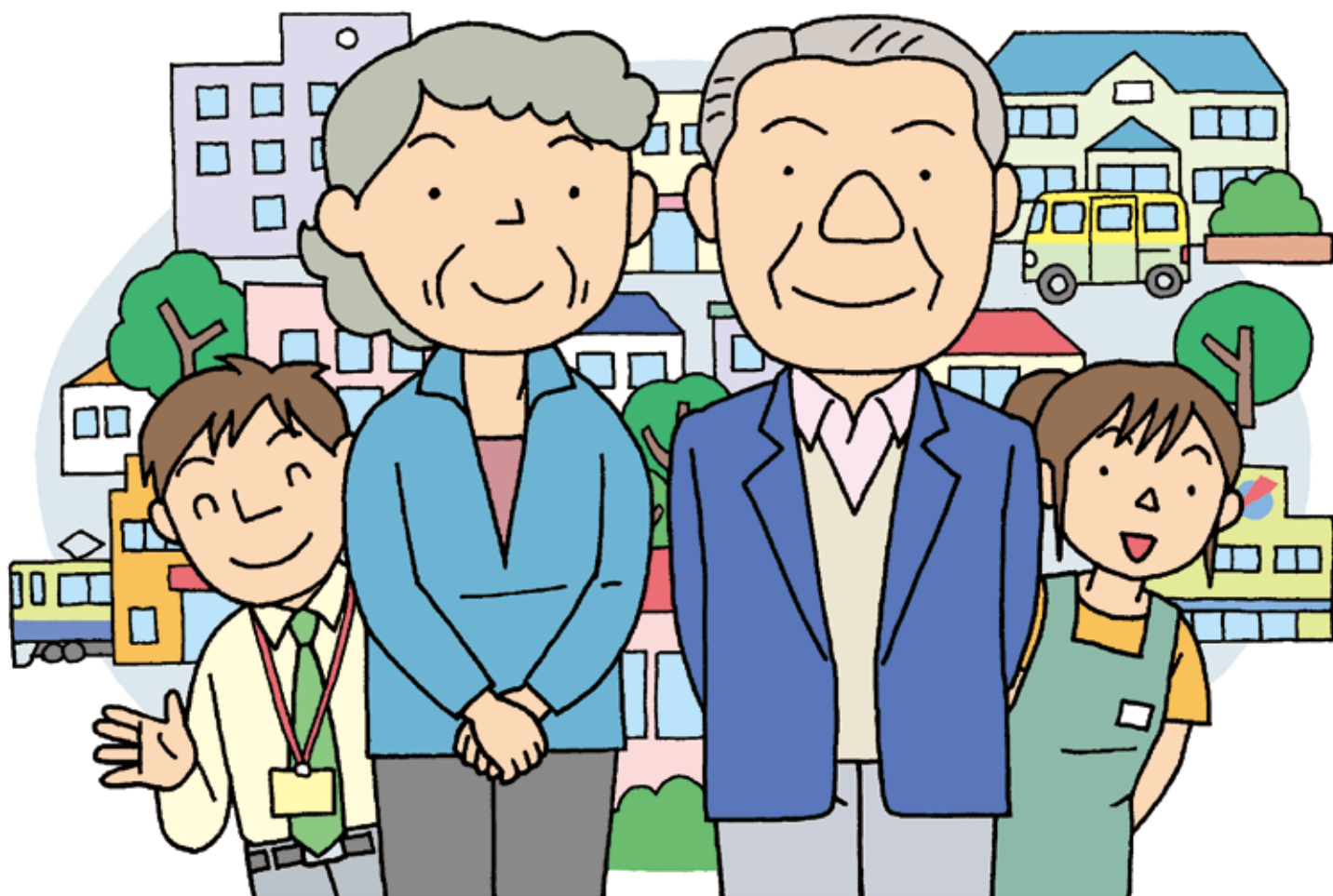


認知症ガイドブック

(刈谷市版認知症ケアパス)



目次

認知症の経過と受けられる支援.....	1	④家族支援.....	11
認知症とは.....	3	⑤交流.....	12
①予防（社会参加）.....	4	⑥介護保険.....	13
②受診・相談.....	5	あなたのまわりに認知症の人がいたら.....	14
③生活支援.....	9	高齢者の相談窓口.....	裏表紙

刈 谷 市

認知症の経過と受けられる支援

(認知症ケアパス)



この表は、認知症本人の様子、家族の心構え等の一例と支援体制を大まかに表したものです。すべての方に当てはまるものではありませんが、今後を見直す参考としてください。

症状には個人差があり、原因となる疾患や心身の状態、環境などにより経過が異なります。認知症の症状にあわせ、利用できる制度やサービスがあります。**早めに各相談機関へご相談ください。**

認知症の段階		初期		中期		後期		
健康	※軽度認知障害 (MCI)	認知症の疑い	認知症はあ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	自立 軽度認知障害 (MCI) が進むと、5年前後で、約半数が認知症になるといわれています。 ●もの忘れが増えてくるが、ヒントがあれば思い出せる。(約束していたことや、食事の内容など) ●金銭管理や買い物、書類作成等を含め日常生活は自立している。	●もの忘れはあるが金銭管理や買い物、書類の整理など日常生活は自立 ●同じことを何度も言ったり尋ねたりする ●新しいことがなかなか覚えられない ●運転でミスが増える	●買い物のときにお札でしか支払えない ●家にあるのに同じものを何度も買ってしまふ ●ATMの操作ができない ●話のつじつまが合わない ●薬を飲み忘れることが増えた ●火の消し忘れ ●時間や場所、季節がわからない ●よく探し物をしている ●身だしなみを気にしなくなった	●もの忘れの自覚が無く、もの忘れを否定する ●慣れた道でもたびたび迷う ●文字が上手に書けない ●昼夜逆転 ●電話や訪問者の対応が一人ではできない、相手の名前を忘れる ●薬の管理ができない ●食事をしたことを忘れてしまう ●「ものを盗られた」等の発言がある ●服の着方がおかしい、服が選べない	●近くに住む子どもや孫、親しい人の顔がわからなくなる ●着替えができない、トイレを失敗する等介助が必要	●言葉によるコミュニケーションが難しくなる ●声掛けや介護を拒む ●歩行が不安定になる ●言葉が出ない ●飲み込みが悪くなり、食事介助が必要 ●食べ物でないものを口に入れようとする	●ほぼ寝たきりで意思の疎通が難しい ●食事を口からほとんど摂れない ●飲食物があやまって気管に入り、肺炎を起こす ●食べることの理解ができなくなる	
本人の気持ち		◆意欲が低下したり、外出が億劫になる これからどうなるのか不安なとき 「もっとしっかりして」と言われると苦しい		◆家族がそばにいないと不安 できないことも増えるが、できることもたくさんあることを知ってほしい		◆言葉で自分の状態が表現できない 顔や表情からくみ取ってほしい		
家族の気持ち		◆とまどい、否定 「年齢のせいだろう」「言えばできるはず」 悩みを身内にさえ打ち明けられず、一人で悩む時期		◆辛い時期 混乱、怒り 「自分だけがなぜ？」相手のペースに振り回され、疲れきってしまう		◆諦め、割り切り 生活のすべてに介護が必要で、介護量が増加する		
ご自身や家族で	<input type="checkbox"/> 認知症や介護のこと、介護保険のことを学ぶ機会を持ちましょう。 <input type="checkbox"/> 今後の生活設計について考えておきましょう。 <input type="checkbox"/> 本人と一緒に、認知症予防に関する取り組みを実践してみましょう。 <input type="checkbox"/> 家族の連絡先がわかるようにしておきましょう。 <input type="checkbox"/> 安否確認の手段などを検討しておきましょう。ご近所等とのつながりも大切です。 <input type="checkbox"/> かかりつけ医を持ちましょう。 <input type="checkbox"/> 「オレオレ詐欺」や消費者被害に注意しましょう。 <input type="checkbox"/> サロンなど、地域と交流する場に積極的に参加しましょう。		ぜひこの時期にご相談ください！ 		<input type="checkbox"/> 一人で考え込まずに介護仲間を作りましょう。 <input type="checkbox"/> どんな医療や介護のサービスがあるのかを知ってサービスを利用しながら、がんばりすぎない介護を心がけましょう。 <input type="checkbox"/> 認知症を隠さず、身近な人(親戚・ご近所等)に伝え、理解者や協力者を作りましょう。		<input type="checkbox"/> 介護する家族の健康や生活を大切にしましょう。 <input type="checkbox"/> 今後のことについて検討し、必要に応じて施設の情報収集などを行っておきましょう。 <input type="checkbox"/> 人生の最期をどう迎えるか、早い段階で医師などと話しておき、こういった対応が必要か確認しておきましょう。	

主な制度やサービスを支援する 本人や家族を支援する	① 予防(社会参加) ▶ P4	介護予防の取り組み(高齢者サロン・通いの場) 健診
	② 相談・受診 ▶ P5	地域包括支援センター(認知症初期集中支援チーム・認知症地域支援推進員) 認知症個別相談 愛知県若年性認知症総合支援センター 愛知県認知症電話相談 かかりつけ医 認知症サポート医養成研修修了者 認知症専門医 認知症疾患医療センター
	③ 生活支援 ▶ P9	行方不明高齢者等SOSネットワーク 見守りシール 在宅高齢者見守り安心機器貸与 日常生活自立支援事業 成年後見制度 自立支援医療(精神通院) 精神障がい者保健福祉手帳 介護保険以外のサービス(在宅介護を支援するサービス)
	④ 家族支援 ▶ P11	認知症家族支援プログラム 認知症介護家族交流会
	⑤ 交流 ▶ P12	認知症カフェ 本人交流会 認知症サポーター養成講座 チームオレンジ
	⑥ 介護保険 ▶ P13	介護保険サービス サービス付き高齢者向け住宅 介護付き有料老人ホーム 認知症グループホーム 特別養護老人ホーム 住宅改修費の支給

※軽度認知障害 (MCI) については【P6】参照

認知症とは

認知症は脳の病気によって認知機能が低下した「状態」のこと

認知症とは、さまざまな脳の病気により、脳の神経細胞の働きが徐々に低下し、認知機能（記憶、判断力など）が衰え、生活に支障をきたした状態をいいます。認知症により記憶力や行動力が低下すると、身のまわりの環境・ものとの関わり、人との関わり、時間との関わりなどに障害が生じ、さまざまな暮らしづらさがあらわれます。また、65歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」と呼んでいます。

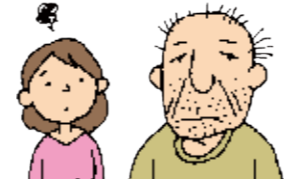
認知症が疑われるサイン

以下のチェックリストを参考に「認知症かもしれない」というサインに早めに気づき、かかりつけ医や市役所・地域包括支援センター等に相談しましょう。認知症による変化は、本人よりも周囲の人が気づきやすいことも多いので、身近な家族などが一緒にチェックしましょう。

直前にしたことや話したことを忘れてしまうようになった。



おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった。



同じことを何度も言ったり、聞いたり、行動したりするようになった。



今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった。



置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探しものをしている。



外出したり、人と会ったりするのをおっくうがり、嫌がるようになった。



知っているはずの人やものの名前が出てこなくなった。



今までできていた家事、計算、運転などのミスが多くなった。



つじつまの合わない作り話をするようになった。



日付や時間を間違えたり、慣れた道で迷ったりするようになった。



以前に比べ、ささいなことで怒りっぽくなった。



財布が見当たらないときなど、盗まれたと人を疑うようになった。



① 予防（社会参加）

認知症の「予防」とは、「認知症になるのを遅らせる」「認知症になっても進行を緩やかにする」ことを意味します。介護予防や生活習慣病予防の取り組みは認知症の予防に効果的といわれています。市では個人でご参加いただける講座の開催や、グループへの講師の派遣などを行っています。

お問い合わせ 長寿課 ☎ 62-1063

認知症を予防するために

認知症は誰もがなりうるものですが、積極的な社会参加や生活習慣の見直しで、予防効果などが期待できます。「通いの場」への参加や日々の生活改善に取り組みましょう。

地域の「通いの場」に参加

「通いの場」とは、地域住民が主体となり、市区町村など関係機関とも連携しながら介護予防や認知症予防に役立つとされる活動をしている場所です。そこで交流を通して生きがいや仲間づくりの輪が広がっています。



「通いの場」の例

- 介護予防教室（体操、料理、口腔ケアなど）
- 趣味活動（文化系・スポーツ系）
- ボランティア活動 ●生涯学習
- スマホ・パソコン教室 など



集いの場マップ

自分でできる「生活改善」

認知症の最大の要因は高齢になることですが、たとえ高齢になっても、運動不足の解消や栄養バランスを整えるなどで日々の生活習慣を改善することは、認知症予防につながる事がわかっています。



「生活改善」の例

- 散歩や家事などでこまめに体を動かす
- バランスよく食べ「低栄養」に注意する
- 禁煙し、飲酒は適量にする
- 定期的に健康診断や歯科健診を受ける など

「持病を管理」する

高血圧症、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病は認知症を発症しやすくします。特に高齢期の糖尿病は認知症の危険因子です。これらの持病がある人はきちんと管理しましょう。

「持病の管理」の例

- 主治医と連携し、きちんと通院する
- 服薬などをしっかり行う
- 持病以外でも、高血圧、高血糖などに注意する
- 食事や体を動かす機会に気を配る

「不調」を放置しない

難聴や歯や口の不調を放置していたり、睡眠の状態がよくないままにしていたりすると、認知症になりやすくなります。

「不調」の改善の例

- 耳が聴こえにくい場合は、耳鼻科の受診を
- 食べにくい、飲みこみにくい、口の渇きが気になる場合は歯科受診を
- 睡眠の異常が続くときは、かかりつけ医に相談を

定期的に健診（検診）を受けましょう

1年に1回健診を受けることで、自身の生活習慣の見直しや、病気の早期発見・早期治療につながります。また、初期のがんは自覚症状がないことが多いため、定期的ながん検診を受けましょう。

●刈谷市で実施している健診（検診）

特定健康診査及び健康診査（刈谷市国民健康保険及び後期高齢者医療制度加入者）、各種がん検診等、骨粗しょう症検診、歯科健康診査、後期高齢者歯科口腔機能健康診査

お問い合わせ 健康推進課（保健センター） ☎ 23-9559

② 受診・相談

「もの忘れが多くなった」「今までできていたことができなくなった」など、認知症が疑われるときは、早めに受診・相談しましょう。

一時的な異常であったり、原因によっては治療可能な病気の場合もあります。認知症と診断されても、早期に発見して適切な対処をすれば、その人らしい充実した暮らしを続けることができます。

● 早期受診のメリット

○ 早期治療で改善が期待できる

認知症の原因となる病気はさまざまですが、早期に発見し、早期に治療をはじめると、改善が期待できるものもあります。軽度認知障害 (MCI) (6 ページ参照) の段階であれば、生活習慣の改善で予防が期待できます。

○ 進行を緩やかにできる場合がある

認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、その進行を緩やかにできる場合があります。

○ 事前にさまざまな準備ができる

早期発見によって、症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり、利用できるサービスを調べたりする「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。

○ 周囲の支援が受けられる

認知症であることがわかると、周囲の理解や支援を受けやすくなります。家族や周囲の人も、認知症の症状に合わせた支援を行うことができます。



本人が受診したがるなときは

❖ かかりつけ医に相談し、本人に働きかけてもらいましょう。



❖ 「健康診断」ということにして、認知症の診断ができる医療機関の受診を勧めましょう。



❖ 家族が心配しているから家族のために受診して欲しいと頼んでみましょう。

❖ 信頼している友人や、同居していない子どもや孫が勧めることで、素直に受け入れることもあります。



受診の前に知っておきたいこと

- ① 予約が必要な医療機関もあります。電話などでご確認ください。
- ② 初めて受診するときは、診察に時間がかかります。時間に余裕をもって受診してください。
- ③ 限られた時間内にできるだけ正確に伝えるために、受診前に困っていることや不安に思っていることなどを整理してメモしておきましょう。
- ④ できれば、本人だけでなく、家族などと一緒に受診してください。
- ⑤ これまでにかかった病気 (病歴) などが認知症に影響することもあります。お薬手帳の持参や病歴などをまとめておきましょう。



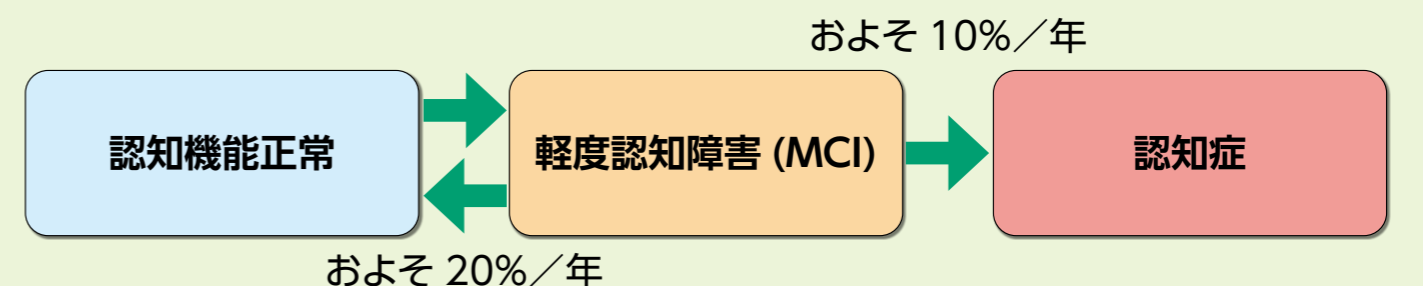
■ メモの内容の例

- 現在飲んでいるお薬や病気のこと
- 「気になる症状」が現れた日のおおよその年月日
- 生活の中で起きた本人の変化
- その時に気になった本人の様子
- その症状が出る前に引き金となったエピソード
- 医師に聞きたいこと

軽度認知障害 (MCI) について

軽度認知障害 (MCI) は、認知症の前段階で、軽い記憶障害など認知機能の衰えがあっても日常生活には大きな支障をきたしていない状態です。

MCI の人のうち年におよそ 10% は認知症に移行していますが、年におよそ 20% は回復しており、MCI の段階で認知機能の衰えに気づいて回復のための対策を立て、行動することが重要です。



参考資料：「軽度認知障害 (MCI) 診療マニュアル」 監修：日本認知症予防学会 MCI = Mild Cognitive Impairment

認知症に関する医療機関

かかりつけ医

早期診断・早期治療につなげましょう！

～まずは身近な、かかりつけ医に！～

まずは本人の状況をよく知っている身近な、かかりつけ医を受診しましょう。その後、専門医療機関や他の医師にかかる場合には、かかりつけ医に紹介状を書いていただきましょう。



かかりつけ医に関する情報はこちら



認知症サポート医養成研修修了者

専門的な相談（認知症の鑑別診断、抑うつ状態・せん妄の治療・問題行動への対応、かかりつけ医への支援アドバイス等）の場合に、ご相談ください。

刈谷医師会の医療機関の医師で、国立長寿医療研究センターが実施する「認知症サポート医養成研修」を修了された方の一覧です。

かかりつけ医認知症対応力向上研修修了者

一般的な相談（専門医への受診誘導、日常的な身体疾患対応・健康管理、家族の介護負担・不安への理解、地域の認知症介護サービス・諸機関との連携等）の場合に、ご相談ください。

刈谷市内の医療機関の医師で、愛知県医師会が実施する「認知症対応力向上研修」を修了された方の一覧です。

愛知県における認知症疾患医療センター指定病院

認知症における専門医療機関として、認知症の人とその家族が、住み慣れた地域で安心して生活できるように支援します。また、認知症の診断と治療、医療相談等ができます。

相談機関名	電話番号	住所
国立長寿医療研究センター（予約制）	☎ 0562-46-2547（もの忘れセンター外来） ☎ 0562-46-2311（代表）	大府市
八千代病院（予約制）	☎ 33-5556（相談窓口ダイヤル） ☎ 97-8111（総合受付）	安城市

相談先

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域でその人らしい生活を安心して送ることができるように、保健・医療・福祉・介護に関する幅広い相談に応じる高齢者の「総合相談窓口」です。

保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーがご相談に応じます。お近くの地域包括支援センターへ、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ 各地域包括支援センター **裏表紙参照**



認知症地域支援推進員

認知症になって困っている人や、不安に思っている家族から相談を受けたり、医療・介護・地域の支援サービスにつなげる役割を担っています。推進員の配置により、認知症になった後も出来る限り住み慣れた環境で生活が続けることができる地域づくりを目指しています。現在の主な活動は、認知症のことを正しく知ってもらうために、「認知症サポーター養成講座」等の機会を設け普及啓発に努めたり、認知症の人や家族、地域住民等、だれでも参加できる場として「認知症カフェ」の開設や活動をサポートしています。

※刈谷市では各地域包括支援センターに配置しています。

認知症初期集中支援チーム

認知症の人やその家族に早期に関わり、早期診断・早期対応に向けた支援体制を構築するためのチームで、認知症サポート医1名と医療専門職1名及び介護・福祉専門職1名で構成しています。

※刈谷市では各地域包括支援センターに配置しています。



その他相談機関

	日時	問い合わせ先	備考
認知症個別相談（予約制・先着順）	◇毎月第1水曜日（医師の都合により変更あり） ◇14時～16時（専門医師、相談時間1人30分程度）	刈谷依佐美地域包括支援センター ☎ 0566-63-5235	場所：介護老人保健施設かりや ※市民だよりに翌月の案内を掲載
愛知県認知症電話相談	◇毎週月～金曜日（祝・年末年始は除く） ◇10時～16時	公益社団法人認知症の人と家族の会 愛知県支部 ☎ 0562-31-1911	※どなたでもご利用いただける電話相談です。
若年性認知症コールセンター	◇毎週月～土曜日（祝・年末年始は除く） ◇10時～15時 水曜日 10時～19時	認知症介護研究・研修大府センター ☎ 0800-100-2707	

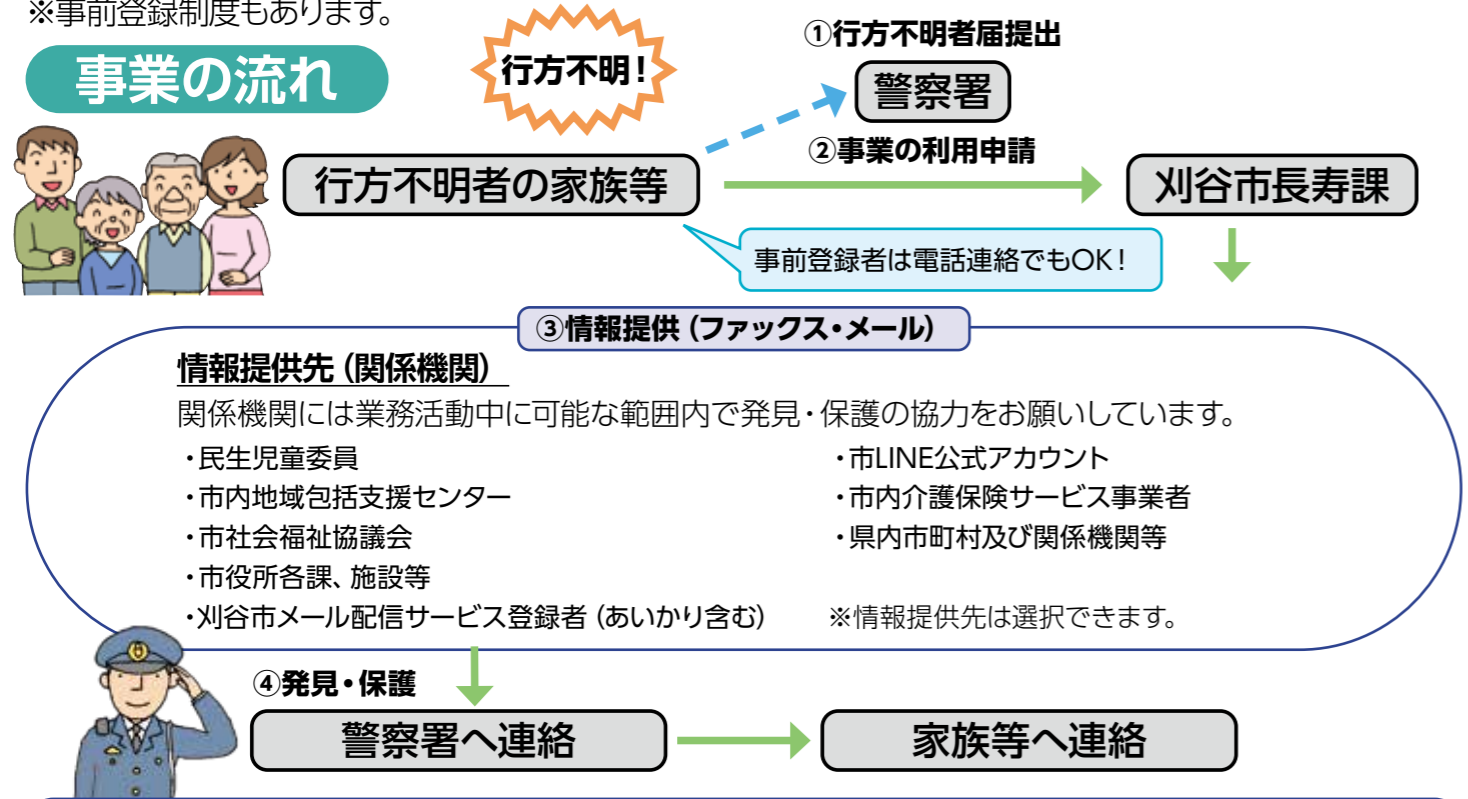
③ 生活支援

見守りが必要になったら(見守り支援)

刈谷市行方不明高齢者等 SOS ネットワーク

行方不明になった認知症高齢者等を地域の支援を得て早期に発見できるよう、警察や市内の関係機関、近隣市町と情報連絡の体制を構築し、行方不明高齢者等の安全と家族等への支援を行います。
※事前登録制度もあります。

事業の流れ



大切なひとの安全のために、ぜひ事前登録をしましょう

行方不明になる可能性のある方の名前・写真などの情報をあらかじめ登録 (情報提供同意) し、事前に警察署等に登録者の情報を提供します。

お問い合わせ 長寿課 ☎ 62 - 1063

見守りシール (どこシル伝言板)

衣服や持ち物などに貼った見守りシールのQRコードを読み取ると、インターネット上の伝言板が表示されます。QRコードの読み取り時や伝言板への書き込みがあった際など、保護者へ瞬時にメールが送信されます。伝言板のやりとりでは個人情報を開示することなく「発見～保護～家族への引渡し」まで安心、安全、迅速に行えます。



見守りシール

刈谷市メール配信サービス

はいかい高齢者の情報をメール配信サービスの防犯・学校情報で発信します。すでに登録されている人は再度登録する必要はありません。

メール配信サービスの登録はこちら (PC・スマートフォンの場合)



メール配信サービスの登録はこちら (ガラケーの場合)



在宅高齢者見守り安心機器貸与

緊急時に紐を引くだけでコールセンターに連絡できる携帯型機器 (キッズフォン) と屋内に設置する人感センサーを貸与します (はいかい症状がある場合は、位置情報検索機能付き)。

サービスのしくみ

屋内外に対応

※屋外の範囲は、原則市内に限ります。



はいかい症状



急な胸苦症状

- ・携帯型機器 (キッズフォン) より通報があった時
 - ・室内のセンサーが異常を感知した時
 - ・はいかい症状により位置情報検索の依頼があった時
- ※位置情報検索の依頼は、協力者が行います。

- ・専門職が状況を正確に把握し、適切に対応
- ※協力者等への連絡、救急車の要請など

- ・行方不明時に位置情報検索し、協力者へ連絡
- ※貸与機器が、専用機器であって位置情報検索に同意のある方のみ

対応

☆対象者 ※以下のいずれかに該当する方

- ・65歳以上のひとり暮らしの方。
- ・要介護・要支援認定を受けており、認知症の状態にあつて、はいかひの症状がある方の家族。

☆サービスの特徴

- ・協力者がすぐ駆け付けることができない場合に限り、業者を手配 (無料) します。
- ・定期的にお元氣コールを行い、異常があれば即座に対応します。

お問い合わせ 長寿課 ☎ 62 - 1063

金銭管理に不安を感じたら(権利を守るための支援)

日常生活自立支援事業

認知症、知的障害、精神障害等のために日常生活の判断に不安のある人に対し、福祉サービスの利用手続き、日常的な金銭管理、書類管理などの支援を行います。

お問い合わせ 刈谷市社会福祉協議会 生活支援課 ☎ 23 - 1600
受付時間：月曜日～金曜日 (祝・年末年始除く) 午前9時～午後5時

成年後見制度

認知症、知的障害、精神障害等により判断能力が不十分なため、本人自身で契約や財産管理などを行うことが困難な方について家庭裁判所に申立てをして、援助してくれる後見人等を設ける制度です。制度説明、手続き支援などお気軽にご相談ください!!

お問い合わせ 刈谷市成年後見支援センター ☎ 23 - 6954
受付時間：月曜日～金曜日 (祝・年末年始除く) 午前9時～午後5時
〒448 - 0024 刈谷市下重原町3丁目120番地 (高齢者福祉センターひまわり内)

介護保険以外のサービス（在宅介護を支援するサービス）

●高齢者福祉サービスガイドブック

介護保険サービスとは別に、高齢者が住み慣れた地域や家庭で安心して自立した生活を営めるよう在宅生活を支援するためのサービス案内です。



●くらしの地域支え合いガイド

「刈谷市高齢者等実態調査」より、地域で生活をする高齢者は、「近くにお店がない」「重くて買ったものを持って帰れない」「出かけるにしても移動する手段がない」など、様々な暮らしの困りごとを抱えていることから、市内の社会資源（インフォーマルサービス等）をまとめたガイドです。



●ちょこっとささえあい

生活のちょっとした困りごと（ゴミ出し、買い物、洗濯など）を市民同士が、お互いさまの気持ちで支えあう仕組みです。



お問い合わせ ちょこっとささえあいセンター ☎ 63 - 6055

4 家族支援

認知症家族支援プログラム

認知症の方を介護している家族が、講義により認知症に対する知識を深めるとともに、参加者による交流会で仲間づくりをし、早期に認知症の方との安定した生活が営めるよう講座を開催します。

内 容	認知症介護に携わる専門職等からの実践に基づいた講義や介護者同士の交流会です。 (半年間で計6回開催)
対 象 者	認知症初期から中期（未認定～要介護3まで）の方を介護している家族で、6回とも参加できる方 ○申込み多数の場合は、介護状況等を考慮した上で受講者を決定します。
費 用	無料
問い合わせ先	長寿課 ☎ 62-1063

認知症介護家族交流会

認知症の方を介護している家族等が、互いに悩みを相談し、情報交換することで、介護負担を軽減できるよう交流会を開催します。

内 容	認知症の方を介護する家族を中心とした交流会です。(毎月開催)
対 象 者	認知症の方を介護している家族等
費 用	100円
問い合わせ先	長寿課 ☎ 62-1063

悩みを共有することで
ホッと一息
つきませんか

5 交流

認知症カフェ

認知症のご本人やご家族、地域の住民、介護・福祉の専門職の方など認知症に関心のある方が集まり、情報交換や仲間づくりを行う場です。

どなたでも気軽に参加することができますので、ぜひいらしてみませんか？

認知症カフェ一覧は刈谷市ホームページに掲載しています。



認知症本人交流会

認知症のご本人同士が集まり、情報交換や交流をするために開催しています。この交流会は、認知症と診断された方や今後のことが心配な方が、同じ立場の人と話すことで不安を軽減し、お互いを支え合うことを目的としています。参加費は無料で、情報交換や趣味の話、今後どうしたいかなどを話すことができる、自分らしく暮らし続けるための居場所です。

お問い合わせ 長寿課 ☎ 62 - 1063

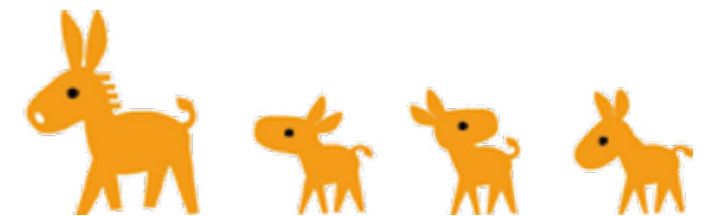
認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守り、支援する「認知症サポーター」を養成する講座です。

対 象 者	市内在住・在勤・在学の方で構成された15人以上の団体やグループ
費 用	無料
申込み方法	「認知症サポーター養成講座申込書」を長寿課または各地域包括支援センターへ、開催日の1か月前までに提出してください。
問い合わせ先	長寿課 ☎ 62-1063



オレンジリング



オレンジリングは、認知症の正しい知識を持ち、地域で認知症の人や家族を温かく見守る「認知症サポーター」であることの証です。

チームオレンジ

「チームオレンジ」は、「認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して過ごすことができるまちづくり」を目指して、認知症サポーターがチームを組み、ボランティアで行う地域活動です。

認知症カフェや高齢者サロンの運営、認知症啓発グッズの製作、認知症サポーター養成講座等講習会のサポートなど、さまざまな場面でボランティア登録しているチームメンバーが活動しています。

⑥ 介護保険

介護保険サービス

通所系サービス（デイサービス、通所リハビリテーション）、訪問系サービス（ホームヘルパー、訪問リハビリテーション、訪問看護）、お泊まりサービス（ショートステイ）、福祉用具貸与・購入・住宅改修（杖・手すり・スロープなどのレンタル、住宅改修の補助）などを利用する場合は、地域包括支援センター、又は長寿課へお問い合わせください。

通所介護（デイサービス）	食事・入浴・排泄などの日常生活上の支援や機能訓練などを日帰りでを行います。
通所リハビリテーション（デイケア）	医療施設などに通い、食事・入浴・排泄などの介護や、生活機能向上のためのリハビリテーションを日帰りでを行います。
訪問介護	ホームヘルパーが居宅を訪問して、食事・入浴・排泄などの身体介護、調理・洗濯・掃除などの日常生活上の援助をします。
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が居宅を訪問し、リハビリテーションを行います。
訪問看護	看護師などが疾患を抱えている人の居宅を訪問して、療養上の世話や診療の補助を行います。
短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）	介護老人福祉施設や医療施設などに短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などを行います。
福祉用具の貸与、購入費の支給	在宅介護に必要な福祉用具の貸与（レンタル）が受けられます。また、入浴や排泄などの補助用具の購入費が支給されます。
住宅改修費の支給	生活環境を整えるために、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、改修費が支給されます。

●介護と介護保険の総合ナビ ハートページナビ 刈谷市版
介護が必要になった方やご家族のための介護保険総合案内です。



お問い合わせ 長寿課 ☎ 62 - 1063

「絆ノート」を活用しましょう

自分らしく生きるために、大切なことを大切な人と話してみませんか。

絆ノート（エンディングノート）とは、自分に万が一のことがあったとき、残された家族や大切な人が困らないように、葬儀やお墓、相続、各種保険の手続きなどに関する自分の考えを書き残しておくノートです。

これまでの人生を振り返り、今後も自分らしく安心して暮らすことができるよう、この機会に絆ノートを書き始めてみませんか。何度でも書き直しが可能です。



配布場所 長寿課 ☎ 62 - 1063

ホームページにも掲載しています。

あなたのまわりに認知症の人がいたら

認知症の人とコミュニケーションをとるときには、接し方次第で症状が安定したり悪化したりする場合があります。その人の個性や意思などを大切に接し方を心がけましょう。

●声をかけるときは一人で

複数で取り囲むと、本人の恐怖心をあおります。できるだけ1人で声をかけましょう。



●目線を合わせる

本人の視界に入って話しかけ、目線の高さをあわせて、顔や目を見ながらやさしく話しかけましょう。



●話すときは、ゆっくり・はっきりと

できるだけ穏やかな声で、わかりやすい短い言葉で話すようにしましょう。



●耳を傾ける

たとえ本人の話が要領を得ないものでも耳を傾け、何を言いたいのかを推測、確認しましょう。



●本人ができることは本人に

本人が「やろう」としていることを遮らずに、見守りましょう。できないところをそっとお手伝いしましょう。



●本人のいいところを伝える

本人のできているところ、良いところをたくさん伝えましょう。



知っておきたい 「否定より肯定」の気持ちで接しましょう

介護者が認知症の人の間違いや失敗などを強く否定したり、理屈に任せた説得を試みたりすると、認知症の人は罪悪感や孤独感をつのらせてしまいます。まずは、間違いや失敗に対して否定ではなく、「大丈夫」と肯定する気持ちを示しましょう。

認知症の人を受け入れてもらえることで、失敗にめげずに再び意欲を奮い立たせることができます。失敗をおそれずに、自立に向けたチャレンジができる環境づくりが大切です。

高齢者の相談窓口

認知症の相談だけでなく、介護相談や介護保険サービス利用の手続き、消費者被害、高齢者虐待、権利擁護など様々な相談に対応します。

お近くの地域包括支援センターまたは、市役所長寿課にご相談ください。

名 称	連 絡 先
刈谷富士松地域包括支援センター 担当地区：富士松中学校区	井ヶ谷町松ヶ崎 6 番地 3（観寿々会総合福祉センター内） 電話：62-3033 月～金（年末年始除く）9:00～18:00
刈谷雁が音地域包括支援センター 担当地区：雁が音中学校区	一ツ木町 4 丁目 40 番地 3（一ツ木福祉センター内） 電話：21-3561 月～金（年末年始除く）9:00～17:00
刈谷中部地域包括支援センター 担当地区：小高原・日高・住吉小学校区	住吉町 5 丁目 15 番地（刈谷豊田総合病院内） 電話：25-8283 月～金（祝・年末年始除く）8:30～16:45
刈谷中央地域包括支援センター 担当地区：亀城・衣浦小学校区	下重原町 3 丁目 120 番地（高齢者福祉センターひまわり内） 電話：23-0280 月～金（祝・年末年始除く）8:30～17:15
刈谷依佐美地域包括支援センター 担当地区：依佐美中学校区	小垣江町新庄 35 番地（介護老人保健施設かりや敷地内） 電話：63-5235 月～金（祝・年末年始除く）9:00～17:00
刈谷朝日地域包括支援センター 担当地区：朝日中学校区	野田町西田 78 番地 2（南部福祉センターたんぽぽ内） 電話：63-6700 月～金（祝・年末年始除く）9:00～17:00
刈谷市基幹型地域包括支援センター 各地域包括支援センターの総合調整・ 後方支援	東陽町 1 丁目 1 番地（刈谷市役所内） 電話：95-5212 月～金（祝・年末年始除く）8:30～17:15
刈谷市役所 長寿課	東陽町 1 丁目 1 番地 [要介護認定、介護保険料、介護サービスなどに関すること] 電話：62-1013 月～金（祝・年末年始除く）8:30～17:15 [高齢者福祉サービス、高齢者虐待などに関すること] 電話：62-1063 月～金（祝・年末年始除く）8:30～17:15

