが自分でできる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆人や物の名前がスムーズに出てこない ◆何かヒントがあれば思い出す ◆身の回りのことは概ね問題なくできる ◆話が回りくどく要領を得ない ◆無関心・無頓着になる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆これまでできていたことにミスが見られるようになる ◆物を失くす・置き忘れることが増える ◆新しく知り合いになった人の名前が覚えられない ◆頭の中に霧がかかったような感じがする ◆会話に「あれ」「これ」などの代名詞が増える 	<ul style="list-style-type: none"> ◆約束を忘れることが増える ◆料理の段取りや味付けがおかしくなる ◆金銭管理などのミスが目立つようになる ◆外出がおっくうになる ◆ささいなことで怒りっぽくなる ◆車のウインカーなどの操作を間違える 	<ul style="list-style-type: none"> ◆季節に合った服を選ぶことができなくなる ◆場所・曜日・昼夜の感覚がわかりにくくなる ◆薬の飲み忘れが増える ◆鍋を焦がすことが増える ◆車に覚えのない傷やへコミがある ◆電話の対応や訪問者の対応が一人では難しくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆道に迷うことが増える ◆最近の出来事を認識できない ◆身近な人の名前が時々わからなくなる ◆トイレの失敗が多くなる ◆妄想などがみられる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆入浴・排泄・食事などに介護が必要になる ◆言葉が理解しにくくなる ◆言葉が減ってくる ◆日中も眠っている時間が多くなる
①相談 悩みごと・心配ごとは抱え込まずに相談しましょう	地域包括支援センター (☎ 023-662-6637) ・町健康福祉課 (☎ 023-662-2456) ・民生委員・地域支援推進員						
	ケアマネジャー (要支援・要介護認定を受けた場合)						
	心配ごと相談・心配ごと法律相談・消費生活センター・山形警察署・やまがた110ネットワーク						
	認知症の人と家族の会・介護支え合い電話相談・若年性認知症コールセンター・「なのはな」						
②医療 早期受診・早期診断が大切です	オレンジカフェ「ひだまり」						
	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局						
③介護予防・介護 必要に応じて各種サービスを利用しましょう	認知症疾患医療センター (篠田総合病院・国立病院機構山形病院)						
	【予防通所・通いの場】 なかやま健幸くらぶ (運動教室) ・いちようクラブ・岡縁里・あおばの会						
	【自宅から通うサービス】 通所介護・通所リハビリ・短期入所生活介護						
④生活支援 要件を満たせば様々な事業や制度を利用できます	【自宅で受けられるサービス】 訪問介護・訪問リハビリ・訪問入浴介護・訪問看護・居宅療養管理指導						
	乳酸菌飲料配達による高齢者見守り事業・緊急通報装置貸与・配食サービス・避難行動要支援者登録						
	福祉サービス利用援助事業			成年後見制度			
	徘徊高齢者支援事業・見守りシール交付事業						紙おむつ支給
⑤住まい 住み慣れた自宅や地域で暮らすために支援を活用しましょう	【自宅で暮らす】 福祉用具貸与・特定福祉用具購入・住宅改修						
	【施設で暮らす】 有料老人ホーム						
	【施設で暮らす】 グループホーム						【施設で暮らす】 介護老人保健施設
	【施設で暮らす】 介護老人福祉施設						