# 相談　お困りの際は地域包括支援センターへご相談ください

## 地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、社会福祉士・保健師・主任介護支援専門員などの専門職が様々な相談を受け支援をしています。

### あま市社会福祉協議会地域包括支援センター

窓口受付時間　月～金　8：30～17：00（土日祝　12月29日～1月3日は除く）

| | | |
|---|---|---|
| 甚目寺総合福祉会館内 | あま市西今宿馬洗46 | ☎ 052-443-4291<br>Fax 052-443-5461 |
| 美和総合福祉センターすみれの里内 | あま市花正中之割13-1 | ☎ 052-446-0611<br>Fax 052-443-3844 |
| 七宝老人福祉センター内 | あま市七宝町桂弥勒28 | ☎ 052-441-1681<br>Fax 052-441-2049 |

### あま市高齢福祉課地域包括支援センター

窓口受付時間　月～金　9：00～16：00（土日祝　12月29日～1月3日は除く）

※認知症地域支援推進員がいます

| | | |
|---|---|---|
| あま市役所1階　高齢福祉課内 | あま市七宝町沖之島深坪1 | ☎ 052-444-3159<br>Fax 052-443-2571 |

# もっと認知症のことを知るための資料のご紹介

認知症の人と家族の会

厚生労働省

# 介護保険制度

## 介護サービス・介護予防サービス

利用については、まずご相談ください。

問い合わせ　あま市高齢福祉課
☎ 052-444-3141　Fax 052-443-2571





認知症になっても安心して暮らせるまち

# あま市 ふれあいケアパス



## ……ふれあいケアパスとは……

認知症の症状に合わせて「いつ・どこで・どのような」支援が利用できるのかをまとめたものです。

認知症とともに、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けていただくための案内（みちしるべ）です。

あま市福祉部高齢福祉課
地域包括支援センター

# あま市で暮らす認知症の方と家族の声

## 60 代男性　A さん

アルツハイマー病になって 14 年を越えました。
その間、山あり谷ありでした。
最初はどうしていいか分からなかった。
人との出会い、適切な書物、それによって道筋は開けました。
家族の助けもありました。
今思って振り返ると、もう少し社会の理解があれば良かったと思いました。
社会資源や情報を集めても、それを使うかどうか決めるのは本人。
認知症の人を嫌がる気持ちは変わらない。
それをカバーするのが社会。社会全体がレベルアップして欲しい。

Aさんは通いの場で得意な
ピアノ演奏を披露したり
講演会で認知症当事者として
自分の気持ちを伝えて
いただきました。



## 80 代女性　B さん

認知症になってもくよくよせずにいつも安気に過ごす！
診断を受けてからも薬を飲みながら、独り暮らしも友人達とのカラオケも続けています。
「やりにくくなることはあっても、あきらめることはない」と思っています。
毎月参加している『ふれあいカフェ※1』でも「認知症かもしれない」と心配している人がいたら「私も認知症って言われてるの。大丈夫だから、一緒に病院に行ってあげる。」って答えています。



Bさんは『ふれあいカフェ』
にてピアサポーター※2と
して活動中です。

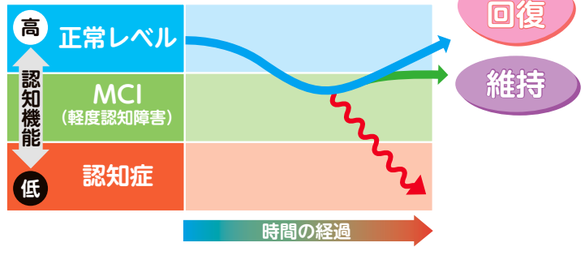
※1　あま市内に 17 か所で開催している認知症カフェの通称です　8 ページに詳細
※2　認知症の方自らが、「同じ思いや不安を抱える方の暮らしを支える担い手」になることです。
　　当事者だからこその「できる・わかる・はなせる」ことがたくさんあります。

# 知っておきたい軽度認知障害（MCI）

**① 認知症ではない**
**② 日常生活には支障がない**
**③ もの忘れの自覚がある**

　この状態のことを軽度認知障害（MCI）といいます。
　最近の研究では、この段階で予防に努め、適切に対処すれば、約半数の方が正常レベルに戻ったり、進行を遅らせることができると言われています。

**認知機能の回復や維持のために**
**MCI のうちに対処しましょう。**

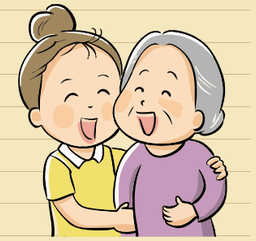





## 80 代女性　C さんのご家族

父から母の介護のバトンを受け取ってから 6 年が経ちました。
間接的に関わっていた時と直接サポートする立場では全く違いました。
始めの頃、母は私が言ったことを覚えていないので、何度も同じことを言わなくてはなりません。
そういう病だと分かっているものの、私自身に余裕がない時は口調がきつくなり、後でひどい罪悪感に襲われます。「もうきつく言うのはやめよう」と学んだはずなのに、私はまた同じことを言って同じしんどい気持ちになる。それを繰り返す日々でした。今はその回数は減りましたが、ゼロではありません。

母は介護認定を受けてから介護度が未だに変わっていません。
それには 2 つ考えられる理由があります。
1つ目は、父が母の異変に早い段階で気づき、病院に行って服薬を始めたことです。
2つ目は、ふれあいカフェへの参加です。
父が困り果てて地域包括支援センターに相談したところ、近くのふれあいカフェを提案していただき、行くようになりました。
そこで知り合った方から、他のふれあいカフェへのお誘いをいただき母のデイサービス以外の行ける日で参加させていただいています。
おかげさまで、カフェのスタッフの方々が良くしてくださるので、
母は出不精ですが、嫌がることなく行っています。
そこで母の笑顔を見ると、私も嬉しいですし幸せな気持ちになります。



家に居るだけでは、脳への刺激はほとんどないそうです。
できる限り外に出て繋がりを持つことが非常に大事だと痛感しています。

人間は人の間と書きます。人とふれあうことで人間らしく生きられると思います。
始めの1歩が踏み出せるように、地域包括支援センターなどに相談されることをお勧めします。

Cさんは、いくつかの「ふれあいカフェ」に
娘さんと通い、今ではすっかり慣れ、参加者の皆さんに
渡す折り紙を作る役割を担っています。

参加者の皆さんが
毎月の折り紙を楽しみ
にしています♪



# 若年性認知症

　65 歳になるまでに発症した認知症のことを、若年性認知症と呼んでいます。
　若年性認知症が疑われたら、一人で悩まずに神経科、神経内科、精神科、心療内科、もの忘れ外来などを受診してください。早めに受診することで、適切なケアや支援を受けながら、今までと同じ生活をより長く送ることにつながります。早期であれば理解力や判断力が保たれているので、病気であることを受け入れ今後の人生を設計する時間が与えられることになります。

若年性認知症の支援については、下記のようにさまざまな支援施策があります。

- ●経済的・福祉的な支援
- ●医療的な支援
- ●雇用施策での支援
- ●自立支援法による支援
- ●介護保険での支援

パンフレット

詳細については、お近くの地域包括支援センターや認知症疾患医療センターへお問い合わせください。

# ケアパス　認知症の経過に応じて利用できる支援

**あれ?もの忘れかな ➡ そろそろ誰かの見守りが必要 ➡ 日常生活に誰かの見守りが必要 ➡ 常に手助けが必要**

| 認知症の経過に応じた変化 | 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 |
|---|---|---|---|---|---|
| **本人の様子**<br>(こんなことはありませんか?) | ・なんとなくおかしいと感じて不安になる<br>・約束したことを忘れたり探し物が増える | ・物忘れによる生活のし辛さがある<br>・日付や時間がわからなくなる<br>・片付けが苦手になる | ・服薬やお金の管理ができなくなる<br>・電話の応対や訪問者の対応などが１人では難しくなる | ・着替えや食事、排せつ、入浴などに手助けが必要になる | ・車いす、ベッドでの生活が中心になる<br>・言葉による意思表示、理解が困難になる |
| **家族の気持ち**<br>(このように思うことありませんか?) | **第1ステップ　とまどい・否定**<br>・今までになかった言動にとまどう<br>・悩みを肉親にすら打ち明けられず、一人で悩む<br>・「年のせいだろう」「言えばできるはず」と否定しようとする | **第２ステップ　混乱・怒り・拒絶**<br>・どう対応してよいかわからず混乱し、ささいなことに腹を立てたり、叱ったりする<br>・精神的・身体的に疲労し、拒絶感・絶望感に陥りやすい最もつらい時期 | | **第3ステップ　割り切り**<br>・イライラしても何もメリットがないと思い割り切るようになる<br>・症状は同じでも介護者にとって「問題」は軽くなる | **第4ステップ　受容**<br>・認知症に対する理解が深まり、本人のあるがままを自然に受け入れられるようになる |
| **家族の心がまえ ケアのポイント** | **気づき～相談**<br>・早めにかかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう<br>・認知症や介護について学ぶ機会を持ちましょう<br>・友人や地域とのつながりを大切にしましょう | **介護保険の申請等**<br>・腹が立ってあたりまえ、ひとりで抱え込まないで交流会などで情報を得る機会をつくりましょう<br>・どのような医療や介護があるかを知り「頑張りすぎない介護」をこころがけましょう<br>・認知症を身近な人に伝えて理解者や協力者をつくりましょう | **日常的な支援　行動・心理症状や身体症状への対応** | | **重症期のケア**<br>・介護者があっての介護です、まずは自分の健康を大切にしましょう<br>・必要に応じて施設の情報収集をしたり、医師やケアマネジャー等と終末期のケアの対応を確認しておきましょう |


| | |
|---|---|
| **相　談** 6･10～12ページ | 地域包括支援センター　認知症初期集中支援チーム　権利擁護センター　愛知県認知症電話相談　愛知県若年性認知症総合支援センター |
| **学びの場** 7ページ | 認知症サポーター養成講座　認知症予防講座　シルバーカレッジ |
| **介護予防･社会参加･交流** 7～9ページ | 認知症予防講座　はつらつクラブ　シルバー人材センター　ふれあいカフェ　ふれあい・いきいきサロン　就労継続支援<br>ワクワクからだ教室　老人クラブ　ボランティア活動　介護者のつどい　趣味活動　若年性認知症のつどい |
| **医　療** 10ページ | かかりつけ医　かかりつけ歯科医　かかりつけ薬局　（まずは、本人の状況をよく知っている身近なかかりつけ医等にご相談ください）<br>認知症サポート医　認知症疾患医療センター　訪問看護　訪問診療 |
| **介　護** 12ページ | 訪問介護　訪問リハビリテーション　居宅療養管理指導　訪問看護　訪問入浴　住宅改修費支給<br>通所介護　通所リハビリテーション　短期入所生活介護　短期入所療養介護　福祉用具貸与　特定福祉用具購入費支給 |
| **住まい･施設** | 軽費老人ホーム(ケアハウス)　小規模多機能型居宅介護　有料老人ホーム　サービス付き高齢者向け住宅　認知症対応型共同生活介護(グループホーム)<br>介護老人保健施設　特別養護老人ホーム　介護医療院 |
| **困った時に活用できるサービス** 9ページ | 【あま市高齢福祉課】　緊急通報システム事業　認知症高齢者等個人賠償責任保険事業　認知症高齢者等家族支援サービス事業　認知症高齢者等SOSネットワーク事業　高齢者補聴器購入費助成　日常生活用具給付<br>【あま市社会福祉協議会】　安心支え合いネットワーク事業　日常生活自立支援事業　寝具洗濯サービス事業　配食サービス事業　あまのかけあしS(移動援助サービス)<br>【あま市シルバー人材センター】　シルバーお助け隊 |

# 認知症初期集中支援チーム（あま市委託事業）

認知症の早期診断・早期対応に向けた支援を目的としています。複数の専門職で構成されたチーム員が関わり、認知症の方やその家族の自立した生活をサポートします。

受診させることが難しい方には、チーム員が自宅に訪問させていただきます。

**対象となる方**

40 歳以上で、自宅で生活している認知症の方や認知症が疑われる方で、以下に該当する方

- 認知症の診断を受けていない、または治療を中断している方
- 医療サービスや介護サービス等を利用していない方
- 何らかのサービスは利用しているが、認知症による症状が強く、どのような対応をしてよいか悩んでいる方
- 介護サービスが中断している方

問い合わせ　七宝病院　☎052-443-7800

# 認知症地域支援推進員

認知症に関する相談や、介護と医療、地域住民とのつながり、生活に関連する機関へつなぐ役割を担い、認知症の方にやさしいまちづくりのため活動しています。

問い合わせ　あま市高齢福祉課　地域包括支援センター　☎052-444-3159



高齢者が住み慣れた地域で
安心して生活を続けられるよう
医療や介護などの多職種が集まって
協議する地域ケア会議




ふれあいカフェのスタッフが集まる
カフェ交流会



認知症の方の地域見守り協力者の学習会



# さまざまな事業やサービス

## 学　び

### 認知症サポーター養成講座

誰もが認知症についての正しい知識を持ち、支え合いの輪を広げる取り組みとして「認知症サポーター養成講座」を開催しています。認知症に関する知識や対応方法等を学びます。毎年中学校でも開催し、生徒のほとんどが認知症サポーターです。





### 認知症の方の地域見守り協力者

認知症サポーター養成講座修了後、「誰もが暮らしやすい地域づくりのために」との思いで、登録した方々です。

認知症への理解をさらに深めるための学習会への参加や認知症講演会でのお手伝いなどをお願いしています。



学習会



講演会の飾りつけ

### 認知症予防講座

身体と頭を同時に使う体操や脳トレなどを楽しく行いながら予防について学びます。理学療法士・保健師などが講師となり、皆さんの集まる場所に出向き、運動、クイズ、講話などを行います。

**〈講座の例〉**

- 認知症予防に効果のある体操
- ボールやゴムバンドを使った楽しい運動
- 簡単なクイズやプリントで脳の活性化
- あま市の高齢者について
- 昔の思い出を振り返る　回想法



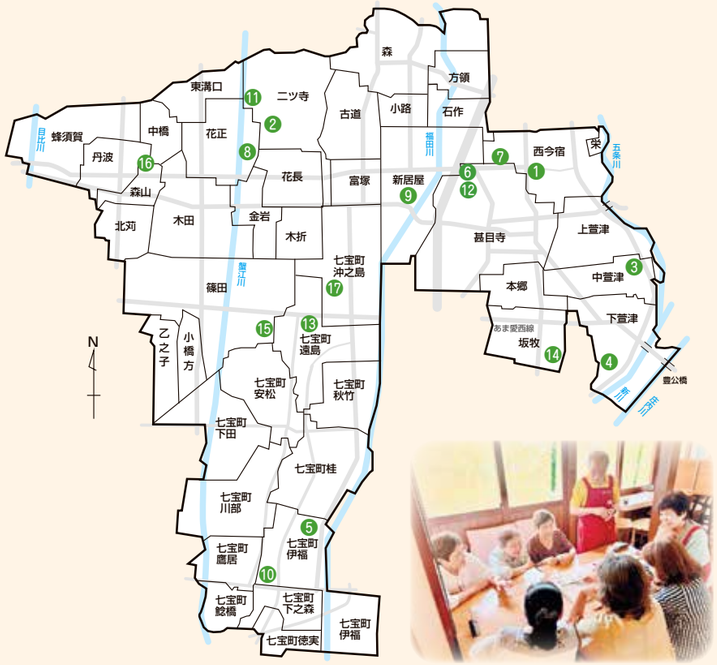


問い合わせ　あま市高齢福祉課　地域包括支援センター　☎052-444-3159

## つどいの場

### ふれあいカフェ

認知症の方や、家族、地域の方など、どなたでも気軽に参加できます。お茶やお菓子を楽しみながら、介護の相談や情報交換、ゲームや小物づくりなどをして交流しています。カフェをやりたい！お手伝いしたい！そんなボランティアさんも募集中です。




❶ 甚目寺
❷ 美和
❸ あまちゃん中萱津
❹ あまちゃん下萱津
❺ 伊福
❻ あまちゃん甚目寺公民館
❼ JA なの花の会甚目寺
❽ JA なの花の会美和
❾ 新居屋
❿ ご近所カフェポップ
⓫ あまちゃん正則
⓬ うた声ハッピー
⓭ みんなのカフェ
⓮ ごいっしょ Café『あ居ま』
⓯ ふれあいの郷
⓰ あまちゃん遊倶楽部
⓱ 青空カフェ（不定期）





### 介護者のつどい

地域の方、介護をしている方、介護を経験された方など、どなたでも参加できる場です。介護に悩みはつきものです。一人で抱え込まず、日頃の「思い」を語り合いましょう。

甚目寺…甚目寺公民館　毎月第４水曜日
美　和…美和総合福祉センターすみれの里　偶数月第１月曜日
七　宝…七宝老人福祉センター　奇数月第１月曜日





問い合わせ　あま市高齢福祉課　地域包括支援センター　☎052-444-3159



## 介護予防・つどいの場

### はつらつクラブ

軽い体操に加え、口腔や栄養の講話を通じた、介護予防のための運動教室です。

問い合わせ　あま市高齢福祉課　地域包括支援センター　☎052-444-3159　Fax 052-443-2571

### ワクワクからだ教室

ストレッチや体操など体を動かすことを中心とした教室です。

問い合わせ
あま市健康推進課
甚目寺保健センター
☎ 052-443-0005
Fax 052-443-5461

### ふれあい・いきいきサロン

高齢者等の生きがいづくり・社会参加・健康づくり・閉じこもり防止を目的として、楽しく気軽に仲間づくりを行う場です。

問い合わせ
あま市社会福祉協議会
☎ 052-443-4291
Fax 052-443-5461

## サービス

### 緊急通報システム事業

虚弱な在宅ひとり暮らし高齢者およびひとり暮らしに準ずる世帯の高齢者に対して、緊急通報用機器を設置します。

### 認知症高齢者等家族支援サービス事業

認知症により、道に迷う可能性がある高齢者等の居場所をGPSで検索する機器を貸し出します。

### 認知症高齢者等SOSネットワーク事業

見守りが必要な高齢者等に「高齢者見守りステッカー」を配布します（事前登録必要）。

### 認知症高齢者等個人賠償責任保険事業

日常生活に起因する偶然の事故により他人にけがを負わせたり財物を壊したりして、損害賠償責任を負ってしまった場合に保険金の支払いを受けることができます。

### 高齢者補聴器購入費助成

聴力機能の低下により日常生活を営むのに支障がある65歳以上の方に、補聴器の購入に要する費用の一部を助成します。

### 日常生活用具給付

おおむね65歳以上であって、心身機能の低下に伴い防火等の配慮が必要なひとり暮らしの方に電磁調理器の給付をしています。

問い合わせ
あま市高齢福祉課
☎ 052-444-3141
Fax 052-443-2571

### 安心支え合いネットワーク事業

地域のボランティアの方が、ひとり暮らし高齢者や高齢者世帯等に対し、見守り・声かけ等の安否確認を行います。

### 日常生活自立支援事業

自分ひとりで契約などの判断をすることが不安な認知症高齢者等が、福祉サービスを利用する手続きなどのお手伝いをします。

### 寝具洗濯サービス事業
### 配食サービス事業
### あまのかけあしS（移動援助サービス）

問い合わせ
あま市社会福祉協議会
☎ 052-443-4291
Fax 052-443-5461

### シルバーお助け隊

日常生活のちょっとした困りごと、1回30分程度でできる軽易な作業をお助け隊がワンコイン＝500円でお受けします。

問い合わせ　あま市シルバー人材センター　☎ 052-442-5010
Fax 052-462-0750

# 相談　「あれ、何か変だな」「困ったな」と思ったら

## 認知症初期集中支援チーム

認知症についての困りごと等の相談に対応する、認知症の専門職によって構成されたチームです。認知症の早期診断、早期対応をするため訪問を行っています。

| | | |
|---|---|---|
| 七宝病院 | あま市七宝町下田矢倉下1432 | ☎ 052-443-7800 |

## 認知症疾患医療センター

愛知県及び名古屋市が指定する認知症専門医療機関です。認知症疾患に関する鑑別診断・周辺症状への対応等についての相談などを受けています。

| | | |
|---|---|---|
| 七宝病院 | あま市七宝町下田矢倉下1432 | ☎ 052-443-7900 |
| まつかげシニアホスピタル | 名古屋市中川区打出二丁目 347 | ☎ 052-352-4165 |
| 名鉄病院 | 名古屋市西区栄生二丁目 26-11 | ☎ 052-551-2802 |
| 偕行会　城西病院 | 名古屋市中村区北畑町四丁目 1 | ☎ 052-485-3737 |
| 国立長寿医療研究センター | 大府市森岡町七丁目 430 | ☎ 0562-87-0827 |

※愛知県内に12ヶ所、名古屋市内に9ヶ所あります

## 認知症サポート医

認知症、その疑いがある方に対し、早期から地域の中で必要な医療や介護へと繋いだり、専門医療機関や地域包括支援センターとの連携の推進役となる医師です。あま市には下記病院に在籍しています。

| | | |
|---|---|---|
| 七宝病院 | あま市七宝町下田矢倉下 1432 | ☎ 052-443-7800 |
| 脳神経外科のぞみクリニック | あま市篠田寺後 75-1 | ☎ 052-443-5533 |
| 宮地クリニック | あま市篠田小塚 48 | ☎ 052-444-1064 |
| よつ葉ファミリークリニック | あま市新居屋郷 111-1 | ☎ 052-526-6767 |

## かかりつけ医・歯科医師・薬剤師の認知症対応力向上研修修了者・医療機関

高齢者が日頃より受診する診療所等のかかりつけ医・歯科医師・薬剤師が認知症の知識・技術、および認知症の本人とその家族を支える知識と方法を習得し、認知症の疑いのある人の早期発見や継続的な診療、関係機関との連携を円滑に行う役割を担っています。



## 若年性認知症の相談

認知症は、一般的には高齢者に多い病気ですが、65 歳未満で発症した場合、「若年性認知症」とされます。本人や家族等からの相談に応じ、若年性認知症支援コーディネーターが、医療・福祉・就労等の総合的な支援をしています。

**愛知県若年性認知症総合支援センター**（認知症介護研究・研修大府センター1階）

| | | |
|---|---|---|
| 大府市半月町三丁目294 | ☎ 0562-45-6207 | 月～土10:00～15:00<br>（土日祝・12月29日～1月3日は除く） |
| | ✉ aichi-jakunen@dcnet.gr.jp | |

※来所・訪問・オンライン相談は電話またはメールでの事前予約が必要です

**若年性認知症コールセンター**

| | |
|---|---|
| ☎ 0800-100-2707 | 月～土10:00～15:00<br>ただし　水曜日10:00～19:00<br>（土日祝・12月29日～1月3日は除く） |

※メールでの相談はメール相談フォームから可能

## 愛知県認知症電話相談

愛知県が公益社団法人認知症の人と家族の会愛知県支部に運営を委託している相談電話窓口です。認知症についての知識がある介護経験者が相談を受けています。

**公益社団法人認知症の人と家族の会愛知県支部**

| | | |
|---|---|---|
| 東海市養父町北堀畑58-1 | ☎ 0562-31-1911 | 月～金10:00～16:00<br>（土日祝・12月29日～1月3日は除く） |

## 成年後見制度に関する相談

成年後見制度とは、認知症等で判断能力が十分でない状態となり、自身で契約などの法律行為における意思決定をすることが難しい方の暮らしや財産などの権利を守るため、家庭裁判所が選任した支援者が法律行為を支援する制度です。

成年後見制度について知りたい、利用を検討したいときはあま市権利擁護センターにご相談ください。

**あま市権利擁護センター**（あま市役所1階　社会福祉課内）

| | | |
|---|---|---|
| あま市七宝町沖之島深坪 1 | ☎ 052-444-3135<br>Fax 052-444-1074 | 月～金9:00～16:00<br>（土日祝・12月29日～1月3日は除く） |

## 消費者トラブルに関する相談

訪問販売や電話勧誘等の暮らしの中で生じる商品やサービスに関するトラブルについて、専門の相談員が電話や面談で問題解決のための助言等を行っています。

**海部地域消費生活センター**（愛知県海部総合庁舎1階南側）

| | | |
|---|---|---|
| 津島市西柳原町一丁目 14 | ☎ 0567-23-0150 | 月～金9:00～16:30<br>（祝日・年末年始は除く） |

※センターへの来所が困難な方や、相談に必要な資料のやり取りが難しい方は、出張相談を利用できる場合があります（事前予約が必要です）