

認知症安心ガイドブック

～認知症になっても

安心して暮らせる上里町をめざして～



上里町マスコットキャラクター

こむぎっち

厚生労働省の推計（平成 27 年 1 月時点）によると、認知症の人の数は 2012 年時点で約 462 万人、65 歳以上高齢者の約 7 人に 1 人と推計されています。団塊の世代が 75 歳以上になる 2025 年には 65 歳以上の約 5 人に 1 人にあたる 700 万人に達するとされています。

上里町では 2025 年 65 歳以上の高齢者は 9,019 人、高齢化率 30.1%と推計され、国の推計に当てはめると認知症の高齢者は約 1,800 人に達すると見込まれます。

認知症は誰もがなりうるものであり、家族や周囲の人が認知症になることなどを含め、多くの人にとって身近なものとなっています。こうした中、認知症の人を単に支えられる側と考えるのではなく、認知症の人が認知症と共によりよく生きていくことができるよう、この「認知症安心ガイドブック」を作成しました。ぜひご活用ください。

令和 6 年 5 月 改訂

上里町

も く じ

1. 認知症ってどんな病気? 1
2. 認知症かな?と思ったら 3
3. 認知症の人への接し方 5
4. 認知症の予防 6
5. 周囲の人にできること 6
6. 相談窓口やサービス 7
 - 【相談窓口】 . . . 7
 - 【介護予防】 . . . 9
 - 【他者につながる】 . . . 10 - 11
 - 【見守る】 . . . 12
 - 【生活を支援する】 . . . 13 - 14
 - 【金銭・権利のトラブル】 . . . 15
 - 【住まい】 . . . 16
 - 【介護保険制度】 . . . 17
7. 認知症の進行度と支援の例 18
8. 受診メモ 19
9. 本人記入欄 20 - 21



1. 認知症ってどんな病気？

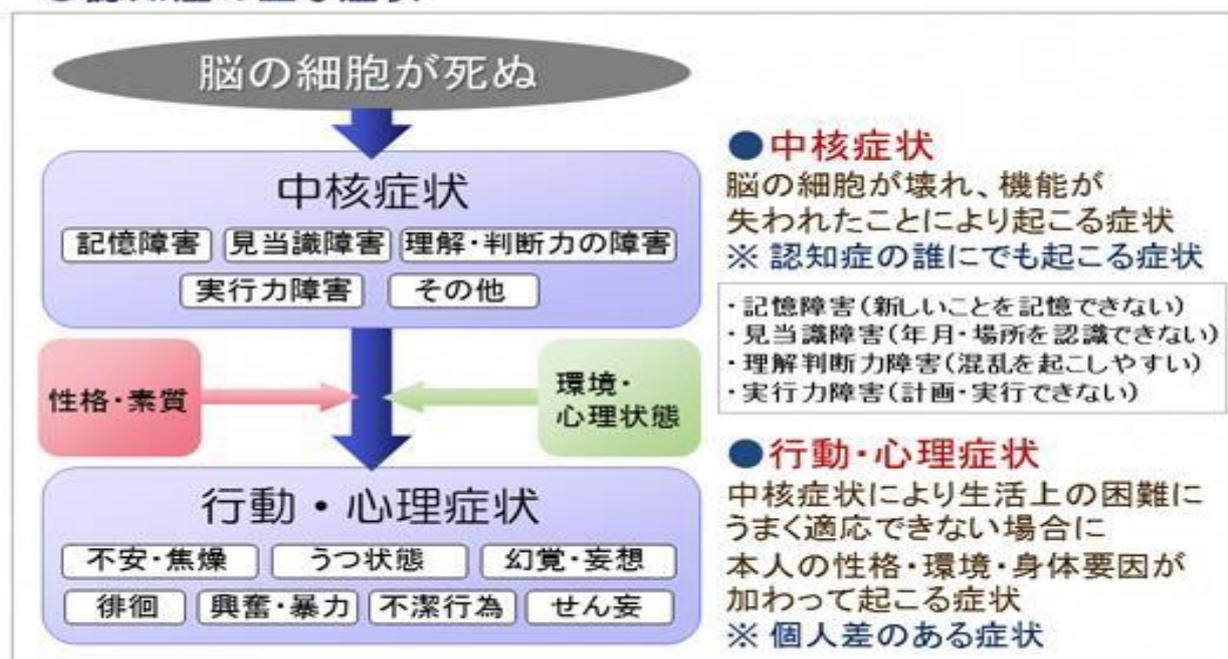
認知症は、脳の病気です。さまざまな原因で脳細胞が死んだり、脳の働きが悪くなり、その結果、もの忘れがひどくなったり、買い物や料理など今まで習得した身の回りのことができなくなって、日常生活をおくるのに支障のある状態です。

認知症は一般的には高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症する場合があります。その場合は「若年性認知症」といいます。また認知症の診断は受けていなくとも物忘れ等の症状がある軽度認知障害（MCI）の高齢者も増加しています。（18ページ「認知症の進行度と支援の例」参照）

☆中核症状と行動・心理症状

認知症の症状には脳の異常により起こる症状である「中核症状」と、本人の性格や周囲の人とのかかわり方などで生じる「行動・心理症状」があります。

●認知症の主な症状



☆もの忘れと認知症による記憶障害の違い

加齢によるもの忘れと認知症による記憶障害とは違います。たとえば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないといった、体験の一部を忘れるのは加齢による年相応のもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は認知症が疑われます。

加齢によるもの忘れと認知症による記憶障害の例

| 加齢によるもの忘れ | 認知症による記憶障害 |
|--|--|
| もの忘れを自覚できる 体験したことの一部を忘れる 年次や日付、季節を間違えることがある ヒントを出すと思い出す | もの忘れを自覚できない 体験したこと自体忘れる 年次や日付、季節が分からなくなる ヒントを出しても思い出せない |

* これはあくまでも目安です。当てはまらない人もいます。



☆認知症を引き起こすさまざまな病気

認知症の症状を引き起こす病気には様々なものがあり、病気によって出現しやすい症状が異なります。

| | |
|--------------------|---|
| アルツハイマー型 認知症 | 認知症の原因となる病気のうち、最も多いもので脳の萎縮により起こります。症状は通常、もの忘れから始まりゆっくり進行します。からだも気持ちも元気なままなので、自分の症状に気がつかない人もいます。 |
| レビー小体型 認知症 | もの忘れや判断力の低下のほか、初期の段階から「実際にはないものが見える」幻視の症状がみられます。特に夕方～夜に現れやすくなります。パーキンソン症状（手足がふるえる、動作が鈍いなど）が現れますが、調子の良いときと悪いときの変化が大きいという特徴があります。 |
| 前頭側頭型 認知症（ピック病） | いろいろなことを我慢できず、問題となりうる行動をとることがあります。同じことをし続けることもあります。 |
| 脳血管性認知症 | 脳梗塞や脳出血によっておこり、症状は脳のどの部分がどのように障害されたかによって異なります。手足の麻痺やろれつが回りにくい、飲み込みの障害などが見られることもあります。 |

このほか

- ・ 髄液という脳の周りを流れている液体がたまって、脳が圧迫される病気「正常圧水頭症」。
- ・ 頭を打撲した後、しばらくしてから頭の中に血がたまって脳が圧迫される病気「慢性硬膜下血腫」
- ・ 甲状腺ホルモンの分泌が低下して認知症状が出る「甲状腺機能低下症」

などの病気が原因で起こることもあります。



2. 認知症かな？と思ったら

認知症はめずらしい病気ではなく、誰にでも起こりうる病気です。認知症の人の周囲にいる人やご本人が「何かおかしいな？」「ひよっとしたら」と思いつつ、何も対処しないまま時間が過ぎてしまうことがよくあります。しかし、対処が遅れると適切な治療や支援を受けることも遅くなり、本人の症状が進行してしまうことにもなりかねません。

また、認知症といっても原因になる病気はいろいろあり、うつ病など認知症とよく似た症状の病気もあるため、正しい診断を受けることが大切です。

できるだけ早くかかりつけの医師や相談機関に相談するようにしましょう。

早期の受診、診断や治療が大切な理由

認知症の場合でも早く診断し、適切な治療や内服を早い段階から行うことで、症状が改善したり、進行を遅らせることができる場合もあります。

○治る病気や一時的な症状の場合がある

正常圧水頭症、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などによる認知症の場合は、脳外科的処置で良くなったり、甲状腺ホルモンの異常の場合は内科的な治療で良くなる場合もあります。

このような病気でも、長期間そのまま放っておいた場合には、脳の細胞が死んでしまったりして回復できなくなります。いずれの場合でも、1日も早く受診することが重要です。

○早い時期に受診することのメリット

アルツハイマー型認知症などのように、治療しても完治することが難しい病気であっても、薬で進行を遅らせることができ、健康な時間を長くすることができます。

病気がことが理解できる時点で受診し、認知症についての理解を深めておけば、本人・家族が生活上の困りごとを軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。

☆ご家族の皆さんへ

医療機関へ受診・相談する際には、家族からの情報がとても大切です。ご家庭でご本人の変化や気づいたこと、出来事などのメモをとっておくことをお勧めします。本冊子の記入欄も活用してください。(19ページ～21ページ)

家族だけで抱え込まないことが大切です。認知症の人を介護する家族には、本人を支えようとするあまり疲れてしまう場合が多く見られます。周囲の協力を求めましょう。

☆大友式認知症予測テスト

このテストは、初期の認知症や認知症の可能性のある状態など、ご自身や家族などの身近な人が簡単にチェックできるよう考案されたものです。

| チェック項目 | ほとんど ない | ときどき ある | 頻繁に ある |
|----------------------------------|------------|------------|-----------|
| 同じ話を無意識に繰り返すことがある | 0点 | 1点 | 2点 |
| 知っている人の名前が思い出せないことがある | 0点 | 1点 | 2点 |
| 物をしまった場所がわからなくなる | 0点 | 1点 | 2点 |
| 漢字を書くときに思い出せないことが多くなった | 0点 | 1点 | 2点 |
| 今しようとしていることを忘れてしまうことがある | 0点 | 1点 | 2点 |
| 以前に比べ器具の取扱説明書を読むのが面倒になった | 0点 | 1点 | 2点 |
| 理由もなく気分が落ち込むことがある | 0点 | 1点 | 2点 |
| 以前に比べ身だしなみに興味がなくなった | 0点 | 1点 | 2点 |
| 以前に比べ外出する気が起こらなくなった | 0点 | 1点 | 2点 |
| 物（財布など）が見つからず、誰かがどこかへやったと言うことがある | 0点 | 1点 | 2点 |

- 0～8点 問題なし 正常範囲内です。疲労やストレスによるものの場合もあります。8点に近かった場合、気分の違うときに再チェックしてみましょう。
- 9～13点 要注意 数か月単位で時間を置いて再チェックしてみたり、身近な人にチェックしてもらったりしてみましょう。
- 14～20点 要診断 認知症の初期症状が出ている可能性があります。家族や身近な人にも再チェックしてもらい、結果が同じようであれば、専門医や地域包括支援センターへ相談してみてください。

出典：大友式認知症予測テスト（認知症予防財団ホームページより抜粋）

3. 認知症の人への接し方

認知症の症状に、最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗や、今まで苦もなくやっていた家事や仕事がうまくいかなくなる等のことが徐々に多くなり、なんとなくおかしいと感じ始めます。特に、認知症特有の言われても思い出せないもの忘れが重なると、多くの人は何かが起こっているという不安や焦りを感じ始めます。「認知症になったのではないか」という不安は健康な人の想像を絶するものでしょう。誰よりも今後のことを心配し、現状に苦しみ、できなくなっていく不安や悲しみと戦っているのは、本人だということを忘れず接することが大切です。

認知症の人を理解し上手にかかわることで状態は落ち着き、行動・心理症状の軽減につながることもあります。しかし、上手にかかわることを心がけていてもできないこともあると思います。ぜひ家族で抱え込まずに周囲の協力を求めましょう。

☆認知症の人への対応の心得 3つの「ない」

驚かさない：後ろから声をかけたり、大声で話したり、複数の人が同時に話しかけたりせず、正面から近づいて話しましょう。

急がせない：できるだけゆっくりと話し、本人の言ったことを繰り返して、反応を見ながら意思を確認しましょう。

傷つけない：叱りつけたり、頭ごなしに否定したり、強制したり、子ども扱いするような、自尊心を傷つける行為は禁物です。

☆認知症の人によくみられる特徴

- ・最近の出来事を忘れてしまう。何度同じことを聞いても、そのたびに忘れてしまうため、初めてのように何度も繰り返し聞いてしまう。
- ・認知症の症状は身近な人に対してより強く出る。
- ・自分にとって不利なことは認めない。(とりつくろう)
- ・正常と認知症が混じり合っている「まだら症状」がある。
- ・やりとりの内容は忘れても、そのときの感情は残っている。嬉しい感情も嫌な感情も残る。

4. 認知症の予防

認知症の2割を占める脳血管性の認知症予防には、高血圧や高脂血症、肥満などの対策がとても有効です！

また、認知症の半数を占めるアルツハイマー型の認知症でも、運動をはじめとする生活習慣病対策が発症を遅らせることが示されています。

認知症の発症を完全に防ぐことは困難ですが、生活習慣（運動や食事）に気を配ることで、発症や進行を遅らせることが期待されています。

☆高血圧や高脂血症、肥満などの生活習慣病を予防しましょう！

バランスの良い食事を心がけましょう。有酸素運動（酸素を消費し十分な呼吸を確保しながらできる運動）であるウォーキング等を行いましょう。



☆脳を使う生活を心がけましょう

大切なことは楽しく行うこと。趣味や仲間と過ごしたり、新しいことに挑戦してみたりしましょう。昔の遊びや仕事などを語る回想法、音読や計算などの学習なども脳の活性化を図ることができます。

5. 周囲の人にできること

認知症になっても、住み慣れた地域で暮らし続けるために周りの人々の協力が必要です。周りの人々の理解と支えがあれば、認知症などの病気や障害がある人も安心して町に出て、自分らしい暮らしを続けることができます。さりげない手助けや見守り、声かけなどのちょっとした勇気や優しさが、上里町を安心して安全な町に変えていく原動力になります。

☆認知症サポーターになろう！～認知症サポーター養成講座のご案内～

認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」は、なにか特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、自分のできる範囲で、認知症の人やその家族を見守り、支援する「応援者」です。講座を修了すると、認知症サポーターの目印として『サポーター証』をお渡しします。開催日時は上里町ホームページで確認できます。

出前講座

10名以上のグループでお申し込みください。90分程度（時間は要相談）の講座を無料で行います。会場や講座に必要な物品等は申込者でご用意ください。

認知症サポーター・ステップアップ講座（隔年開催）

認知症サポーター養成講座を受講された方を対象に、認知症についての理解を深めるとともに、声掛けの仕方、接し方を学びます。サポーターの活躍の場もご紹介します。（不定期開催）

6. 相談窓口やサービス

相 談 窓 口



上里町地域包括支援センター

認知症を含め高齢者に関する相談を受けています。

〈問合せ先〉上里町地域包括支援センター
(高齢者いきいき課内)

☎0495-35-1243

認知症相談窓口

「認知症の人と家族の会」

埼玉県支部

☎048-814-1210

月、火、水、金、土 10:00~

認知症ほっと相談

認知症グループホームで認知症介護の相談をお受けします。下記グループホームにお気軽にご相談ください。

守秘義務は遵守します。安心してご相談ください。

| | グループホーム名 | 対応形態※ | 住所 | 電話番号 |
|---|----------|-------|----------|---------|
| ① | 栄華の里 | 予約制 | 三町22-2 | 34-2188 |
| ② | さくらんぼ | 予約制 | 金久保777 | 34-3388 |
| ③ | 賀美邑 | 予約制 | 勅使河原1584 | 35-0333 |
| ④ | カンナの里 | 予約制 | 勅使河原1577 | 35-3525 |
| ⑤ | 愛の家神保原 | 随時対応 | 神保原町91 | 35-3700 |

※予約制の場合は電話で相談日時を調整後に相談をお受けします。

認知症グループホームとは？（認知症対応型共同生活介護）

介護保険の施設のひとつで町内に5箇所あります。認知症の方が少人数単位でスタッフの支援を受けながら共同生活をします。家庭的な雰囲気の中で、出来る能力を生かしながら暮らしやすい生活を整えることで認知症状を軽減し、その人らしく暮らせるよう支援する施設です。

※入所できる方は原則として施設所在地（上里町）在住の方に限られます。

上里町認知症初期集中支援推進事業

認知症またはその疑いがある方のご家庭をチーム員（専門職）が訪問し、必要な支援を行います。具体的には、どのような生活の困難さがあるのか、それによりご本人やご家族がどのように困っているのかなどを一緒に確認し、おおむね6か月を目安に、困りごとを解決するための支援の実施、必要な介護サービスや医療サービスに繋げていく支援を行います。

医療機関に相談

かかりつけ医

認知症になる以前からの健康状態や持病などを把握しているので、認知症の相談がスムーズに行えます。
また、介護保険の利用が必要になったときは、要介護認定申請に使う「主治医意見書」の作成を依頼できます。

認知症専門医

日本老年精神医学会や日本認知症学会などの学会が認定している認知症専門医のことです。各学会のホームページ等で確認することができます。また、認知症に特化している場合は「物忘れ外来」という診療科を掲げている医療機関もあります。

認知症疾患医療センター

認知症の鑑別診断、認知症専門医療相談を行っています。受付時間等の詳細は各センターにお問合せください。

- ・西熊谷病院（熊谷市） ☎048-599-0930
- ・美原記念病院（伊勢崎市） 認知症相談専用ダイヤル ☎0270-20-1700
- ・篠塚病院（藤岡市） ☎0274-20-1103
- ・サンピエール病院（高崎市） ☎027-347-4477

休日や夜間の急病・ケガについて

埼玉県救急電話相談 ☎ #7119（24時間365日）

看護師による電話相談。認知症の方だけでなく、急病時にご利用できます。

* IP 電話、ダイヤル回線、PHS をご利用の場合は、☎048-824-4199

家族支援

※11ページ「見守り・安否確認」もご参照ください。

家族介護者相談窓口

町内にお住まいの方、または介護が必要な親族等が町内にお住まいの方を対象に、家族介護者相談窓口を設置しています。電話、面談、メールでの相談が可能です。

時間内相談…平日：午前8時30分～午後5時15分（祝日・振替休日・年末年始除く）

時間外相談…平日：午前7時～8時30分、午後5時15分～8時

土日：午前9時～午後4時 ※時間外相談は事前予約が必要です。

〈申込み・問合せ〉 上里町地域包括支援センター ☎0495-35-1243

認知症家族のつどい

同じ悩みをお持ちの方が集まり悩みや心配事・体験談などを語り合う場です。

毎月第3木曜 13:30～ 場所：愛の家グループホーム神保原 上里町大字神保原町91番地

〈申込み・問合せ〉 愛の家グループホーム神保原 ☎0495-35-3700

* 現在休止中ですが、参加希望者は愛の家グループホーム神保原にお問合せください

認知症の人と家族の会埼玉県支部

認知症の本人、介護している家族、介護にたずさわっている専門職、ボランティアなどが会員となって、電話相談、介護セミナー、家族の集いなどを行っている全国的な団体です。同じ悩みをもつ仲間同士で情報交換を行うことができます * 若年性認知症のつどいも開催しています。

こむぎっち ちよつから健康体操

各行政区の集会所などで住民が主体となり、いすに座っておもりをつかって行う筋力アップ体操を週1回行っています。いすに座って行うので体力に自信のない方、杖をお使いの方も参加できます。「元気ちよつからサポーター」というボランティアが来て体操を教えてください。

※開催状況は下記へお問合せください。

| 小学校区 | 実施している地区 |
|-------|---------------------------|
| 賀美地区 | 黛、金久保、西金、内出、勝場、原、天神・真下 |
| 長幡地区 | 帯刀、中・南五明、下郷、大御堂、藤木戸 |
| 七本木地区 | 堤、三町、嘉美、本郷 |
| 上里東地区 | 京塚、古新田、三田、三軒、久保新田、四ッ谷、西原町 |
| 神保原地区 | 一丁目、三丁目、四丁目、五丁目、八町河原、忍保 |

〈問合せ先〉上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内)

☎0495-35-1243



地域交流

他者とつながる

各団体で参加条件があります。

ふれあいサロン

地域の高齢者等が気軽につどい、お茶をのみしながらおしゃべりするなど楽しい時間を過ごす交流の場です。※開催状況は下記へお問合せください。

| 小学校区 | サロン |
|-------|---------------------------|
| 賀美地区 | 金下、金下東、勝場、天神・真下、堀込、黛 |
| 長幡地区 | 帯刀、藤木戸、下郷 |
| 七本木地区 | 堤、三町、嘉美 |
| 上里東地区 | 京塚、三田、三軒、西原町 |
| 神保原地区 | 一丁目、三丁目、四丁目、五丁目、ニコニコ会、宮本町 |

〈問合せ先〉上里町社会福祉協議会 ☎0495-33-4232



堀込サロンの様子(茶話会)



老人クラブの様子



←三丁目つどいの会の様子
ボランティアによる尺八演奏

老人クラブ（上里町いきいきクラブ）

高齢者の会員組織により、学習・レクリエーション・地域社会との交流など、仲間づくりをしながら各種の活動を自主的に行っています。

〈問合せ先〉

- ・各地区の老人クラブ
- ・高齢者いきいき課 高齢介護係 ☎0495-35-1243



公民館での活動

公民館事業や公民館利用団体が活動しています。

〈公民館事業の問合せ〉各公民館

〈公民館利用団体〉直接団体代表へ

* 利用団体の情報は広報誌や公民館だより上里町ホームページを参考にしてください。



こむぎっちカフェ（オレンジカフェ）

認知症の方や家族、地域の専門職など、認知症に関心のある方ならだれでも参加できます。お茶のみをしながらおしゃべりをしたりレクリエーションなどで交流します。認知症介護に携わる専門職がいますので相談もできます。

日時：毎月第2火曜日 午後2時～3時半

会場：イオンタウン上里2階フードコート

参加費：100円

〈問合せ〉

社会福祉法人英会 栄華の里

上里町地域包括支援センター（高齢者いきいき課内）

☎0495-34-2188

☎0495-35-1243



こむぎっちカフェの様子



就 労 支 援

シルバー人材センター

定年退職をした高齢者などに、培ってきた知識や経験、技能などを生かして社会貢献できる仕事を提供する市区町村単位で設置された組織です。除草や植木の手入れ、清掃など臨時的・短期的で軽易な仕事が提供されるので、「生きがいを得るための仕事」として最適です。

〈問い合わせ〉上里町シルバー人材センター

☎0495-33-4231

埼玉県若年性認知症サポートセンター

若年性認知症支援コーディネーターが、本人や家族からの相談（就労支援のほか、社会保障、医療、サービス受給等）に応じます。電話相談、メール・FAX、来所による相談に応じています。

〈問い合わせ〉埼玉県若年性認知症サポートセンター

☎048-814-1212

見守り・安否確認



見守りキーホルダー

外出先で突然倒れたり、徘徊により保護され連絡先等が確認できない場合に、すみやかに身元や緊急連絡先を確認できるキーホルダーです。キーホルダーと同じナンバーのアイロンシールを交付するため、服やバッグに貼り付けて利用できます。

〈問合せ先〉上里町地域包括支援センター
(高齢者いきいき課内)
☎0495-35-1243



上里町徘徊高齢者家族支援サービス

***有料**

徘徊のおそれのある高齢者に移動端末(GPS)を持ってもらい、所在不明時に家族等へ現在位置をお知らせします。

〈問合せ先〉上里町地域包括支援センター
(高齢者いきいき課内)
☎0495-35-1243



民生委員の見守り活動

ひとり暮らし高齢者等に対して民生委員が日ごろ見守り活動を行っています。

〈問合せ先〉町民福祉課社会福祉係
☎0495-35-1224

見守りネットワーク

新聞販売所、牛乳販売店、郵便事業者、飲食店等に「いつもと違う」「ちょっと気がかり」なことに気づいた際、上里町地域包括支援センターに連絡していただき、援助が必要な方を発見するためのネットワークです。

〈問合せ先〉上里町地域包括支援センター
(高齢者いきいき課内)
☎0495-35-1243

避難行動要支援者制度

高齢者(要介護3~5の方)や障害者等を災害時の避難支援等に結びつけることを目的に、「避難行動要支援者 個別避難計画書」を整備しています。

支援が必要な方や見守る方の情報等を登録し、緊急時や災害時の安否確認、避難の手助けなどに役立ってます。

問合せ先) 高齢者いきいき課高齢介護係
☎0495-35-1243



生活支援



高齢者等生活応援隊

町内在住の一人暮らし高齢者及び高齢者世帯等の普段の生活のちょっとした困りごとなどを有償ボランティアの方に手助けしていただく仕組みです。

*1時間500円（商工会が発行する商品券）

短時間利用にも対応

〈問合せ先〉上里町社会福祉協議会

☎0495-33-4232

シルバー人材センター

除草や植木の手入れ、清掃など臨時的・短期的で軽易な仕事を有料で引き受けています。

〈問合せ先〉上里町シルバー人材センター

☎0495-33-4231

地域支え合い活動

孤立のない地域づくりのために、ちょっとした困りごとを住民主体で助け合う活動をしている地域があります。現在は賀美小学校地区で「賀美あんしんサポートの会」、神保原小地区で「支え愛とおせっ会」という有償ボランティア活動が行われています。

〈問合せ先〉

○上里町社会福祉協議会

☎0495-33-4232

○賀美安心サポートの会

☎080-4477-5888

○神保原小地区 支え愛とおせっ会

☎070-6465-5599

配食サービス

配食見守りサービス

町内に住所を有し、世帯全員が以下のいずれかに該当するひとり暮らしの高齢者及び高齢者のみの世帯で、必要と認められた方に弁当を届けるサービスがあります。利用するための要件がありますので、希望の方はお問い合わせください。

- ・ 疾病や心身機能の低下等の理由により、自分で食事の支度をするのが困難かつ見守りが必要な方
- ・ 認知症高齢者及び認知症が疑われる高齢者で、見守りが必要な方

* 介護保険料の所得段階に応じた利用料があります。

* 配達時の安否確認も行っている民間の宅配業者もありますので、合わせてお問い合わせください。

〈問合せ先〉上里町地域包括支援センター（高齢者いきいき課内）☎0495-35-1243

福祉機器の貸し出し

福祉機器貸与事業

町内在住の寝たきり高齢者・身体障害者等を対象に、最長6か月間無料で電動ベッド・車いす等を貸し出しています。

〈問合せ先〉上里町社会福祉協議会

☎0495-33-4232



移 動 支 援

高齢者お出かけサポート助成事業

(要支援・要介護の認定をお持ちの方で、事前の申請が必要です。)

歩行困難等により、特定の乗降場所を有する公共交通機関を利用できない高齢者の外出を支援するため、タクシー利用 1 回につき初乗運賃相当額を助成する上里町高齢者お出かけサポート利用券(タクシー券)を交付します。

●利用できる方

1. 町内に住所を有している方
2. 在宅で満 65 歳以上の方
3. 要支援 1・2、要介護 1~5 の認定を受けている方
4. 単身者又は満 65 歳以上の方のみで構成する世帯に属している方
5. 運転免許証を持っていない方
6. 上里町重度心身障害者福祉タクシー利用券の交付対象者でない方

●助成内容

利用券枚数：年度毎に 28 枚

利用助成額：初乗運賃相当額(国土交通省基準)

備考・利用券は、1 回の利用につき、2 枚まで利用できます。

また、各種割(障害者割引・シルバー・サポーター制度)と併用できます。



●詳細はお問い合わせください。

<問い合わせ先> 高齢者いきいき課 高齢介護係

☎0495-35-1243

介護タクシー

※事前予約が必要です。

ヘルパーの資格を持った人が運転し、乗り降りの手伝いや見守りなど支援をしてくれます。車椅子などの対応も可能な事業所もあります。支援の内容や料金は事業所により異なりますので、確認して利用しましょう。

<町内事業者>

カンナの里介護タクシー(障害者手帳、介護認定お持ちの方) ☎0495-33-0624

介護ステーションながはま ☎0495-33-0872

権利を守る



「福祉サービス利用援助事業」(あんしんサポートネット)

判断能力の不十分な高齢者等が、安心して生活が送れるように定期的に訪問し、福祉サービスの利用の援助や暮らしに必要なお金の出し入れのお手伝いを、本人との契約により行います。

〈問合せ先〉上里町社会福祉協議会

☎0495-33-4232

成年後見制度

認知症などで判断能力が不十分な方が社会で不利益や被害を受けることがないように、家庭裁判所が成年後見人等を選び、財産管理や生活・介護に関する契約などを本人に代わって行う制度です。成年後見制度の利用の申し立ては、家庭裁判所で行います。

〈相談窓口〉上里町地域包括支援センター(高齢者いきいき課内) ☎0495-35-1243

後見ほっとライン(児玉郡市電話相談窓口) ☎0120-235-833

〈専門職の相談窓口〉

埼玉弁護士会高齢者・障害者権利擁護センター「しんらい」

☎048-710-5666(土日祝日除く10:00~16:00)

公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート埼玉支部

☎048-845-8551

埼玉県社会福祉士会権利擁護センターぱあとなあ埼玉

☎048-857-1717(月~金9:30~17:30)

成年後見相談ダイヤル(児玉郡3町成年後見制度電話相談窓口)

成年後見制度に関する電話相談窓口です。ご自分のこと、ご家族のことなどお気軽にご相談ください。

フリーダイヤル 0120-235-833

受付時間: 9:00~17:00(月~金、祝日除く)

〈問い合わせ先〉高齢者いきいき課 地域包括支援係 ☎0495-35-1243

悪徳商法・詐欺

警察

認知症の高齢者は、振り込め詐欺をはじめとした犯罪に巻き込まれやすい傾向があります。犯罪の被害に遭ったり、被害に遭いそうになったら迷わず相談しましょう。

警察総合相談 ☎#9110

悪徳商法や詐欺などの相談に応じます。

消費者生活センター

消費者のための相談や情報提供を行う行政機関です。悪徳商法による被害や商品事故の苦情など消費者生活に関する相談に応じます。

消費者ホットライン ☎188 (イヤヤ!)

*最寄りの消費者センターにつながります。

本庄市役所商工観光課

☎0495-25-1175

月水木金(祝日除く)9:30~15:30

上里町役場産業振興課 農政商工係

住 宅 ・ 施 設

住 ま い

下記の施設では、必要に応じてデイサービスやヘルパーなどの介護サービスを利用しながら、施設で生活することができます。施設ごとに入居条件や料金等が異なります。



ケアハウス

老人福祉法に規定する軽費老人ホームで60歳以上の方が身体機能の低下や高齢等のため独立して生活するには不安がある方が、自立した生活を継続できる施設です。

〈町内事業者〉

| | | |
|---------------|-----------|---------------|
| ケアハウス栄華の里 | 三町 19-4 | ☎0495-34-2188 |
| ケアハウス桜草 | 金久保 777 | ☎0495-34-3388 |
| ケアセンター賀美邑 ※ | 勅使河原 1584 | ☎0495-35-0333 |
| ケアハウス賀美邑(混合型) | 勅使河原 1584 | ☎0495-35-0333 |

※の施設は、介護保険の**特定施設入居者生活介護**の指定があり、要介護認定を受けた方が入居する施設となります。

特定施設入居者生活介護とは、入居している方に対して介護サービス計画に基づき、入浴・排泄・食事等の介護、その他の日常生活上ならびに療養上のお世話、機能訓練をすることを指します。

住宅型有料老人ホーム

食事などのサービスは提供されますが、施設常駐の介護スタッフによる介護サービスは提供されません。介護が必要な人は介護保険制度で訪問介護などの外部の介護サービスを受けます

〈町内事業者〉

| | | |
|--------------|------------|---------------|
| イルクオーレ上里 | 藤木戸 5400 | ☎0495-34-1150 |
| ナーシングホームこころ | 七本木 2955-2 | ☎0495-35-1556 |
| シルバーホームランタナ | 神保原町 999 | ☎0495-71-7162 |
| ファイン上里 | 七本木 2867-7 | ☎0495-71-7314 |
| ふれあい上里 | 嘉美 607-1 | ☎0495-71-5125 |
| はびねすケアホーム笑ふく | 七本木 5334 | ☎0495-71-4577 |

サービス付き高齢者向け住宅

高齢者が安心して居住できるように、バリアフリー構造の住宅で、安否確認や生活相談サービスの提供があります。

施設ごとにサービスの提供の仕方や料金などが異なります。

〈町内事業者〉

| | | |
|-------------------|-------------|---------------|
| ひだまりの家 | 七本木 5559 | ☎0495-71-6644 |
| チューリップかみさと | 三町 848-2 | ☎0495-33-2300 |
| シルバーホームこむぎ | 神保原町 2026-1 | ☎0495-34-3456 |
| ヴィベル上里 | 七本木 3529-7 | ☎0495-71-9671 |
| サービス付き高齢者向け住宅 みぶな | 三町 835-1 | ☎0495-71-5616 |

介護保険サービス



介護保険で受けられるサービスには、大きく分けて「居宅サービス」「施設サービス」があります。居宅サービスは、居宅で生活しながら訪問や通所で支援を受けたり、福祉用具や住宅改修などで環境を整えるサービスがあります。施設サービスは、施設に入所し、介護や療養を受けることができます。

介護サービスを利用するには、介護保険を申請し介護認定を受けることが必要になります。介護保険サービスの詳細については、介護保険申請窓口で相談してください。また、パンフレットや介護サービス事業者一覧がありますので参考にしてください。

申請窓口

上里町役場 高齢者いきいき課 高齢介護係
1階⑩番窓口 ☎0495-35-1243

介護予防・生活支援サービス事業



対象となる方は、65歳以上の方で要介護認定で要支援1・2の判定を受けた方、または基本チェックリストにより生活機能の低下がみられ、サービスの利用が必要であると判断された方です。

ひとりひとりの心身の状態にあわせ、多様な介護予防のためのサービスを利用できます。まずはお住まいの地域包括支援センターに相談してください。

相談窓口

上里町地域包括支援センター（高齢者いきいき課内）
役場1階⑨番窓口 ☎0495-35-1243



7. 認知症の進行度と支援の例

この一覧表の例を参考に、様々なサービスを検討してください。「6. 相談窓口とサービス」とあわせてご覧ください。

| 認知症の生活機能障害 支援の内容 (参考ページ) | 認知症の疑い 軽度認知障害(MCI) | 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 |
|--------------------------------|---------------------------------------|---|----------------------------------|---------------------|--------------------|------------------------------|
| | | 軽度認知症 | 軽度認知症 | 中等度認知症 | 重度認知症 | |
| 対応のポイント | 物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書留作成等を含め、日常生活は自立している | 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、電話の応対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 | |
| 相談 P7 | 家庭内でも役割を持ち、継続できるようにする | 家族間で今後のことについて話し合っておく 相談先を作っておく | 介護保険サービスやその他のサービスを適宜利用する | | | |
| 介護予防・悪化予防 P9 | | 地域包括支援センター、若年認知症相談窓口、居宅介護支援事業所 | | | | |
| 他者とのつながり支援 P10-11 | | 自治会単位で取り組むこむぎつちちよつくら健康体操 | | | | 通所型サービス、訪問リハビリ |
| 安否確認・見守り P12 | | 老人クラブ、ふれあいサロン 公民館活動 | | | | 通所型サービス |
| 生活支援 P13 | | 見守りキーホルダー、認知症サポーター、民生委員ひとり暮らし見守り、見守りネットワーク | | | | |
| 権利を守る P15 | | 高齢者等生活応援隊、シルバー人材センター、配食サービス | | | | 訪問介護、配食サービス |
| 医療 P8 | | 安心サポートネット | | | | 成年後見制度 |
| 家族支援 P8 | | かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局、認知症疾患医療センター 認知症の人と家族の会埼玉県支部、認知症家族のつどい、認知症ほっと相談 | | | | |
| 住まい P16 | | 自宅、サービス付き高齢者向け住宅、住宅型有料老人ホーム ケアハウス | | | | 徘徊高齢者家族支援サービス 要介護高齢者介護者手当 |
| | | グループホーム、特定施設入居者生活介護、介護老人保健施設 特別養護老人ホーム | | | | |

8. 受診メモ

- ・体の状況や、症状などをあらかじめ記入しておくとう便利です。
- ・医療受診時や、困っていることを説明するときなどに役立ててください。

| | | |
|---|---|--------|
| 気になる症状は ・いつごろから ・どんなことで 気づきましたか？ | (例) 2か月くらい前から、何度も同じことを聞いてくるようになった | |
| | | |
| 今、困っていること | (例) ガスの消し忘れがあり、鍋を焦がしてしまう。薬を飲み忘れる。 | |
| |  | |
| 既往歴 (これまでにかかった病気) | 病名 | いつごろ |
| | | |
| | | |
| | 病院名 | |
| | 病院名 | |
| | 病院名 | |
| 現在治療中の 病気 | | |
| かかりつけ医 | 病院名 | 主治医の先生 |
| | | |
| 現在飲んでいる薬 | ※お薬手帳で代用可能 | |
| その他 | 受診時、医師に相談したいことなどメモしておきましょう。 | |
| | | |

9. 本人記入欄

- ・自分で書いたり、ご家族などと一緒に書いてみましょう。
- ・気持ちが変わったら、その都度書き直してみてください。

記入日： 年 月 日

| | | | |
|------|-------|------|--|
| 名前 | | 住所 | |
| 生年月日 | 年 月 日 | 電話番号 | |

◎家族の連絡先

| | | | | | |
|----|--|----|--|-----|--|
| 名前 | | 続柄 | | 連絡先 | |
| 名前 | | 続柄 | | 連絡先 | |

◎ケアマネジャーの連絡先

| | | | |
|----|--|----|--|
| 名前 | | 電話 | |
|----|--|----|--|

◎日々の生活について

| | | | |
|----------|--|---------|--|
| これまでの生活歴 | | 一日の過ごし方 | |
| 趣味・好きなこと | | 地域との交流 | |

◎これからの生活について

| | | | |
|-------|--|-------|--|
| 自分の望み | | 家族の考え | |
|-------|--|-------|--|

◎その他、書き留めておきたいこと

(文章や写真など、自由につかってください)

