

桐生市・みどり市認知症ケアパス作成プロジェクト 第1回コア会議 次第

日時：令和6年6月14日（金）14:00～16:00（予定）

会場：桐生市総合福祉センター101 会議室

<配布資料>

次第、参加者名簿、**資料1**：第1回全体会議議事録、**資料2**：認知症ケアパス項目修正案、**資料3**：桐生市・みどり市認知症ケアパスのイメージについて、**資料4**：認知症ケアパス（本人・家族用）イメージ（案）、**資料5**：認知症に関する社会資源

<参考資料>

参考資料1：松戸市認知症ガイドブック（概要版）

参考資料2：松戸市認知症ガイドブック（松戸市版認知症ケアパス）

参考資料3：松戸市の認知症に関する取り組みについて

1 挨拶

2 配布資料確認

3 議事

(1) 第1回全体会議の振り返りについて（資料1）…田村

(2) 認知症ケアパス項目修正案について（資料2）…香取

(3) 桐生市・みどり市認知症ケアパスのイメージについて（資料3）…小川

(4) 認知症ケアパス（本人・家族用）イメージ（案）について（資料4）…小川

(5) 桐生市・みどり市における認知症に関する社会資源について（資料5）…香取

4 その他

○次回開催について

桐生市・みどり市認知症ケアパス作成プロジェクト 第1回全体会議 議事録

日時：令和6年5月16日（木）19:00～21:00

会場：桐生メディカルセンター 地下講堂

（参加者）計20名（別紙参加者名簿参照）

司会：高橋副会長・前川理事

1 挨拶

高橋副会長：認知症ケアパス作成にあたり、専門家、多職種が集まっている。この機会を利用して、各委員の顔を知り会話をしてお互いの人となりを知ってすすめていけるとありがたい。

- ・資料確認：小川より配布資料、参考資料の確認

2 自己紹介（省略）

3 議事

(1) 認知症ケアパスとは…香取より

認知症の人の状態に応じた適切なサービス提供の流れをまとめたもの。認知症の人や家族がいつ、どこで、どのような医療や介護サービスが受けられるのか認知症の容態に応じたサービス提供の流れを、各市町村でまとめたもので、各市町村で作成している。参考資料を添付しているので確認ください。

(2) 認知症ケアパス作成プロジェクトの事業の流れについて…小川より

（→別紙 認知症ケアパス作成プロジェクトの流れ を参照）

(3) 認知症ケアパスのイメージについて（委員の皆さま全員からご意見を頂戴します）

桐生厚生連携室 武井さん

- ・市民の方がちょっと使ってみようか、相談してみようかと思えるもの。
状況によって使えるサービス、医療機関受診のタイミング、どんなところに受診したらよいか、進行度によってどんな対応をすればよいか、制度もあるとよい。
- ・認知症の心配のある方、自宅での生活に心配が残るときや退院面談の時に家族に渡し活用したい。

恵愛堂病院 山口さん

- ・認知症症状がみられていても生活に支障のない方が多く、入院し環境が変わることで進行してしまう。早期発見できるよう、家族の意識、受け止めることの啓発。
- ・地域へ帰った際の相談場所、内服調整、接し方についてのツールになるとよい。

日新病院 阪下さん

- ・認知症疾患医療センターとしての役割が、認知症ケアパスにどのくらい入るのか。桐生市も既存のものがありみどり市も共通認識のものがあるので、なぜ今？という疑問がある。どのくらいまでアプローチするのか、会議に参加しながら役に立てればと考えている。

桐生厚生病院 Ns 橋本さん

- ・院内スタッフからケアや対応について相談をうけるが、院内にいるため地域サービス情報がわからず困ってしまうことがある。院内に共通パンフレットがないので、その都度対応している。認知症ケアパスがあると、退院した先の生活についての想像ができ統一して、本人、家族に説明ができる。

東邦病院 Ns 堀米さん

- ・院内スタッフから接し方の相談を受ける。
- ・今あるものはうまく活用できていないイメージ。患者さん、家族に対してこんな流れがあるということを、はっきり示すことができるものだと、指導しやすい。

菱風園 松井さん

- ・当事者（本人）と支援者が同じ情報を共有できるツール。チェックリストは本人もチェック出来ると将来の不安を軽減するツールとなる。
- ・内容はわかりやすく使いやすいもの。表現も考慮することがポイント

留意点キーワード

- ・見やすさ
- ・負の印象、不安をあおる表現を控える
- ・使いやすい情報量
- ・わかりやすい表現
- ・丁度良い大きさ
- ・チェックリストは本人がチェックできる表現が望ましい
- ・どの項目もボリューム調整が重要
- ・丹野さんの言葉「自分たちは必要な所に手が届けば何でもできる」そこに向けて使えるものになったらよい。

サンロイヤル広沢 中村さん

- ・家族からの相談を受けると不安を抱えていて、認知症＝施設の考えの方が多い。環境を整えれば在宅で過ごせると思う方もいる。認知症に対する理解を共有して不安を解消できるもの、専門職だけでなく、一般の人にもわかりやすく使いやすいものがよい。

ケアマネ協会 櫻井さん

- ・誰が見てもわかりやすいものであると、周りの人が気づき、住民意識が高くなるのではないか。
- ・認知症と診断されても安心できるような書き方（周りのみんなが支えてくれるから大丈夫と思えるもの）
- ・本人、家族と情報共有できるもの。

みどり市社協 鈴木さん

- ・協議体で地域の課題を月に1回話し合いをしており、認知症の方の見守りをどうするかについて話し合っている最中である。専門的なものをつくるとみてもらえないので、より地域の人に届きやすいチラシが作れるとよいと話し合っている。会議に参加することで一緒にすすめていけるよう協力したい。

桐生市社協 大嶋さん

- ・住民、民生委員との関わりが深く、いろいろな相談の際活用したい。相談しにくい方に向け、市民の方がそっと手に取れるような、話し合いの場でも手に取ってもらえるとよい。文字の大きさ、文章量も会員の声を生かしていきたい。

包括東 梅澤さん

- ・認知症への不安をもっている本人の不安を払拭するような内容がよい。内容はボリュームも考え、地域で本人、家族が生活を続けていけるような、地域ならではの情報が多く盛り込まれるとよい。

包括山育会 渡辺さん

- ・家族の会の方は地域の方に認知症のことを公表し、地域で見守ってもらっている。地域の支えにつながる内容が盛り込まれるとよい。
- ・本人の声を入れること、本人のポジティブな言葉を入れることで認知症のイメージが変わって来るのではないか。

包括菱風園 峯岸さん

- ・今までのケアパスは活用できていなかった。本人、家族が活用しないと勿体ない。
- ・手に取りやすく、わかりやすいものであることが必要。

みどり市 楠木さん

- ・活用できるもの、その後使えるもの。
- ・認知症になっても安心して希望を持って生き生き暮らせる、家族だけでなく本人も納得できるもの。
- ・相談窓口を知っている人が少ない。早期発見につながるような情報も盛り込み、若い世代へも考えるきっかけとなるもの。

桐生市 石塚さん

- ・認知症ケアパス完成から時間が経過し、認知されていない状況なので見直し、作成はありがたい。
- ・「認知症になっても大丈夫」というスタンスが大前提と再認識したのでその方向性で取り組む。

高橋先生

- ・エンディングノートを作った時はここより狭い会議室であった。広い会場だと思ったことが言えない。顔をよく知っているメンバーの意見に対し、別の視点から面白い意見が出るのが考えられるので、コア会議はこじんまりとした感じでやり取りができると面白いものができるのではないかと。

前川先生

- ・診療していて、認知症を受け入れてもらうのは難しい面がある。認知症ケアパスを利用しながら本人、家族に認知症をわかっていただき、受け入れていただけたらありがたい。わかりやすく、簡単なものがよいと思う。

ケアマネ協会 小沼さん

(体調不良により欠席)

事務局

- ・想像以上に難しい課題となった。
- ・本人を中心としたものとしたいが、詳細は事務局にて検討。
- ・ネガティブな言葉、読んで不安になるような書き方、項目、色、印象が不安にならないよう、でも、必要な情報は載せないといけないという状態だが、素案を作っていくたい。

(4) 桐生市・みどり市認知症ケアパスの項目 (案) について…小川より

(→別紙 認知症ケアパス項目 (案) 参照)

Q.日新病院 阪下さん

①なぜ今なのか？

→桐生市では平成 28 年に作成。作成した当初は興味を示していた。みどり市はケアパスはないが、リーフレットで対応していた。

連携センターでは二次医療圏で市民の方が活用する社会資源も被っているため、共有のものがあるとよいと考えていた。基本法を機にはあるが、医師会の医師にも認知してもらおう形で作ればと考えている。

②国の指針が基準になるのか、独自のスタイルでつくるのか？方向性を見出せばコア会議でいろいろな意見が出て来るように感じる。

→参考資料をつけているが、桐生みどりオリジナルのものを考えている。

Q.高橋医師

①一冊に盛り込む必要があるのか？一冊に盛り込むのはかなり大変である

- ・本人側の和らげるタイプ
- ・周囲の人が発見しやすくするためのもの

- ・困っている家族が活用できるもの
という分け方をしてもよいのでは？

Q.松井さん

①高橋医師の意見 本人だからほしい情報と家族だからほしい情報は一緒ではない。家族は認めたくない。3つの視点があってもよいのではと思うが、スケジュール的に難しいのではないか。

②阪下さんの意見 3つの基本の意識をした方がよいのではないか。

家族は今後どうなっていくのか予後に興味がある

3つの柱を意識し、本人側、家族側、全部一つにするのか、どこに決めていくのかを考える。

Q.日新病院 阪下さん

- ・町田市認知症カフェ見学

同じような冊子あり、どう共有していくのかまで考えると、スケジュールが厳しい。その辺を踏まえて事務局がスケジュールリングしてもらえるとありがたい。

A.事務局

千葉県松戸市の認知症ケアパスは数冊となっている

たくさん種類があつていいのだが、どれを選んだらよいかわからないので、事務局としては1冊でと考えていた。皆さんの意見で3冊セットがいいのかどうか、再度検討させてもらいたい。

1冊の際の情報量、3冊の際のスケジュール。素案が出来れば検討いただけと思うが、3冊の内容がどのくらいになるのかによってスケジュールの問題はある。完成の11月に向けて、再スケジュールリングする。

Q.事務局

3冊になった際、時間差で発行するのはどうか。

A.阪下さん

病院側の立場だと、どこへ支援をつなげるかがわかっていた方がよい。施設側は困ってしまうと思うが、その辺のバランスを考えてほしい。

石塚さん

- ・行政の立場としては市民中心に考えてほしい。

鐘木さん

- ・製本は？

→自前で印刷。製本すると内容変更が難しい。

- ・更新は？

→社会資源が変わった時、法制度が変わった時

梅澤さん

活用する場面は医療機関より地域が多いと思う。タイムラグはない方がよい。

渡辺さん

本人の声が入るとよい

峯岸さん

市民と医療機関の判断は難しい

松井さん

他のものは、認知症の診断、種類について入っているものが少ない。

基本形は入れた方がよいのではないかな。

阪下さん

認知症状の方を調べたら、別疾患が見つかったケースあり。

どこまで細かく診断したらよいのか

診断に関してはそんなに細かくしなくても、つなぐ先がわかればよいのではないかなと思う。

(5) 認知症ケアパスにおける「チェックリスト」について…香取より

※チェックリスト以外に追加する項目についても確認

- ・チェックリスト集（伊勢崎市、館林邑楽地区、前橋市、大阪府堺市、東京都新宿区、富岡市）
フローチャート集（静岡県沼津市、千葉県松戸市）に沿って説明
- ・桐生市のケアパスにも掲載があるが、本人にとってはチェックしづらいものである。
- ・事務局では前橋市チェックリスト + 千葉県松戸市の相談フローチャート の形がよいと思っている。もちろんそのまま使用するのではなく独自のものを作成する予定であるが、項目として入れてもよいかどうかを確認。

鈴木さん

- ・内容、対象をどうするのか、どこにポイントを絞るのか

本人か家族かで意見が分かれる。分量の考慮、イラストを入れるとよい。

大嶋さん

- ・チェックリストは、同じことを聞くにも表現を変えないと不安になってやらなくなってしまう危険を感じるので、本人向けと家族向け、両方あったほうが良い。イラストもあったほうがよい。

櫻井さん

- ・言葉はポジティブに、表現をわかりやすく。ポジティブを前面に押していく。
みんなが共有できるもの、ひとり暮らしの方をみんなで支えていけるようなものになるとよい。

事務局

チェックリストも種類があったほうが良いのか、再相談して提案する。

4 その他

- ・コア会議について

コア会議出席者の確認。→名簿○印の方、オブザーバー阪下さん

コアメンバー優先で日程調整を行う。

案内は全員にメールで周知。日程があればコアメンバー以外も参加いただく。

コア会議の議事録、追加資料等はメール送信、ホームページ、クラウドで共有する。

※第1回コア会議 6月14日（金）14:00～16:00

桐生市総合福祉センター 101 会議室

ケアパスの 3 つの基本は意識する必要がある

認知症ケアパス項目(修正案)

I 認知症の知識

○認知症の特徴(類型)

「本人の声」を入れてはどうか

本人・家族への周知

○認知症ともの忘れの違い→前橋市認知症ケアパス参照(P3)

II 予防に関すること

○運動、食生活、交流の大切さ→水戸市認知症ケアパス参照(P4)

III 認知症の方への接し方

○周囲の人が心がけること→千代田区認知症ケアパス参照(P5-6)

○具体的な接し方→水戸市認知症ケアパス参照(P5)

「共有」できるもの
→地域の方にもわかってもらいたい

IV チェックシートなど

○チェックシート エビデンス、本人も活用できるもの

○フローチャート→松戸市認知症ケアパス参照(チェックリスト集に資料あり)

V 受診の必要性・重要性

○早期受診のメリット

診断については細かくは記載しなくてもよい?

○受診時のポイント→前橋市認知症ケアパス参照(P6-7)

VI 認知症ケアパス

○見開きで作成 シンプルかつ見やすく、単語は市民が理解できるもの

イメージがもってもらえるように

VII 相談窓口・社会資源

○桐生市・みどり市地域包括支援センター

○行政(桐生市・みどり市)

○認知症疾患医療センター

○その他

言葉はなるべくポジティブに

本人向けの表現、家族向けの表現

発刊は 1 冊でなくてもよいのでは

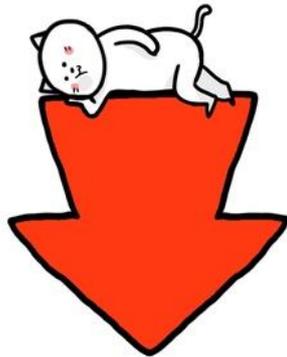
桐生市・みどり市の認知症ケアパスのイメージ

- 本人・家族向け
- 持ち運びやすさ
- 見やすさ
- 手軽さ
- 見てみようかなという気持ち

桐生市・みどり市
認知症ケアパス

各種窓口での配布
ホームページからのダウンロード

桐生市・みどり市認知症ケアパス



必要な場所に QR コードを掲載し、
WEB 版資源集を閲覧できるようにする
※資源集の参考 P 数とかも入れる？



ケアパスは単独でも機能するが、補完的に資源集を位置付ける

桐生市・みどり市認知症社会資源集

- 専門職向け
- 質も量も
- 見やすさ
- 一冊で資源を網羅
- 市民の方も見られる

桐生市・みどり市
認知症社会資源集

関係各機関に配布
ホームページからのダウンロード

医療と介護のお助けマップ(社会資源マップ)との連動は？

<https://renkei-kiryu.org/supportmap/>



桐生市・みどり市認知症ケアパス？

タイトル

リード文



桐生市・みどり市
の方針

住みやすい街づく
り的な？

写真？

本人の声



ぐんま希望大使
橋本さん？

ぐんま希望大使
とは？

前頭側頭

その

レビー小体

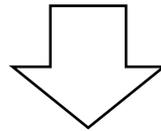
血管性

認知症の基礎知識

その他

アルツハイマー

前橋市ケアパスP4参照



認知症ともの忘
れの違い

認知症の症状とまわりの人が心がけること

千代田区ケアパスP5-6参照

水戸市ケアパスP3も参照

記憶

見当識

認知症の症状とまわりの人が心がけること

千代田区ケアパスP5-6参照

判断

意欲低下

<ポイント>

- ・本人の暮らしの+になるもの
- ・表現に仕方に注意(本人が読んで落ち込まない)
- ・家族のハードルが下がるように

認知症の人への接し方のポイント

水戸市ケアパスP4参照

①否定しない

②役割

③

<ポイント>

・内容はより具体的に

④

<ポイント>

・本人、家族が「こう接してほしい」「こう接するとよい」ことが記入できる欄があっても？

予防について

運動

食事

交流

<ポイント>

・表現方法に注意が必要

チェックリスト

※画像はイメージです

もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった



時間・場所が分からない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある



人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた



不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

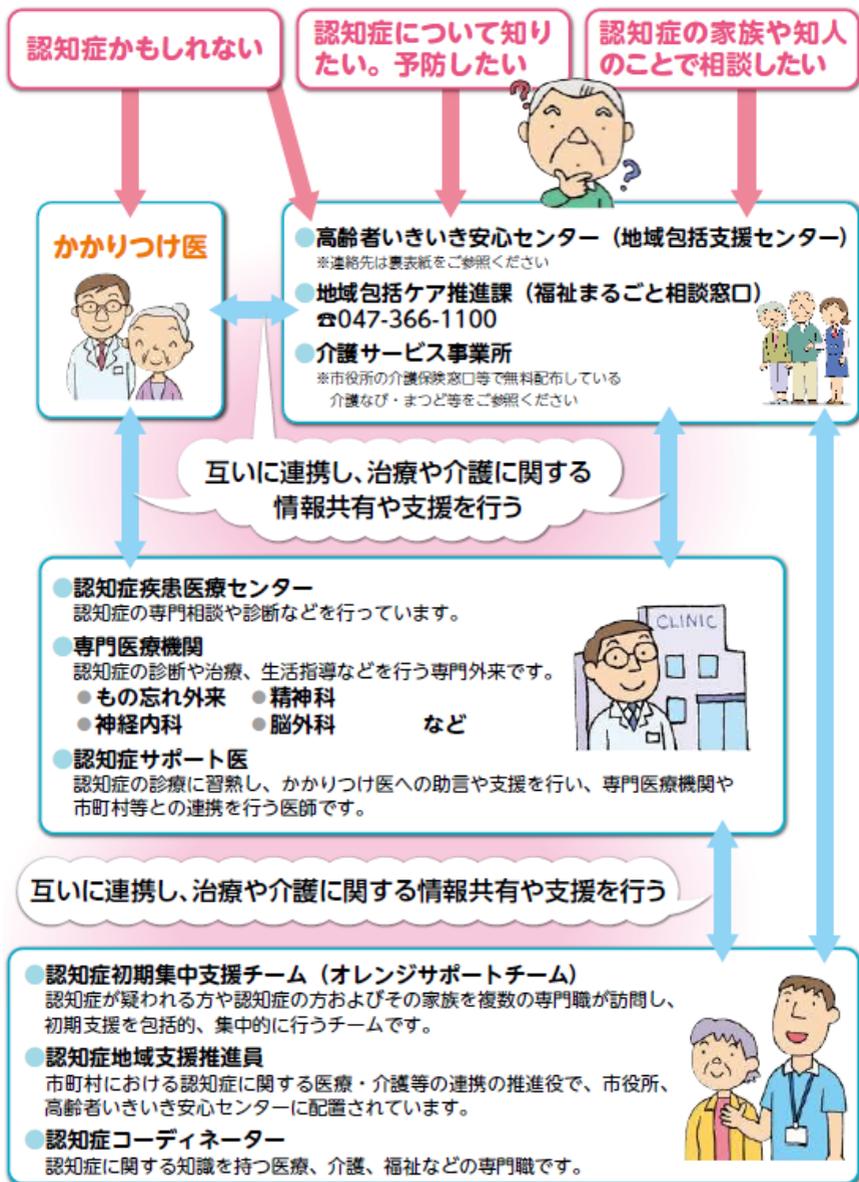
意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がいりやがる



フローチャート

※画像はイメージです



前橋市ケアパスP6参照

受診



メリット

<ポイント>

・意思決定支援にもつながる？

前橋市ケアパスP7参照

受診



ポイント

認知症サポート医



群馬県HPリンク

<ポイント>

- ・ACPも含まれる？
- ・将来の自分を考えることも必要

認知症ケアパス

初期

認知症ケアパス

中期

社会資源集へのリンク？
クッションページ？

QR
コード

15

認知症ケアパス

中期以降

社会資源集へのリンク？
クッションページ？

QR
コード

社会資源①

桐生市役所
(支所)

みどり市役所
(支所)

社会資源集へのリンク？
クッションページ？
社会資源マップとの連動は？

QR
コード

社会資源②

認知症
セン

在宅医
連携セ

桐生市 地域包括支援センター 一覧

社会資源集へのリンク？
クッションページ？
社会資源マップとの連動は？

QR
コード

社会資源③

疾患医療
センター

療介護
センター

みどり市
地域包括支援センター
一覧

ほか

<ポイント>

・視覚的に社会資源の位置関係がわかる
ように

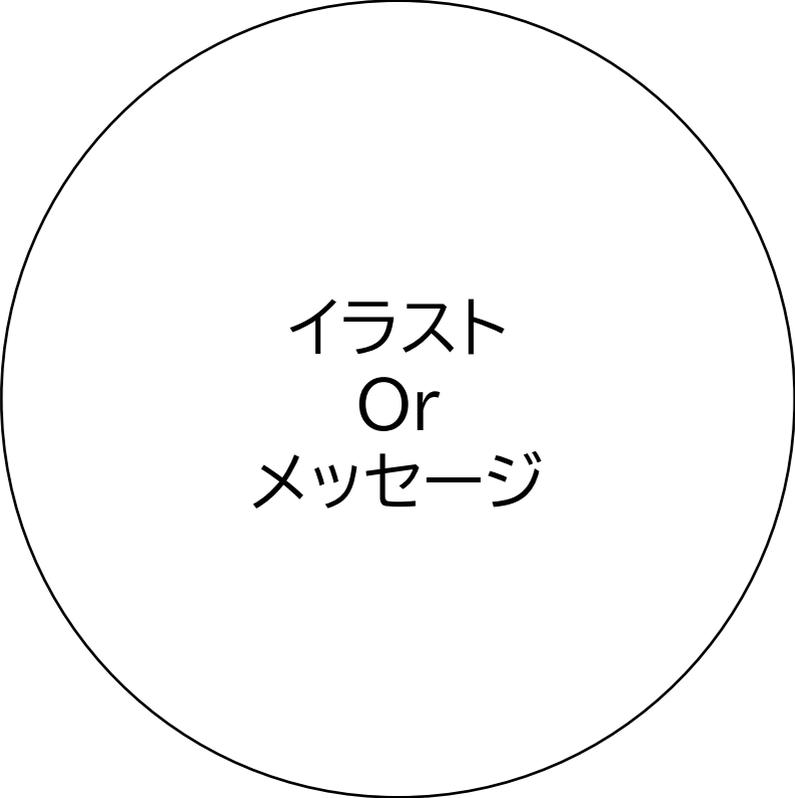


イラスト
Or
メッセージ

発行年月

制作：桐生市・みどり市認知症ケアパス作成プロジェクトチーム

認知症に関連する社会資源（ホームページ等より現行サービスを抜粋）

<桐生市>

介護保険制度

もの忘れ相談票

認知症疾患医療センター

認知症初期集中支援チーム

桐生市認知症高齢者等保護共有サービス（見守りシール）

オレンジカフェ／日新カフェ

認知症ガイドブック（桐生市認知症ケアパス）

認知症サポーター

- ・認知症サポーター養成講座（公開講座、出前講座、オンライン）
- ・認知症サポーターステップアップ研修／（認知症サポーターフォローアップ研修）

介護予防サポーター養成研修

介護予防教室「にっこり楽々教室」

桐生市オリジナル介護予防体操「元気おりおり体操」

認知機能低下プログラム「脳いきいき教室」

桐生市認知症高齢者等見守り SOS ネットワーク事業

徘徊高齢者探索システム助成事業

緊急通報装置設置及びシステム利用事業

高齢者見守りシステム利用支援事業

成年後見制度利用促進事業

認知症高齢者等の自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアル

※生き生き市役所出前講座（関連講座 18、54～59）

18 交通ビジョン推進室 おりひめバスの乗り方

54 健康長寿課 高齢者福祉制度～地域包括ケアシステムの確立を目指して～

55 健康長寿課 元気おりおり体操

56 健康長寿課 認知症を正しく知ろう～認知症サポーターになりましょう～

57 健康長寿課 なるほど！「介護保険」

58 健康長寿課 エンディングノート「わたしのきぼう」

59 健康長寿課 元気がいちばん！健康生活のすすめ～大人編～

<みどり市>

介護保険制度

認知症疾患医療センター

認知症初期集中支援チーム

自分でできる認知症の気づきチェックシート

みどり市オレンジカフェ／日新カフェ

回想法グループ（大間々・笠懸）

認知症サポーター

- ・認知症サポーター養成講座（公開講座、出前講座、オンライン）
- ・認知症サポーターステップアップ研修／（認知症サポーターフォローアップ研修）

介護予防サポーター養成講座

みどり市介護予防体操「かがやき体操」

緊急通報装置給付

おかえり QR シール

高齢者見守り事業

安心支援事業

※みどり市どこでも出前講座（関連講座 20、31～36）

20 企画課 バスに乗ってみよう（電話でバス・路線バス）

31 介護高齢課 知っておきたい高齢者福祉制度

32 介護高齢課 知っておきたい介護保険制度

33 介護高齢課 今から始める早めの介護予防

34 介護高齢課 終活のはじめの一步「エンディングノート活用術」

35 介護高齢課 認知症サポーター養成講座

36 健康管理課 健康をはかろう！体組成測定

認知症を予防できる街♥まっど【参考資料1】

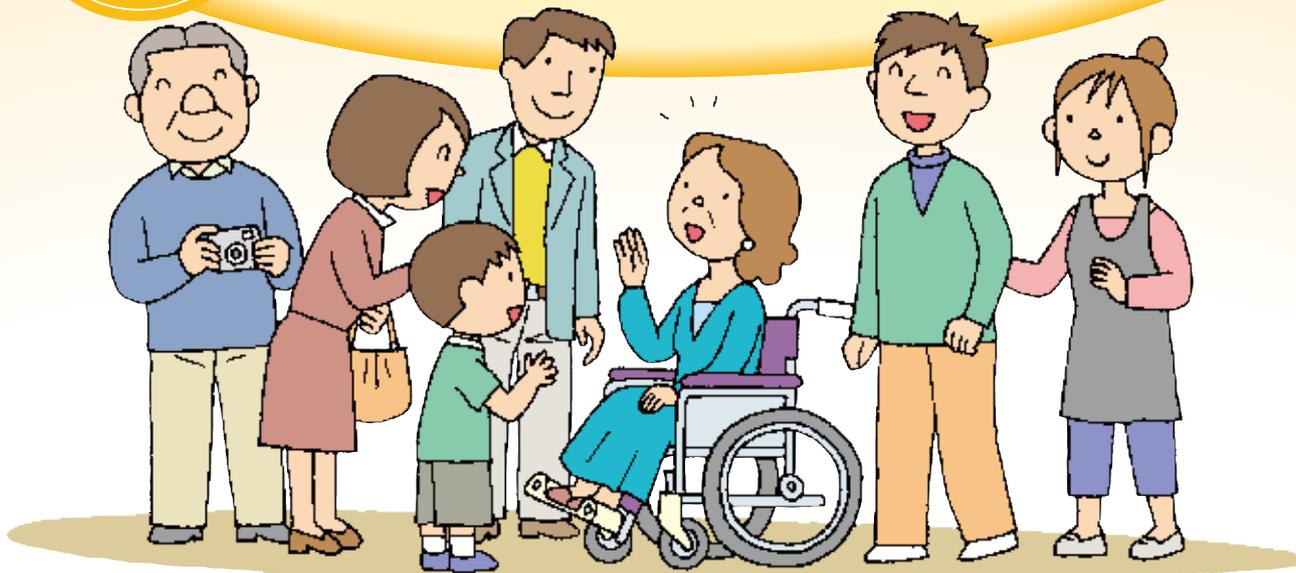
認知症になっても安心して暮らせる街♥まっど

認知症ガイドブック

概要版

認知症とは？

認知症とは、脳に起きた何らかの障がいにより、これまで培ってきた記憶や思考などの能力が徐々に低下し、日常生活に支障をきたす状態です。



認知症は誰でもかかる可能性のある身近な病気です

認知症は誰でもかかる可能性のある病気です。

認知症の人は2025年には全国で700万人を超え、65歳以上の高齢者のうち、5人に1人が認知症になると推計されています。

松戸市でも、高齢化により認知症の人は今後さらに増加すると見込まれています。

認知症に対する理解を深め、認知症の人と家族が安心して暮らせる地域をつくるのが大切です。

認知症と老化によるもの忘れとの違い

認知症

- もの忘れの自覚がない
- ご飯を食べたことなど、体験したこと自体を忘れる
- 判断力が低下する
- 場所や時間、人との関係が分からなくなる



老化によるもの忘れ

- もの忘れの自覚はある
- 食事のメニューなど、体験の一部を忘れる
- 判断力の低下は見られない
- 場所や時間、人との関係などは分かる





認知症に早く気づくことが大切です

- ① 治る病気や一時的な症状の場合があります
- ② 進行を遅らせることが可能な場合があります
- ③ 今後の生活の準備をすることができます

認知症の始まりによく見られる症状

もの忘れがひどい

- 同じことを何度も言う、聞く、する
- しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探している
- 財布・通帳・衣類などが盗まれたと人を疑う

時間・場所が分からない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

不安感が強い

- 一人になると怖がったり寂しがったりする
- 「頭が変になった」と本人が訴える

判断力・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない

人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周囲への気遣いがなくなり、頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする

意欲がなくなる

- 身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった

まつど認知症予防プロジェクト



これって
認知症?

もの忘れが多くなった?
雰囲気が変わった?

専門職のサポートのもと、もの忘れや認知機能の変化をチェックしながら、自立した生活の維持を目指したセルフケアや生活習慣を考えます。

また、必要な方には介護サービスの利用や受診の勧奨を行います。



実施機関

高齢者いきいき安心センター、かかりつけクリニック、病院、歯科医院、薬局、介護事業所など
看護師・薬剤師・保健師・ケアマネ・介護職員などの専門職が担当します。
松戸市ホームページに実施機関一覧を掲載しています。



お問い合わせ先

お気軽にご連絡ください。お近くの専門職（実施機関）をご紹介します。



松戸市 高齢者支援課
☎ 047-366-7346



認知症簡易チェックサイト

松戸市ホームページより携帯電話（パソコンでも可能）を使っていつでも、どこでも簡単に認知症チェックができます。

判定結果は3段階で示され、相談窓口も表示されます。このシステムは医学的診断をするものではありませんが、ゲーム感覚で気軽にチェックできます。早期発見のツールとしてご活用ください。



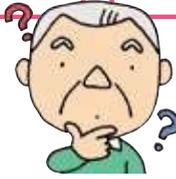
認知症の相談窓口

～様々な機関、専門職が認知症の相談、支援を行っています～

認知症かもしれない

認知症について知りたい。予防したい

認知症の家族や知人のことで相談したい



かかりつけ医



- 高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）
※連絡先は、裏表紙をご参照ください
- 地域包括ケア推進課（福祉まるごと相談窓口）
☎047-366-1100
- 介護サービス事業所（ケアマネジャー）
※市役所の介護保険窓口等で無料配布している
介護なび・まつど等をご参照ください



互いに連携し、治療や介護に関する
情報共有や支援を行う

- 認知症疾患医療センター
認知症の専門相談や診断などを行っています。
- 専門医療機関
認知症の診断や治療、生活指導などを行う専門外来です。
● もの忘れ外来 ● 精神科 ● 神経科 ● 神経内科 ● 脳外科 など
- 認知症サポート医
認知症の診療に習熟し、かかりつけ医への助言や支援を行い、専門医療機関や市町村等との連携を行う医師です。



互いに連携し、治療や介護に関する情報共有や支援を行う

- 認知症初期集中支援チーム（オレンジサポートチーム）
認知症が疑われる方や認知症の方およびその家族を複数の専門職が訪問し、初期支援を包括的、集中的に行うチームです。
- 認知症地域支援推進員
市町村における認知症に関する医療・介護等の連携の推進役で、市役所、高齢者いきいき安心センターに配置されています。
- 認知症コーディネーター
認知症に関する知識を持つ医療、介護、福祉などの専門職です。



認知症を予防するために

認知症を 予防するために 大切なこと

認知症の原因である脳血管障害などを防ぐには、生活習慣病を予防・改善することが効果的であることが分かってきています。
また、健康的な生活習慣を心がけて脳に刺激を与えることも大切です。

バランスのとれた食事

塩分や脂質のとりすぎに注意し、肉や魚、野菜などバランスのとれた食事を意識してとりましょう。
また、栄養不足にも注意しましょう。栄養不足は老化を促進してしまいます。



適度な運動習慣を

体を動かすことで、脳細胞の活性化につながると言われています。取り組みやすいのは、ウォーキングです。有酸素運動は肥満や生活習慣病の予防にも効果的です。



脳を活発に使うことを意識する

本や新聞などを読む、日記をつけるなど、頭を使って脳に刺激を与える生活を心がけましょう。
地域活動へ参加して人との交流を続けることや、趣味に打ち込むことも大切です。



しっかり休養を

体だけでなく、脳の休養も大切です。1日30分程度の昼寝はアルツハイマー病の予防に効果的です。しかし、長時間の昼寝は逆効果なので注意が必要です。



たばこは吸わない

たばこは動脈硬化を進め脳血管障害を引き起こすほか、アルツハイマー病の原因にもなることが分かっています。また、喫煙を続けると肺がんや呼吸器疾患、歯周病などが悪化するリスクが増してしまいます。



歯と口のケアも忘れずに

健康な歯を保つことは全身の健康や認知症予防にもつながります。
また、歯や口の機能の低下は高齢期に体が弱っていく前兆であることが分かっています。しっかりとかみ、歯みがきや、入れ歯の手入れを丁寧に行いましょう。



寝たきりにならないための転倒防止

高齢者は転倒による骨折から寝たきりになり、生活が不活発になることで認知症を招いてしまうことがあります。
転びにくい服選びや家の中の段差の解消など転倒予防を心がけましょう。また乳製品などカルシウム豊富な食品をとり骨折しづらい体づくりを心がけることも大切です。



認知症ケアパスの概要図

予防

軽度認知障害(MCI)～初期

- 症状**
- 物の忘れが多くなる
 - 料理や片付け、計算などミスが目立つ
 - 同じ物を買ってくる
 - 重要な約束や予定を忘れる

- 生活上のポイント**
- 地域の行事やボランティアなど社会参加は積極的に続けていきましょう
 - 家庭内での役割を見つけましょう
 - 家族のみなんで認知症を正しく理解し、今後の介護や生活について話し合っておきましょう
 - いつもと様子が違うと思うことや介護で困ったことがあれば、早めにかかりつけ医や高齢者いきいき安心センターに相談しましょう
 - 受診を継続して、薬をきちんと内服しましょう
 - 楽しい時間を過ごすことが大切です。ご家族や友人と、趣味やレクリエーションなど楽しい時間を持ちましょう

- 予防・社会参加**
- 地域での活動**
 - ★町会や地区社会福祉協議会のサロン、体操など
 - ★老人クラブ
 - ★元気応援くらぶ
 - 運動などの介護予防**
 - ★短期集中予防サービス
 - ★高齢者いきいき安心センター主催の介護予防教室
 - ボランティア**
 - ★介護支援ボランティア
 - 認知症カフェ(オレンジ・カフェ)**
 - ★認知症の人と家族、医療や介護の専門職員など、誰もが参加できる場です
 - ★プラチナカフェ等

- 見守り・安否確認**
- 地域での見守り**
 - ★民生委員
 - ★高齢者支援連絡会
 - ★いきいきメール
 - ★介護マーク
 - 松戸市あんしん一声運動**

認知症のことを正しく理解し、認知症の人や家族を地域で見守っています

 - ★認知症サポーター
 - ★オレンジ声かけ隊
 - ★オレンジ協力員
 - 見守り・安否確認サービス**
 - ★緊急通報装置
 - ★配食サービス
 - ★地域見守りあんしん電話

ひとり暮らし等の高齢者にパソコンから自動的に電話をかけ、健康状態をボタンで回答してもらう安否確認の無料サービスです

- 生活支援・介護**
- 総合事業のサービス**

事業対象者の特定を受け、利用できるサービスです

 - ★訪問型元気応援サービスなど
 - 介護(介護予防)サービス**

介護保険の要介護(要支援)認定を受け、利用できるサービスです

 - ★訪問介護(ホームヘルプサービス)
 - ★通所介護(デイサービス) など
 - その他のサービス**
 - ★軽度生活援助事業
 - ★シルバー人材センター
 - ★住民参加型在宅福祉サービス
 - ★民間配食・宅配サービス

- 医療**
- かかりつけ医・認知症サポート医**
専門医療機関・認知症疾患医療センター
 - 認知症初期集中支援チーム(オレンジサポートチーム)**

- 住まい**
- 自宅で暮らす**
住宅改修など、自宅で利用できる介護保険のサービスがあります
 - 自宅以外に住み替える・入所する**
サービス付高齢者向け住宅・有料老人ホームなどへの住み替え

- 家族・介護者支援**
- 専門職に相談する**
 - ★高齢者いきいき安心センター
 - ★ケアマネジャー
 - ★認知症コーディネーター
 - ★認知症地域支援推進員
 - つどいの場**
 - ★介護者の集い
 - ★認知症の人と家族の会 松戸のつどい
 - ★家族介護講座
 - ★認知症カフェ

- 権利擁護**
- 日常生活自立支援事業**
福祉サービスの利用や、日常生活における金銭管理について専門員が相談に応じます

方から認知症の進行に合わせて対応しましょう

中 期

- 症状**
- 食事したことを忘れる
 - 重要な約束や予定を忘れる
 - 身なりを気にしなくなったり、季節に合わない服装をする
 - 外出すると道に迷ってしまう
 - 銀行などで機械操作が難しくなる

- 支援のポイント**
- 本人の思っていること、話すことを否定せず、まずはゆっくりと聞いて共感し、対応を考えましょう
 - ケアマネジャーや認知症コーディネーター等に相談しましょう
 - 一人で抱え込まずに、家族同士の交流会や認知症カフェなどに参加し、介護経験者からのアドバイスをもらうこともよいでしょう

予防・社会参加

初期で始めた活動や教室への参加などを続けていきましょう

見守り・安否確認

地域での見守り
松戸市あんしん一声運動
見守り・安否確認サービス

認知症高齢者の安全対策

- ★ 防災無線を活用した高齢者の探索
- ★ 徘徊探索サービス利用料助成
- ★ 高齢者の見守りシール

生活支援・介護

介護保険サービス

- ★ 訪問介護（ホームヘルプサービス）
- ★ 短期入所生活介護（ショートステイ）
- ★ 小規模多機能型居宅介護

通いを中心に、利用者の様態や希望に応じて、訪問や短期間の泊まりを組み合わせたサービスを受けられます

- ★ 通所介護（デイサービス）
- ★ 訪問入浴 など

その他のサービス

居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士・歯科衛生士が訪問し、療養上の管理や指導を受けられます

かかりつけ薬局・薬剤師をもちましょ

医療

- ★ 訪問看護
- ★ 看護小規模多機能型居宅介護
- ★ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 など

住まい

自宅で暮らす

ケアマネジャーに相談し、自宅で受けられる介護保険のサービス等を利用しましょう

自宅以外に住み替える・入所する

- ★ 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

比較的安定した認知症の高齢者が少人数で共同生活を送りながら、食事・入浴などの介護や機能訓練等を受けます

家族・介護者支援

専門職に相談する

- ★ 高齢者いきいき安心センター
- ★ ケアマネジャー
- ★ 認知症コーディネーター
- ★ 認知症地域支援推進員

- ★ 認知症の人と家族の会 千葉県支部

☎043-204-8228（月・火・木曜日 13時～16時）

認知症の人と家族を支えるために活動をしている全国組織です。介護家族だけでなくどなたでも入会することができます。

ちば認知症相談コールセンター ☎043-238-7731

県内のプッシュ回線の固定電話からは、局番なしの#7100（月・火・木・土 10時～16時）

- ★ 介護者の集い
- ★ 認知症カフェ
- ★ 家族介護講座

権利擁護

成年後見制度

認知症等の理由で判断能力が不十分な人の財産や権利を保護し、支援していく制度です

高齢者虐待の通報・相談

暴力的な行為など、高齢者の人権が侵害される高齢者虐待について、高齢者いきいき安心センター、市役所地域包括ケア推進課にて通報や相談をお受けしています

中期以降

症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 日常生活動作の中で、介護が必要になる ● 家族の顔や人間関係が分からなくなる ● 活動量が少なくなり、日中も寝ていることが多くなる ● 今の気持ちを表現しにくくなる
ポイント 支援の	<ul style="list-style-type: none"> ● 自分の思いをうまく伝えることが難しくなってきます。本人の思いを汲み取り、心地よい生活に少しでも近づけるようにしましょう ● 家族だけで抱え込まず、ケアマネジャーや認知症コーディネーターといった専門職に相談し、地域のサービスも利用しましょう
社会参加 予防	<p>外出など、楽しみを続けていきましょう</p> <p>介護保険サービスの利用等により、一人では難しくなっても誰かと一緒に外出を楽しむことができます</p>
安否確認 見守り	
生活支援 介護	<p>引き続きケアマネジャー等に相談しながら、介護保険サービスやその他のサービスを利用しましょう</p>
医療	<p>訪問診療</p> <p>内科に限らず、精神科、皮膚科、耳鼻科などの専門医についても訪問診療を行っています</p>
住まい	<p>自宅で暮らす・自宅以外に住み替える・入所する ★特別養護老人ホーム</p> <p>本人、家族にとって生活しやすい環境、住まいを選択し、安心して生活できるようにしましょう</p>
介護者支援 家族	<p>★介護用品（紙おむつ等）支給事業</p>
権利擁護	<p>中期からのサービスを続けて利用しましょう</p>

認知症になっても 住み慣れた地域で暮らすために

認知症の人を地域で見守るために、認知症サポーターになり松戸市あんしん一声運動に参加しましょう

● 認知症サポーターとは

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者のことです。

● 松戸市あんしん一声運動とは

普段の生活の中で手助けが必要な高齢者を見かけたときに、「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」と声をかけ、高齢者を地域全体で見守っていくことを目指した運動です。

この運動は「オレンジ声かけ隊」が行います。また、専門職と連携しさらに実践的なボランティア活動を行うのが「オレンジ協力員」です。



若年性認知症とは?

認知症は高齢者に多い病気ですが、年齢が若くとも発症することがあり、65歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りの世代で発症するため、ご本人だけでなく、ご家族の生活にも影響が大きいと考えられ、早期発見・早期対応が必要です。

若年性認知症についての相談先

● 千葉県若年性認知症専用相談窓口 ☎043-226-2601

- 月・水・金曜日
(年末年始・祝日を除く)
- 9:00~15:00



● ちば認知症相談コールセンター ☎043-238-7731

- 月・火・木・土曜日 (年末年始・祝日を除く)
- 10:00~16:00 (※面接相談予約制)

● 若年性認知症コールセンター ☎0800-100-2707

若年性認知症の無料電話相談です。愛知県にある認知症介護研究・研修大府センター（社会福祉法人仁至会）に設置されています。

- 月~土曜日 (年末年始・祝日除く) ● 10:00~15:00

支援が必要な時は、一人で抱えず相談しましょう。高齢者いきいき安心センターは、高齢者の総合相談窓口です。

高齢者いきいき安心センター(地域包括支援センター)一覧

お住まいの地域により、担当の「高齢者いきいき安心センター」が決まっています。

- 開所日：月曜日から金曜日(土・日曜日、祝日、年末年始を除く) ※開所日時にご相談が困難な方は、お近くの高齢者いきいき安心センターにお問い合わせください。
- 時間：8時30分～17時 ※お近くの高齢者いきいき安心センターにお問い合わせください。

明第1 高齢者いきいき安心センター
稔台7-13-2 第3山田ビル101-A
☎700-5881 FAX 700-5567

明第2西 高齢者いきいき安心センター
栄町西3-991-15
☎382-5707 FAX 382-5727

明第2東 高齢者いきいき安心センター
上本郷3196 パインツリーコート1階
☎382-6294 FAX 312-4882

本庁 高齢者いきいき安心センター
松戸1292-1 シティハイツ1階
☎363-6823 FAX 710-7198

矢切 高齢者いきいき安心センター
上矢切299-1 総合福祉会館内
☎710-6025 FAX 710-6027

東部 高齢者いきいき安心センター
紙敷1186-8 第二南花園内
☎330-8866 FAX 330-8867

常盤平 高齢者いきいき安心センター
常盤平3-11-1 西友常盤平店5階(令和5年5月15日～移転)
☎330-6150 FAX 330-6260

常盤平団地 高齢者いきいき安心センター
常盤平2-24-2-C5
☎382-6535 FAX 382-6536

五香松飛台 高齢者いきいき安心センター
五香西2-35-8 斉藤ビル1階
☎385-3957 FAX 385-3958

六実六高台 高齢者いきいき安心センター
六高台2-6-5 リバティベル1階
☎383-0100 FAX 383-2288

小金 高齢者いきいき安心センター
小金3 高橋ビル4階
☎374-5221 FAX 349-0560

小金原 高齢者いきいき安心センター
栗ヶ沢789-22
☎383-3111 FAX 385-3071

新松戸 高齢者いきいき安心センター
新松戸1-414 大清堂ビル1階
☎346-2500 FAX 346-2514

馬橋西 高齢者いきいき安心センター
西馬橋広手町40-1 秀栄ビル101
☎711-9430 FAX 711-9433

馬橋 高齢者いきいき安心センター
中和倉130 第1コーポオング1階
☎374-5533 FAX 374-5501

担当地域の確認はこちら 

福祉まるごと相談窓口

福祉に関する困りごと(サービスや制度を知りたい、どこに相談してよいかわからない等)の相談窓口です。専門職と一緒に考え、必要なサービスをご紹介したり、担当の課におつなぎします。

相談場所

松戸市役所 本館1階
地域包括ケア推進課

電話

☎ 047-366-1100

相談日時

月曜日から金曜日8時半から16時半
※土・日曜日、祝日、年末年始は
お休みです。

問い合わせ先

松戸市 高齢者支援課

☎047-366-7346 FAX 047-366-0991

高齢者いきいき安心センター(地域包括支援センター)一覧

お住まいの地域により、担当の「高齢者いきいき安心センター」が決まっています。

●開所日：月曜日～金曜日(土・日曜日、祝日、年末年始を除く) ※開所日時にご相談が困難な方は、お近くの
●時間：8時30分～17時 ※お近くの高齢者いきいき安心センターに お問い合わせください。

明第1 高齢者いきいき安心センター

稔台7-13-2第3山田マンション101-A
☎ 700-5881 FAX 700-5567

明第2東 高齢者いきいき安心センター

上本郷3196 パインツリーコート1階
☎ 382-6294 FAX 312-4882

矢切 高齢者いきいき安心センター

上矢切299-1 総合福祉会館内
☎ 710-6025 FAX 710-6027

常盤平 高齢者いきいき安心センター

常盤平3-11-1 西友常盤平店5階(令和5年5月15日～移転)
☎ 330-6150 FAX 330-6260

五香松飛台 高齢者いきいき安心センター

五香西2-35-8 齊藤ビル1階
☎ 385-3957 FAX 385-3958

小金 高齢者いきいき安心センター

小金3 高橋ビル4階
☎ 374-5221 FAX 349-0560

新松戸 高齢者いきいき安心センター

新松戸1-414 大清堂ビル1階
☎ 346-2500 FAX 346-2514

馬橋 高齢者いきいき安心センター

中和倉130 第1コーポオング1階
☎ 374-5533 FAX 374-5501

明第2西 高齢者いきいき安心センター

栄町西3-991-15
☎ 382-5707 FAX 382-5727

本庁 高齢者いきいき安心センター

松戸1292-1 シティハイツ1階
☎ 363-6823 FAX 710-7198

東部 高齢者いきいき安心センター

紙敷1186-8 第二南花園内
☎ 330-8866 FAX 330-8867

常盤平団地 高齢者いきいき安心センター

常盤平2-24-2-C5
☎ 382-6535 FAX 382-6536

六実六高台 高齢者いきいき安心センター

六高台2-6-5 リバティベル1階
☎ 383-0100 FAX 383-2288

小金原 高齢者いきいき安心センター

栗ヶ沢789-22
☎ 383-3111 FAX 385-3071

馬橋西 高齢者いきいき安心センター

西馬橋広手町40-1秀栄ビル101
☎ 711-9430 FAX 711-9433

担当地域の確認はこちら



福祉まるごと相談窓口

福祉に関する困りごと(サービスや制度を知りたい、どこに相談してよいかわからない等)の相談窓口です。専門職と一緒に考え、必要なサービスをご紹介したり、担当の課におつなぎします。

相談場所

電話

相談日時

松戸市役所 本館1階
地域包括ケア推進課

☎ 047-366-1100
(相談専用ダイヤル)

月曜日から金曜日9時から16時30分
※土・日曜日、祝日、年末年始は
お休みです。

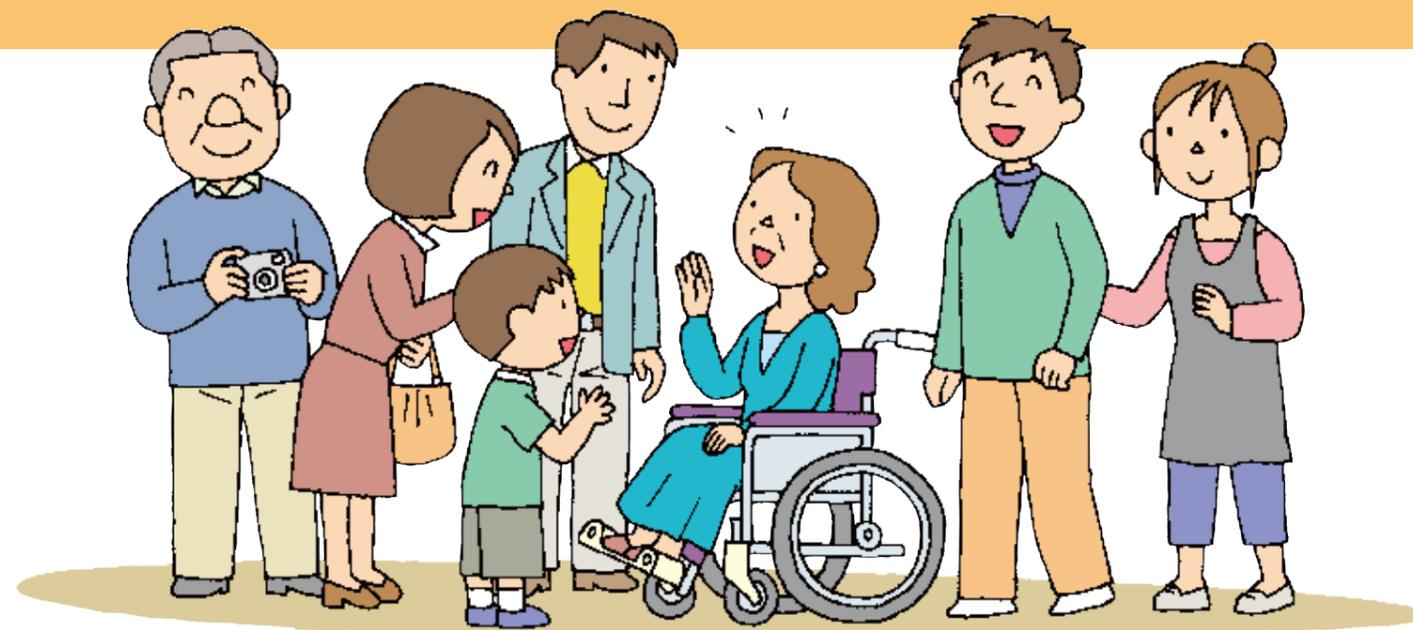
松戸市 高齢者支援課

☎047-366-7346 FAX 047-366-0991

認知症を予防できる街♡まつど
認知症になっても安心して暮らせる街♡まつど

認知症ガイドブック

松戸市版認知症ケアパス



- 認知症を理解する 1ページ
- 認知症予防のためのポイント 4ページ
- 認知症の人への接し方 5ページ
- 認知症になっても住み慣れた地域で暮らすために 6ページ
- 認知症の相談窓口 7ページ
- 認知症ケアパスの概要図 9ページ
- 予防や認知症の進行に合わせて利用できるサービス 11～18ページ
- 高齢者いきいき安心センター・福祉まるごと相談窓口 裏表紙

松戸市

令和5年4月作成

認知症を理解する

認知症は誰でもかかる可能性のある身近な病気です

認知症は誰でもかかる可能性のある脳の病気です。

認知症の人は2025年には全国で700万人を超え、65歳以上の高齢者のうち、5人に1人が認知症になると推計されています。

松戸市でも、高齢化により認知症の人は今後さらに増加することが見込まれています。

認知症に対する理解を深め、認知症の人と家族が安心して暮らせる地域をつくるのが大切です。



認知症とは？

認知症とは、脳に起きた何らかの障がいにより、これまで培ってきた記憶や思考などの能力が徐々に低下し、日常生活に支障をきたす状態です。

■認知症と老化によるもの忘れとの違い

認知症

- もの忘れの自覚がない
- ご飯を食べたことなど、体験したこと自体を忘れる
- 判断力が低下する
- 場所や時間、人との関係が分からなくなる



老化によるもの忘れ

- もの忘れの自覚はある
- 食事のメニューなど、体験の一部を忘れる
- 判断力の低下は見られない
- 場所や時間、人との関係などは分かる



認知症の症状

認知症の症状はさまざまですが、「中核症状」と「行動・心理症状」の2種類に大きく分けられます。「中核症状」は記憶や判断力、時間や場所の認識などの認知機能が損なわれる認知症本来の症状です。「行動・心理症状」は中核症状をもとに本人の性格や周囲との関わり方、環境などが関係して引き起こされる症状で、認知症の症状として知られる「徘徊」や「ものとり妄想」などは「行動・心理症状」です。

中核症状

- ものごとを思い出せない。覚えられない。
→「記憶障害」
- 場所や時間が分からなくなる。
→「見当識障害」
- 判断力、理解力、思考力などが低下 等

行動・心理症状

- 徘徊 ●妄想
- 不安 ●幻覚 等



行動・心理症状はこのようなあらわれます

通帳をしまった場所が思い出せない
「記憶障害」(中核症状)

私が忘れるわけがない。部屋に入るのは
普段世話をしてくれている息子だけだ。

息子が盗ったと思い込む「妄想」(行動・心理症状)



認知症の原因となる病気

アルツハイマー病

- 大脳皮質連合野や海馬領域を中心に神経細胞のネットワークが壊れることが原因
- 最近のことが覚えられず、同じことを何度も聞く
- 今日がいつか、今どこにいるのかがわからなくなる
- 初期から不安・うつ・妄想が出やすい

脳血管性認知症

- 脳梗塞や脳出血など脳血管疾患が原因
- 障害される部位によって現れる症状が違う
- できることとできないことの差がはっきりしている

レビー小体型認知症

- 脳の神経細胞が徐々に減っていき、脳の機能が低下することが原因
- 人物や動物、昆虫など見えないものが生々しく見える幻視や錯視がみられる
- 体が固くなり動きづらくなる、手が震える、急に止まれない、転倒しやすい
- 気分や態度の変動が大きい

前頭側頭型認知症

- 前頭葉と側頭葉の神経細胞が少しずつ壊れてくるのが原因
- 自分が思ったとおり行動してしまうなど社会性が欠如する
- 遠慮ができない、暴力をふるうなど抑制がきかなくなる
- 同じ場所を歩き回る、決まった時間に同じ行動をくり返す

※症状は一例であり、全ての症状がみられるものではありません。

認知症予防のためのポイント

現段階では、認知症の予防に効果があることがわかっているのは運動ですが、それ以外にも食事や睡眠など、生活習慣に気をつけたり、脳を活性化する活動をするのが予防に効果があると考えられています。認知機能の改善も期待できます。

認知症に早く気づくことが大切なわけ



- 1 治る病気や一時的な症状の場合があります
- 2 進行を遅らせることが可能な場合があります
- 3 今後の生活を準備することができます

認知症によく見られる症状

- | | | |
|---|--------------------|---|
| 1 | もの忘れがひどい | <input type="checkbox"/> 同じことを何度も言う、聞く、する
<input type="checkbox"/> しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探している
<input type="checkbox"/> 財布・通帳・衣類などが盗まれたと人を疑う |
| 2 | 判断力・理解力が衰える | <input type="checkbox"/> 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
<input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない
<input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない |
| 3 | 時間・場所がわからない | <input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違えるようになった
<input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある |
| 4 | 人柄が変わる | <input type="checkbox"/> 些細なことで怒りっぽくなった
<input type="checkbox"/> 周囲への気遣いがなくなり、頑固になった
<input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする |
| 5 | 不安感が強い | <input type="checkbox"/> 一人になると怖がったり寂しがったりする
<input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える |
| 6 | 意欲がなくなる | <input type="checkbox"/> 身だしなみを構わなくなった
<input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった |

これって認知症?!

~まつど認知症予防プロジェクト~

これって認知症?

もの忘れが多くなった?
 雰囲気が変わった?

認知症?

ふあん

専門職のサポートのもと、もの忘れや認知機能の変化をチェックしながら、自立した生活の維持を目指したセルフケアや生活習慣を考えます。また、必要な方には介護サービスの利用や受診の勧奨を行います。

実施機関 高齢者いきいき安心センター、かかりつけクリニック、病院、歯科医院、薬局、介護事業所など看護師・薬剤師・保健師・ケアマネ・介護職員などの専門職が担当します。松戸市ホームページに実施機関一覧を掲載しています。

お問い合わせ先 お気軽にご連絡ください。お近くの専門職（実施機関）をご紹介します。

高齢者支援課
☎047-366-7346

まつど健康マイレージ

認知症簡易チェックサイト

松戸市ホームページより携帯電話（パソコンでも可能）を使っていつでも、どこでも簡単に認知症チェックができます。判定結果は3段階で示され、相談窓口も表示されます。このシステムは医学的診断をするものではありませんが、ゲーム感覚で気軽にチェックできます。早期発見のツールとしてご活用ください。



ポイント① バランスのとれた食事

塩分や脂質のとりすぎに注意し、肉や魚、野菜などバランスのとれた食事を意識してとりましょう。また、栄養不足にも注意しましょう。栄養不足は老化を促進してしまいます。



ポイント② 適度な運動習慣を

体を動かすことで、脳細胞の活性化につながると言われています。取り組みやすいのは、ウォーキングです。有酸素運動は肥満や生活習慣病の予防にも効果的です。



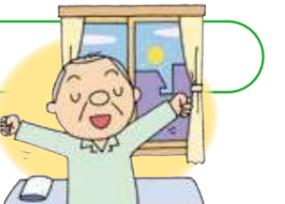
ポイント③ 脳を活発に使うことを意識する

本や新聞などを読む、日記をつけるなど、頭を使って脳に刺激を与える生活を心がけましょう。地域活動へ参加して人との交流を続けることや、趣味に打ち込むことも大切です。



ポイント④ しっかり休養を

体だけでなく、脳の休養も大切です。1日30分程度の昼寝はアルツハイマー病の予防に効果的です。しかし、長時間の昼寝は逆効果なので注意が必要です。



ポイント⑤ たばこは吸わない

たばこは動脈硬化を進め脳血管障害を引き起こすほか、アルツハイマー病の原因にもなることが分かっています。また、喫煙を続けると肺がんや呼吸器疾患、歯周病などが悪化するリスクが増してしまいます。



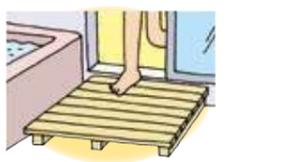
ポイント⑥ 歯と口のケアも忘れずに

健康な歯を保つことは全身の健康や認知症予防にもつながります。また、歯や口の機能の低下は高齢期に体が弱っていく前兆であることが分かっています。しっかりとこみ、歯みがきや、入れ歯の手入れを丁寧に行いましょう。



ポイント⑦ 寝たきりにならないための転倒防止

高齢者は転倒による骨折から寝たきりになり、生活が不活発になることで認知症を招いてしまうことがあります。転びにくい服選びや家中の段差の解消など転倒予防を心がけましょう。また乳製品などカルシウム豊富な食品をとり骨折しづらい体づくりを心がけることも大切です。



認知症の人への接し方

認知症の人と接するには、その気持ちや行動への理解が必要です。認知症について理解していないと、「何度言ったらわかるの!」「どうしてそんなことをするの!」など認知症の人を傷つけたり、怒鳴ったりしてしまいます。すると、認知症の人は追い詰められ、症状が悪化し、悪循環をまねくことになってしまいます。

接し方の基本

ポイント① 気持ちによりそい自尊心を傷つけない

一見理解できない行動にも本人なりの理由があります。頭ごなしに否定したり怒ったり、子ども扱いしたりすると自尊心を傷つけてしまいます。本人の気持ちを理解できるように努め、その気持ちに寄り添った対応を心がけましょう。



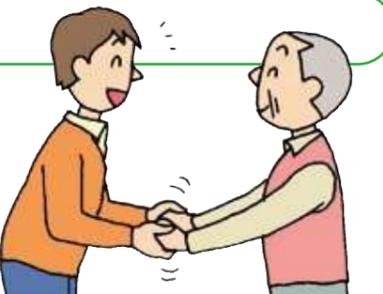
ポイント② 本人のペースにあわせる

認知症になってもゆっくりであればできることも多いので、本人の様子をよく見て、焦らせたり急がせないようにしましょう。また、一度にたくさんのことを言うと認知症の人を混乱させてしまいます。ゆっくりとシンプルに、分かりやすく伝えることを心がけましょう。



ポイント③ 笑顔で明るく接する

理解はできていなくても表情や感情は伝わります。笑顔で接することで認知症の人でも安心できます。対応に困ってもなるべく笑顔で接するよう心がけてください。



具体的な対応の7つのポイント

- ① まずは見守る
- ② 余裕をもって対応する
- ③ 声をかけるときはひとりで
- ④ 後ろから声をかけない
- ⑤ 相手の目線に合わせてやさしい口調で
- ⑥ おだやかに、はっきりした滑舌
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

出典: 認知症の人への対応 ガイドライン



認知症になっても 住み慣れた地域で暮らすために

誰もが認知症になる可能性があります。認知症になっても、家族や周囲の人が本人のプライドを尊重し、優しさと思いやりを持って寄り添えば、自宅で長く穏やかに暮らせます。また、地域のさまざまな人に協力を求めることは、認知症への理解を広めることでもあり、誰もが認知症になっても暮らせるまちづくりにつながります。



認知症の人を地域で見守るために認知症サポーターになり松戸市あんしん一声運動に参加しましょう

認知症サポーターとは

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者のことです。

■認知症サポーターになるには

「認知症サポーター養成講座」(90分)を受講すれば、どなたでもなることができます。自治会、ボランティア団体、サークル、お友達同士、職場、小・中学校などに講師を派遣します。オンラインによる受講も可能です。開催日時等のご相談は、高齢者支援課(☎366-7346)にお問合せください。

松戸市あんしん一声運動とは

松戸市あんしん一声運動とは、普段の生活の中で手助けが必要な高齢者を見かけた時に、「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」と声をかけ、高齢者を地域全体で温かく見守っていくことを目指した運動です。この運動は「オレンジ声かけ隊」が行います。さらに、専門職と連携して実践活動するのは「オレンジ協力員」です。

■オレンジ声かけ隊って??

「オレンジ声かけ隊」は、市に登録した、松戸市あんしん一声運動に参加する認知症サポーターの皆さんです。高齢者に優しくひと声かけることで「認知症になっても安心して暮らせる街♡まつど」を一緒に作りましょう。

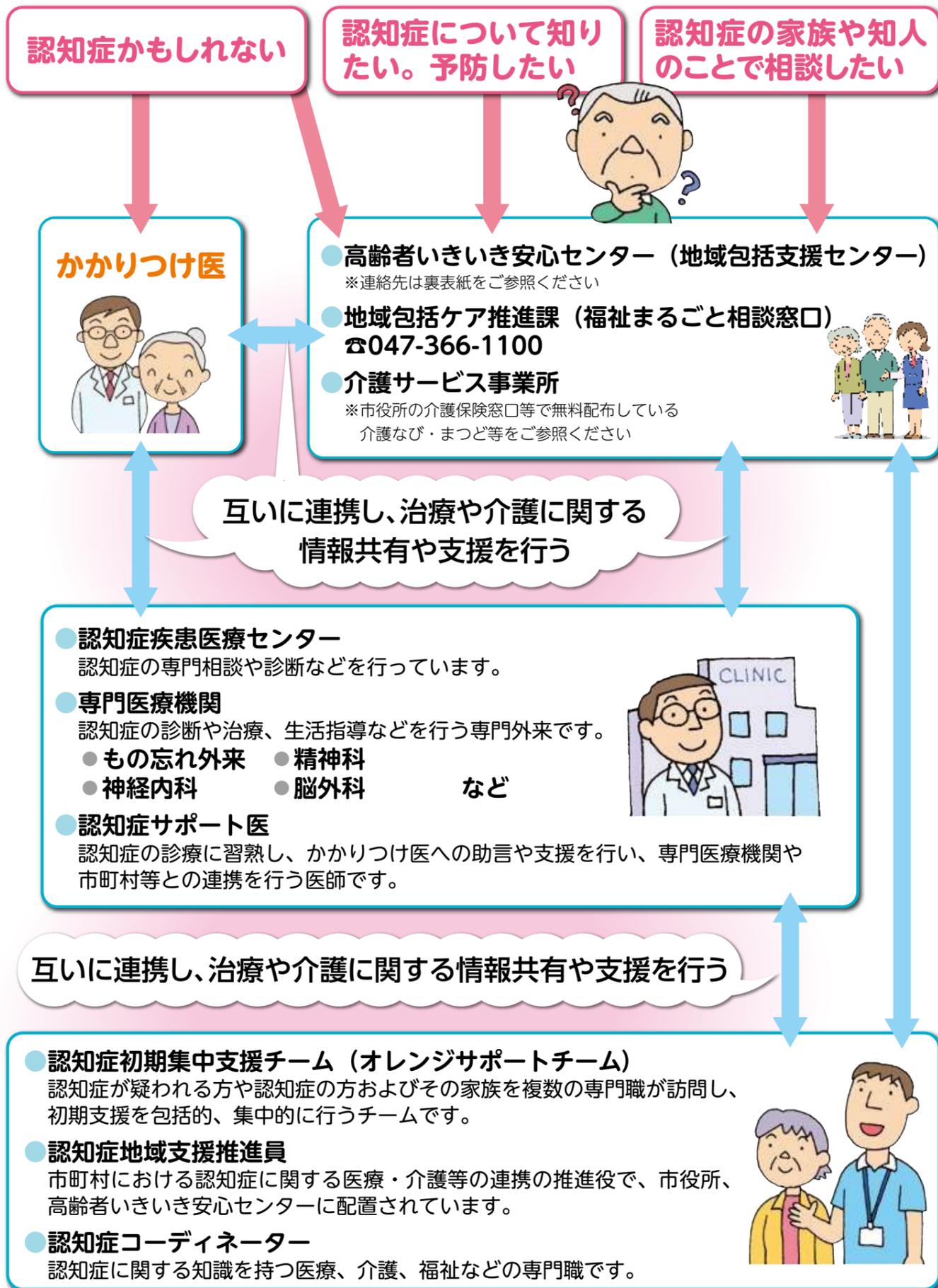
■オレンジ協力員って??

「オレンジ協力員」は、認知症サポーターの方で、さらに専門職と連携して認知症になっても安心して暮らせる街を目指して活動する方です。活動実績に応じてポイントが付与され年間最大5,000円の交付金等を受け取ることができます。何かしたいけど一人で活動するのは…という人は、高齢者いきいき安心センターや認知症コーディネーターなどの専門職と一緒に、「認知症になっても安心して暮らせる街♡まつど」を作りましょう。



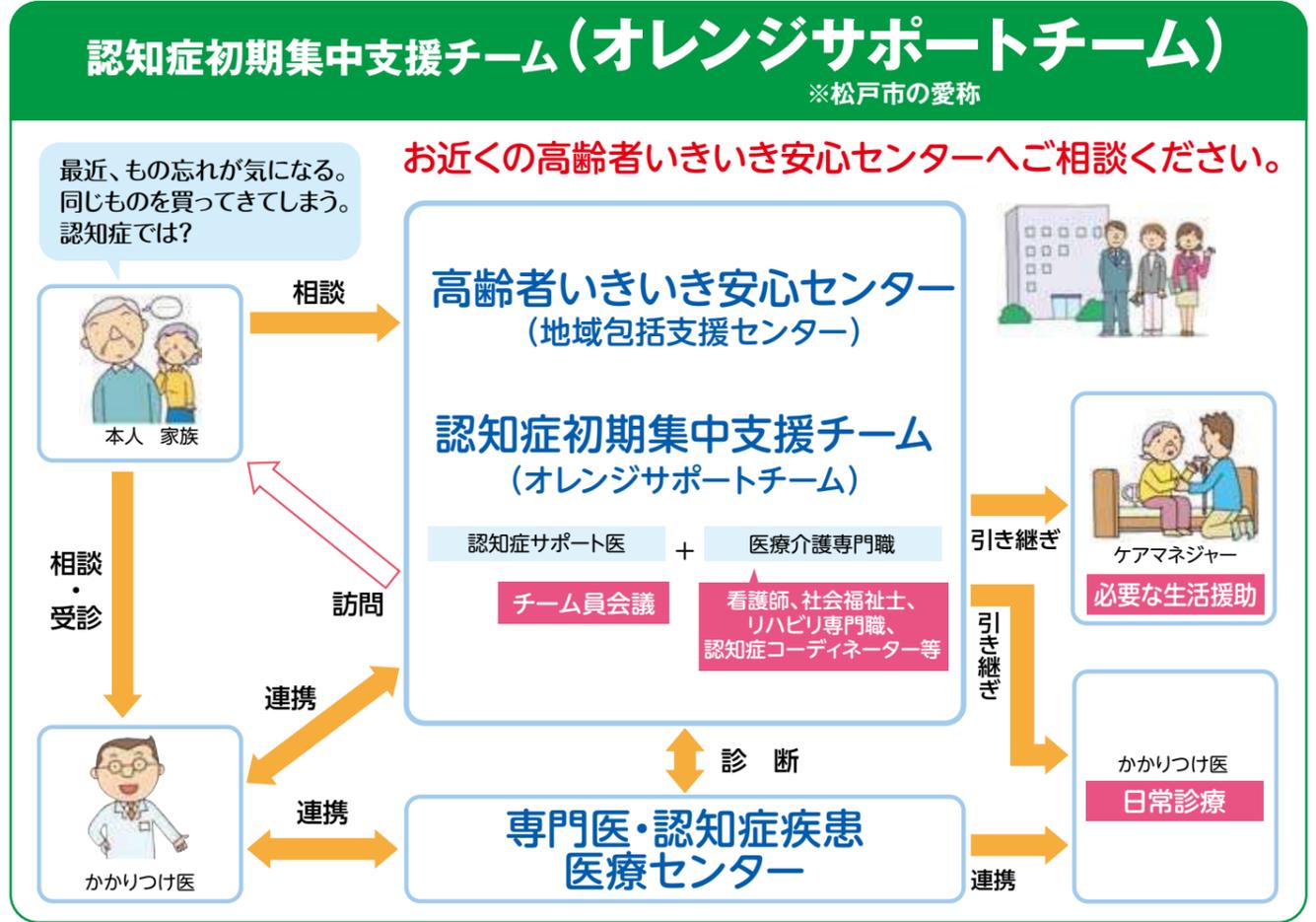
認知症の相談窓口

～様々な機関、専門職が認知症の相談、支援を行っています～



認知症初期集中支援チームについて

認知症初期集中支援チーム(オレンジサポートチーム)とは、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けられるために、認知症の方または疑いのある方およびそのご家族をチーム員が訪問し、適切な支援機関に結び付けるなど、初期の支援を集中的に行うチームです。詳しくは高齢者いきいき安心センターまでお問い合わせください。



認知症に関する専門職

- 認知症コーディネーター**
 認知症に関する知識を有する医療、介護、福祉などの専門職です。認知症の人やその介護・支援のあり方を理解し、地域の社会資源(人材、施設、サービス等)の情報を持ち、関係者と連絡しあいながら、認知症高齢者とその家族に寄り添って、継続的で一貫した支援を行います。
- 認知症サポート医**
 認知症患者の診療に習熟しており、かかりつけ医への助言や支援を行い、専門医療機関や市町村等との連携の推進役となるための研修を修了した医師です。
- 認知症地域支援推進員**
 市町村における認知症に関する医療・介護等の連携の推進役で、市役所と高齢者いきいき安心センターに配置されています。医療機関や介護サービス及び地域の支援機関の間の連携を図るための支援や、認知症の人やその家族を支援する相談業務等を行います。

認知症ケアパスの概要図 ~予防から認知症の進行に合わせ、段階に合わせて対応します

認知症の進行	正常なレベル～軽度認知障害 (MCI※)	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)			
		認知症の疑い	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・介助が必要
症状	<ul style="list-style-type: none"> ●物の忘れが多くなるが、日常生活に支障をきたしていない <p>もの忘れについて不安を感じている</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●同じ物を買ってくる ●料理や片付け、計算などミスが目立つ ●重要な約束や予定を忘れる ●薬の飲み忘れがある <p>自分の能力低下を感じて不安を感じたり、イライラしたりする</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●季節に合った服が着られない ●電話や訪問者の対応が難しくなる ●使い慣れた道具の使い方が分からなくなる ●着替えや入浴を嫌がる ●徘徊が見られるようになる ●トイレの失敗を隠すことがある <p>一人で何かをすることに不安をもち、家に引きこもりがちになったり、常に家族と一緒にいたいと望んだり、怒りっぽくなることもある</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●トイレの失敗が多くなる ●家族の顔や名前がわからなくなる ●話さなくなる ●運動機能が低下し、歩いたり、食べたりするのが困難になる <p>自分の要求を上手に表現できなくなったり、生活上できないことが多くなったりする</p>	
生活上のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ○地域行事やボランティアなど社会参加を行う ○趣味やレクリエーションを楽しむ ○家庭内で役割を持つ ○いつもと違う、様子がおかしいと思ったら早めにかかりつけ医や高齢者いきいき安心センターに相談する <p>お住まいの地域のサロンや認知症予防教室に参加するのも良いでしょう</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○家族が認知症を正しく理解し、接し方の基本的なコツを理解する ○家族間で介護のことについて話し合っておく ○介護で困ったことがあれば抱え込まず、早めに担当ケアマネジャーや高齢者いきいき安心センターに相談する <p>かかりつけ医や専門医の受診を継続しましょう。薬をきちんと内服できるような見守りや声かけも大切です</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ○家族、介護者の健康管理を行う ○介護の負担が増えるため、困ったことがあれば抱え込まず、早めに担当ケアマネジャーや高齢者いきいき安心センターに相談し、介護サービスを上手に利用する <p>お金の管理方法や徘徊への備えなど、本人が安全に生活できるように相談し、考えておきましょう</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ○家族、介護者は日常生活でできないこと(食事、排泄など)が増え合併症を起こしやすくなることを理解しておく ○どのような最期を迎えるか家族間で話し合っておく <p>ご本人、ご家族にとって生活しやすい環境、住まい、介護サービスを選択し、安心して生活できるようにしましょう</p> 	
主なサービスの例	予防 居場所 役割支援 (P11)	町会や地区社会福祉協議会のサロン、体操等 認知症予防教室・介護予防教室・短期集中予防サービス 老人クラブ・地域のサークル活動 介護支援ボランティア 元気応援くらぶ・訪問型元気応援サービス 認知症カフェ (オレンジ・カフェ) 通所型サービス・訪問型サービス (総合事業)			
	安否確認 見守り (P12)	民生委員や地域による見守り 認知症サポーター・オレンジ声かけ隊・オレンジ協力員 緊急通報装置・地域見守りあんしん電話・配食サービス 高齢者見守りシール・防災無線を利用した徘徊高齢者の探索			
	生活支援 介護 (P14)	訪問型元気応援サービス 軽度生活援助事業・シルバー人材センター・住民参加型在宅福祉サービス・民間宅配サービス 通所介護・地域密着型通所介護・通所リハビリ・認知症対応型通所介護・短期入所生活(療養)介護 小規模多機能型居宅介護 訪問看護・看護小規模多機能型居宅介護 定期巡回・随時対応型訪問介護看護			
	医療 (P15)	かかりつけ医・専門医療機関・認知症疾患医療センター・認知症サポート医 認知症初期集中支援チーム (オレンジサポートチーム) 居宅療養管理指導・訪問診療			
	住まい (P15)	サービス付高齢者向け住宅・有料老人ホーム・ケアハウス・養護老人ホームなど グループホームなど 住宅改修 特別養護老人ホーム			
	家族 介護者支援 (P17)	高齢者いきいき安心センター・ケアマネジャー 認知症コーディネーター・認知症地域支援推進員 介護者の集い・家族介護講座・認知症の人と家族の会・認知症カフェ 徘徊高齢者等探索サービス利用料助成 介護用品 (紙おむつ等) 支給事業			
	権利擁護 (P18)	日常生活自立支援事業 成年後見制度 (任意・法定) 高齢者虐待についての相談			

※MCIとは、認知機能 (記憶、決定、理由づけ、実行など) に問題が生じてはいますが、日常生活には支障がない状態のことです。

予防や認知症の進行に合わせて

予防・居場所・役割支援

●町会や地区社会福祉協議会のサロン、体操等

各地域の町会や地区社会福祉協議会では、高齢者向けのサロンや体操等を開催しております。詳しくは、お住まいの地域の町会、地区社会福祉協議会または担当の高齢者いきいき安心センターまでお問い合わせ下さい。

●認知症予防教室、介護予防教室

各高齢者いきいき安心センター（裏表紙）

介護予防・認知症予防として、各高齢者いきいき安心センターでさまざまな教室を行っております。

●短期集中予防サービス

各高齢者いきいき安心センター（裏表紙） 高齢者支援課

☎366-7346

市指定の事業所において、保健・医療の専門職の指導のもとで、生活機能向上のためのプログラムを短期間（原則3ヶ月程度）集中的に実践していただきます。終了後ご自身で習得した方法が継続できるよう助言します。

※要支援者・事業対象者の方が対象です。

●老人クラブ（はつらっクラブ）

松戸市はつらっクラブ連合会事務局

☎343-0571（月～金曜日 午前10時～午後3時）

健康増進、社会奉仕、教養講座、研修旅行、レクリエーション活動を通じて地域社会との交流と老後の生活を楽しく健康で豊かにするため、おおむね60歳以上の地域の人たちによって自主的に組織された団体です。

入会手続きについては、直接地域の老人クラブまたは事務局にご相談下さい。

●介護支援ボランティア

松戸市社会福祉協議会 ボランティア推進課
☎362-5963

高齢者支援課

☎366-7346

事前に介護支援ボランティア登録説明会に参加し、登録をした65歳以上の市民の方が、市内の特別養護老人ホームなどでボランティア活動を行います。その実績に応じて付与されるポイントを活用することで、年間最大5,000円の交付金等を受け取ることができます。

ボランティア活動の内容は、行事の手伝い、レクリエーションの補助、話し相手などです。

●元気応援くらぶ

高齢者支援課

☎366-7346

65歳以上の方が気軽に出かけ、人とのふれあいや元気づくりができる場として住民が主体的に運営する通いの場です。家から外に出て、人と話したり、身体を動かすことで、仲間づくりや生活に張り合いが生まれ、介護予防につながります。

●訪問型元気応援サービス

高齢者支援課

☎366-7346

意欲のある高齢者の方が社会貢献の一環として、ケアプランのもと生活支援を実施します。生活支援コースと困りごとコースがあります。※要支援者・事業対象者の方が対象です。

●認知症カフェ（オレンジ・カフェ）

認知症の人と家族、地域住民、医療や介護の専門職員など、誰もが参加でき、認知症や介護などについて話し合える場です。詳しくは、担当の高齢者いきいき安心センターまでお問い合わせ下さい。

利用できるサービス

●通所介護（デイサービス）、地域密着型通所介護、通所型サービス、認知症対応型通所介護、通所リハビリテーション（デイケア）

食事、入浴などの介護サービスや生活機能向上の訓練、レクリエーション等を指定事業所にて日帰りで行います。

※サービスを受けるには、要介護（要支援）認定または事業対象者に特定される必要があります。認知症対応型通所介護、通所リハビリテーション（デイケア）は、要介護（要支援）認定を受ける必要があります。

〔介護保険サービス：P18 参照〕

●訪問介護（ホームヘルプサービス）、訪問型サービス

ホームヘルパーが自宅を訪問し、利用者が自立した生活を送れるよう、日常生活上の支援を行います。介護が必要な方には身体の介助や日常生活上の介護を行います。

※サービスを受けるには、要介護（要支援）認定または事業対象者に特定される必要があります。

〔介護保険サービス：P18 参照〕

●小規模多機能型居宅介護

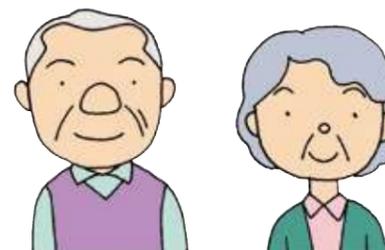
通いを中心に、利用者の様態や希望に応じて、訪問や短期間の泊まりを組み合わせたサービスを受けられます。

※サービスを受けるには、要介護（要支援）認定を受ける必要があります。

〔介護保険サービス：P18 参照〕

元気応援くらぶの体操教室に参加したら男の人がたくさんいて楽しかったよ。

介護支援ボランティアを始めたから気持ちがシャキッとしたよ。



安否確認・見守り

●認知症サポーター・オレンジ声かけ隊・オレンジ協力員

高齢者支援課

☎366-7346

認知症について正しい知識を持ち、認知症の方やその家族をあたたく見守る応援者のことです。詳しくは6ページをご覧ください。

●いきいきメール

高齢者支援課

☎366-7346

高齢者の方とご家族を対象にした日常生活の健康予防に関する情報やオレンジ声かけ隊の方を対象とした情報が届きます。QRコードを読み取りご登録ください。



●緊急通報装置

介護保険課 給付班

☎366-7067

65歳以上の市民税非課税のひとり暮らし高齢者の方に対して、緊急時に通報連絡できる装置を無償貸与します。手続きは地区の民生委員を通じて申請していただきます。

●地域見守りあんしん電話

高齢者支援課

☎366-7346

ひとり暮らし等の高齢者に、あらかじめ登録してもらい、曜日や日時を決め、パソコンから自動的に電話をかけ、健康状態をボタンで回答してもらって安否確認の無料サービスです。

※お住まいの地域によっては、利用できないことがあります。

●配食サービス

介護保険課 給付班

☎366-7067

65歳以上のひとり暮らし高齢者の方、高齢者のみの世帯およびこれに準じる世帯で、本人が要介護（要支援）認定をお持ちの方（申請中を含む）または要支援相当の特定を受けた方で、心身の障害および傷病等の理由により外出および食事の準備が困難な高齢者の方を対象に、週4回以内で夕食を配達するとともに安否の確認を行います。費用は1食400円です。手続きは担当のケアマネジャーまたは高齢者いきいき安心センターを通じて申請します。

●高齢者の見守りシール

高齢者支援課

☎366-7346

家族や介護者が登録した注意事項などの情報を携帯電話などで読みとることのできるQRコードが印字されたシール（見守りシール）の支給を行っております。

支給対象となる方は、(1) 認知症などで行方不明となり、防災行政用無線により探索されたことがある高齢者、(2) 道に迷った、家が分からなくなってしまったなどにより警察に連絡または保護されたことがある高齢者です。

●防災無線を利用した徘徊高齢者の探索

高齢者支援課

☎366-7346

認知症で行方不明になった高齢者を早期に保護することを目的に、防災行政用無線を利用した行方不明者についての探索を行っております。

●訪問介護（ホームヘルプサービス）、訪問型サービス

P12参照

●訪問入浴

浴槽を積んだ入浴車で訪問し、入浴の介助を行います。

※サービスを受けるには、要介護（要支援）認定を受ける必要があります。

[介護保険サービス：P18 参照]

防災無線の利用の仕方

松戸市では防災行政用無線を利用し、行方不明者の探索を行っています。早期に保護するためには迅速な対応が必要です。いざという時のために、利用の流れを知っておきましょう。

介護している高齢者が
いなくなってしまった!!



行方不明高齢者の家族等が
警察署に「家出人捜索願」の
届出をする

★松戸警察署 ☎369-0110

★松戸東警察署 ☎349-0110

※行方不明になった場所を管轄する警察署に連絡をしてください。



警察署から松戸市役所に
行方不明高齢者
探索放送依頼が入る



防災行政無線により行方不明
高齢者の情報を放送する
(8時30分～17時)

無事に発見された後は、高齢者いきいき安心センターや関係機関がその後のサポートをします。

●定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、定期巡回や緊急時など必要に応じて随時訪問を行います。介護と看護が連携を図り、ヘルパーによる入浴、排せつの介護や、看護職員による療養上の世話や診療の補助などが受けられます。

※サービスを受けるには、要介護認定を受ける必要があります。要支援の方は利用できません。

[介護保険サービス：P18 参照]

生活支援・介護

●訪問介護（ホームヘルプサービス）、訪問型サービス、訪問入浴、定期巡回・随時対応型訪問介護看護

P12～14参照

●訪問型元気応援サービス

P11 参照

●軽度生活援助事業

介護保険課 給付班

☎366-7067

在宅で75歳以上の単身世帯・高齢者世帯、介護保険法による要介護の認定または、要支援相当の特定を受けた40歳以上の単身世帯の人に対して、清掃や草むしりなどをシルバー人材センターに依頼できる「ミニ援助券」を月1枚（1時間分）支給します。※料金は1枚（1時間あたり）100円です。

●シルバー人材センター

松戸市シルバー人材センター ☎330-5005

高齢者の方に働く機会を提供し、生きがいの充実、社会参加を図ることにより、高齢者の経験や能力を活かした、活力ある地域社会づくりに寄与することを目的とした公益法人です。

仕事の内容は、①技術・技能（植木の手入れ、襖・障子張り、大工等）②事務・管理（毛筆・筆耕、一般事務、駐車場・施設管理等）③サービス（家事手伝い等）④一般作業（除草、清掃等）⑤折衝外交（販売、チラシ配布、営業等）などです。

●住民参加型在宅福祉サービス

松戸市社会福祉協議会 ふれあいサービス

☎368-2941

地域住民のみなさんの参加と協力により、家事援助サービスや見守り等の軽度介護サービスを有償で利用できます。市内の団体等で実施するサービスも紹介しています。

●通所介護（デイサービス）、地域密着型通所介護、通所型サービス、認知症対応型通所介護、通所リハビリテーション（デイケア）

P12参照

●短期入所生活介護（ショートステイ）、短期入所療養介護（医療型ショートステイ）

介護福祉施設や介護老人保健施設などに短期入所して、食事・入浴などの介護サービスや生活機能維持・向上訓練を行います。※サービスを受けるには、要介護（要支援）認定を受ける必要があります。[介護保険サービス：P18 参照]

●小規模多機能型居宅介護

P12参照

●訪問看護

看護師や保健師等が訪問し、療養上の世話や助言などを行います。※サービスを受けるには、要介護（要支援）認定を受ける必要があります。[介護保険サービス：P18 参照]

●看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせることで通所、訪問、短期間の宿泊で介護や医療、看護のケアが受けられます。※サービスを受けるには、要介護認定を受ける必要があります。要支援の方は利用できません。[介護保険サービス：P18 参照]

若年性認知症とは？

認知症は高齢者に多い病気ですが、年齢が若くとも発症することがあり、65歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。働き盛りの世代で発症するため、ご本人だけでなく、ご家族の生活にも影響が大きいと考えられ、早期発見・早期対応が必要です。

若年性認知症 についての相談先

■千葉県若年性認知症専用相談窓口

☎043-226-2601

月・水・金曜日

(年未年始・祝日を除く) 9:00~15:00

■若年性認知症コールセンター

☎0800-100-2707

若年性認知症の無料電話相談です。愛知県にある認知症介護研究・研修大府センター(社会福祉法人仁至会)に設置されています。

・月~土曜日(年未年始・祝日除く)

・10:00~15:00

■ちば認知症相談コールセンター

☎043-238-7731

県内の固定電話(プッシュ回線)からは

局番なしの#7100

・月・火・木・土曜日(年未年始・祝日を除く)

・10:00~16:00

(※面接相談予約制)

●訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

P14参照

●かかりつけ医、専門医療機関、 認知症疾患医療センター、認知症サポート医

P7参照 詳細は、『松戸市認知症ガイドブック もの忘れ・認知症相談窓口マップ版』をご覧ください。

●認知症初期集中支援チーム (オレンジサポートチーム)

P8参照

●居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士が訪問し、療養上の管理や指導を行います。

※サービスを受けるには、要介護(要支援)認定を受ける必要があります。

[介護保険サービス:P18参照]

●訪問診療

在宅で療養していて通院が困難な方を対象に、医師が定期的に訪問して診療を行います。内科以外にも、皮膚科や耳鼻科などについても訪問診療を行っている医療機関もあります。ケアマネジャー等にご相談下さい。

住まい

●サービス付高齢者向け住宅(サ高住)

自立または要介護状態が比較的軽度の方が対象の高齢者向け住宅です。生活相談員が常駐し、安否確認、生活相談が受けられます。介護保険サービスは外部サービスのため、別途費用がかかります。

●有料老人ホーム

〈介護付有料老人ホーム〉

自立した方から要介護状態が重い方も対象とした民間の介護施設です。ホームが「特定施設入居者生活介護」の指定を受けていれば、介護保険サービスが利用できます。その他、食事などの生活サービス、機能訓練、レクリエーションなど幅広いサービスが受けられます。

〈住宅型有料老人ホーム〉

自立した方から要支援状態の方を対象とした民間の居住型施設です。食事などのサービスが受けられます。介護保険サービスは外部サービスのため、別途費用がかかります。

●ケアハウス(軽費老人ホーム)

身体機能等の低下により自立した生活を営むことに不安があり、家族による援助を受けることが困難な60歳以上の方(夫婦で入所する場合はどちらかが60歳以上)が入所できます。食事などの生活サービスが受けられます。介護保険サービスは外部サービスのため、別途費用がかかります。(所得に応じて負担軽減があります)

●養護老人ホーム

高齢者支援課 ☎366-7346

おおむね65歳以上で、比較的健康的で経済的理由や、家庭環境などの理由で家庭生活が困難な人が対象となります。ただし、世帯中心者の市民税が、均等割以下の人に限ります。

●認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

比較的安定した認知症の高齢者が少人数で共同生活を送りながら食事・入浴などの介護や機能訓練等を受けます。

※サービスを受けるには、要介護(要支援)認定を受ける必要があります。要支援1の方は利用できません。

[介護保険サービス:P18参照]

●介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

日常生活で常に介護を必要とし、在宅生活が困難な方が対象の施設です。食事、入浴など日常生活の介護や健康管理を受けることができます。

※サービスを受けるには、原則要介護3~5の認定を受ける必要があります。

[介護保険サービス:P18参照]

●介護老人保健施設(老人保健施設)

症状が安定し、在宅復帰のためのリハビリテーションに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的な管理のもとでの介護や看護、リハビリテーションを受けることができます。

※サービスを受けるには、要介護認定を受ける必要があります。要支援の方はご利用できません。

[介護保険サービス:P18参照]

●住宅改修サービス

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をする際、対象経費20万円を上限に費用の9割から7割を支給します。

※サービスを受けるには、要介護(要支援)認定を受ける必要があります。また、工事着工前に市への申請が必要ですので、ケアマネジャー等に相談して下さい。

有料老人ホームとサービス付高齢者向け住宅の違いは？

	介護付有料	住宅型有料	サ高住
概要	介護施設	介護施設	賃貸住宅
契約形態	主に利用権契約 入居一時金あり		賃貸借契約
料金のめやす(月額)	15万円位~ <small>※施設により異なりますので、各施設にお問い合わせ下さい</small>		12万円位~
サービス	①入浴・排泄・食事の介護 ②食事の提供 ③洗濯・掃除等の家事 ④健康管理 ①から④のうちいずれかの提供		安否確認 生活相談
介護保険サービス	定額制	併設の事業所や外部の介護保険サービスを利用可	

■住まいを選ぶときの注意点

施設のパンフレット記載の金額以外にも別途費用がかかることがあります。

サービス内容を確認して、余裕をもって予算を立てましょう。

- 居住費(施設費)
- 生活費(光熱費)
- 食費
- 保険医療費
- 介護サービス費
- 通信費
- 交際費
- 税金、保険料
- 日用品、雑費など



家族・介護者支援の重要性

突然始まり、終わりが見えない介護は、介護が必要になった本人だけでなく、支える家族にも大きな影響を与えます。

家族・介護者が健康であること、介護の負担を軽くすることが、自宅での生活を続けていく上で必要不可欠となります。

「介護者同士で気持ちを分かち合う」「専門家に相談する」など、一人で悩んだり、抱え込まないことも大切です。

家族・介護者を支援する機関を積極的に活用してください。

認知症カフェ(オレンジ・カフェ)

介護者の集い



介護者の集い

●介護マーク



高齢者支援課

☎366-7346

高齢者いきいき安心センター(裏表紙)

介護する方が介護中であることを周囲に理解していただくために使用するもので、無償で配布しています。

●認知症コーディネーター、 認知症地域支援推進員

P8参照

●介護者の集い

高齢者いきいき安心センター(裏表紙)

認知症の症状がある人の介護者をはじめ、寝たきりや病弱な人の介護者などを対象として、市内各所で開催しております。自宅での介護経験や日頃感じていることなどを共有し、情報交換を行っております。

●家族介護講座

介護保険課

☎366-4101

介護をする心構えや認知症の理解、基本的な介護の実践についての講座を行います。

●認知症の人と家族の会

公益社団法人 認知症の人と家族の会
千葉県支部 ☎043-204-8228
(月・火・木曜日 13時~16時)

認知症の人と家族を支えるために活動している全国組織です。介護家族だけでなくどなたでも入会することができます。介護者同士が少人数で気軽に何でも話し合え、仲間と交流できる場「つどい」や、情報提供としての会報発行などを行っています。ご相談は下記までご連絡ください。

ちば認知症相談コールセンター

☎043-238-7731

県内のプッシュ回線の固定電話からは、
局番なしの #7100
電話相談日…月・火・木・土 面接相談日…金(予約制)
相談時間…10:00~16:00

ちば認知症相談コールセンターは、家族を支えるための相談を受け付けています。一人で悩んでいる方、誰かに話を聞いてほしい方など、認知症介護の経験者等が電話相談を受けています。

●認知症カフェ(オレンジ・カフェ)

P11参照

●徘徊高齢者等探索サービス利用料助成

高齢者支援課

☎366-7346

介護保険の認定を受けている徘徊行動のある方、または初老期の認知症等を原因とする40歳以上の徘徊行動のある方の家族等に、情報機器の登録料・使用料の一部を助成します。(助成対象者や利用機器の要件があります。)

●介護用品(紙おむつ等)支給事業

介護保険課 給付班

☎366-7067

在宅において要介護者を介護している家族に対して、市で指定した介護用品(紙おむつ・尿とりパッド)と交換できる引換券を支給します。要介護認定で要介護3から5と認定され、常時紙おむつを使用している要介護者を介護している介護者が支給対象となります。

権利擁護

●日常生活自立支援事業(愛称:すまいる)

松戸市社会福祉協議会 生活相談課

☎368-0349

高齢者いきいき安心センター(裏表紙)

判断能力が十分でない方や体の自由がきかない方が、住み慣れた地域で自立した生活を送れるように、福祉サービスの利用や、日常生活における金銭管理について相談に応じています。

- 福祉サービス利用援助 福祉サービスについて情報提供したり、一緒に考えながら手続きのお手伝いをします。
 - 財産管理サービス 通帳から生活に必要なお金を払い戻したり、公共料金などの支払いのお手伝いをします。
 - 財産保全サービス 年金証書・預金通帳などの大切な書類や印鑑等をお預かりします。
- ※財産管理サービスのみ、財産保全サービスのみは、宝石、骨董品、株券、有価証券などお預かりできないものがあります。

●成年後見制度

松戸市成年後見相談室

☎702-3033

高齢者いきいき安心センター(裏表紙)

認知症や知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が不十分な方は、預貯金や不動産などの財産管理、介護サービスの利用や施設への入所などに関する契約の締結、遺産の分割協議などが必要となった場合に、自分で行うことが難しい場合があります。また、不利益な契約を締結してしまうことや悪質な詐欺商法などの被害に遭う恐れもあります。判断能力が不十分な方を保護し、支援する制度が成年後見制度です。

※現在は判断能力が十分ある人が、将来、認知症などで判断能力が不十分になった場合に備えて、あらかじめ誰にどのような支援をしてもらうかを契約しておく制度(任意後見制度)もあります。

●成年後見制度を利用するには

成年後見制度を利用するためには、家庭裁判所に後見(保佐・補助)開始の「申立て」を行い、成年後見人等の選任を行う必要があります。「申立て」ができるのは、本人、配偶者、四親等以内の親族、市町村長(身寄りのない高齢者の場合)などです。詳細は高齢者いきいき安心センターへお問い合わせください。

●高齢者虐待についての相談

地域包括ケア推進課

(基幹型地域包括支援センター)

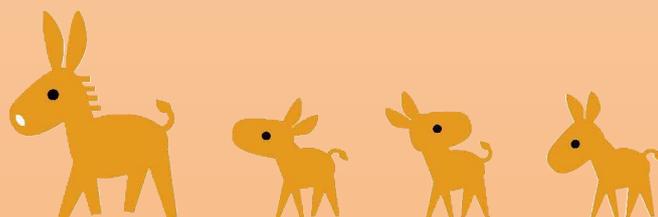
☎366-7343

高齢者いきいき安心センター(裏表紙)

暴力的行為、介護放棄、威圧的な態度や暴言、金銭搾取など、高齢者の人権が侵害される高齢者虐待について、通報や相談をお受けしています。

※介護保険サービスについては、高齢者いきいき安心センターまたはケアマネジャーにご相談ください。
※介護保険サービスの事業所一覧については、市役所の介護保険窓口、関連施設等で無料配布しております介護ナビ・まつど、松戸市ホームページ等をご参照ください。

松戸市の 認知症に関する取り組みについて





はじめに

認知症は誰もがなる可能性のある病気であり、国の推計によりますと、2025年には、全国で700万人を超え、65歳以上の高齢者のうち、5人に1人が認知症になると見込まれています。

松戸市では、「認知症になっても安心して暮らせる街まつど」を目指すため、認知症に対する正しい理解を高齢者だけでなく、子どもから大人まで社会全体に広げていきたいと考えています。ぜひ、皆様のご理解とご支援をよろしくお願いいたします。

～目次～

1. 参加・利用できる支援

- ・ 認知症サポーター養成講座 P.3
- ・ あんしん一声運動 P.4
- ・ オレンジ協力員とは P.5
- ・ オレンジパトウオーク P.6
- ・ 認知症カフェ P.7
- ・ 認知症予防教室 P.12
- ・ 様々な普及啓発 P.13
- ・ 松戸市いきいきメール P.14
- ・ 認知症簡易チェックサイト P.15
- ・ 松戸市版認知症ガイドブック（ケアパス） P.16
- ・ 介護者のつどい P.17

2. 認知症の早期発見のための支援

- ・ まつど認知症予防プロジェクト P.18
- ・ 認知症初期集中支援チーム P.21

3. 認知症などで道に迷ってしまう高齢者やその家族に対する支援

- ・ 高齢者の見守りシール P.22
- ・ 徘徊高齢者等探索サービス利用者助成制度 P.23
- ・ 防災行政用無線を使った高齢者の捜索 P.24

☆高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）一覧 P.25

☆相談窓口一覧 P.27

1. 参加・利用出来る支援

認知症サポーター養成講座とは



①事業の内容

認知症サポーターとは、認知症についての正しい知識や対応の仕方を理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。

認知症サポーター養成講座では、町内会や学校、職場、有志の集まりなどに、認知症の専門の講師が出向いて、認知症についての勉強会を行います。

②対象者

市内在住または在勤、在学の方

③申込方法

個人でお申し込みの場合

10名未満の場合や個人で受講を希望される方は、松戸市ホームページに掲載日時を掲載していますので、掲載の問い合わせ先までお申込みください。

またはお近くの高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）へお問い合わせください。

団体（10人以上）でお申し込みの場合

開催日時と会場を決め、高齢者支援課までお問い合わせください。

高齢者支援課が講師をご紹介します。主催者と講師が打合せを行い、講座のプログラムを決定します。

④問合せ先

高齢者支援課 ☎ 047-366-7346

各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

松戸市あんしん一声運動とは



①事業の内容

事業開始：平成 22 年 4 月

普段の生活の中で手助けが必要な高齢者を見かけた時に、「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」と声をかけ、高齢者を地域全体で温かく見守っていくことを目指した運動です。この運動は認知症サポーターのうち『オレンジ声かけ隊』が行います。さらに、専門職と一緒に実践的に活動するのが『**オレンジ協力員**』です。

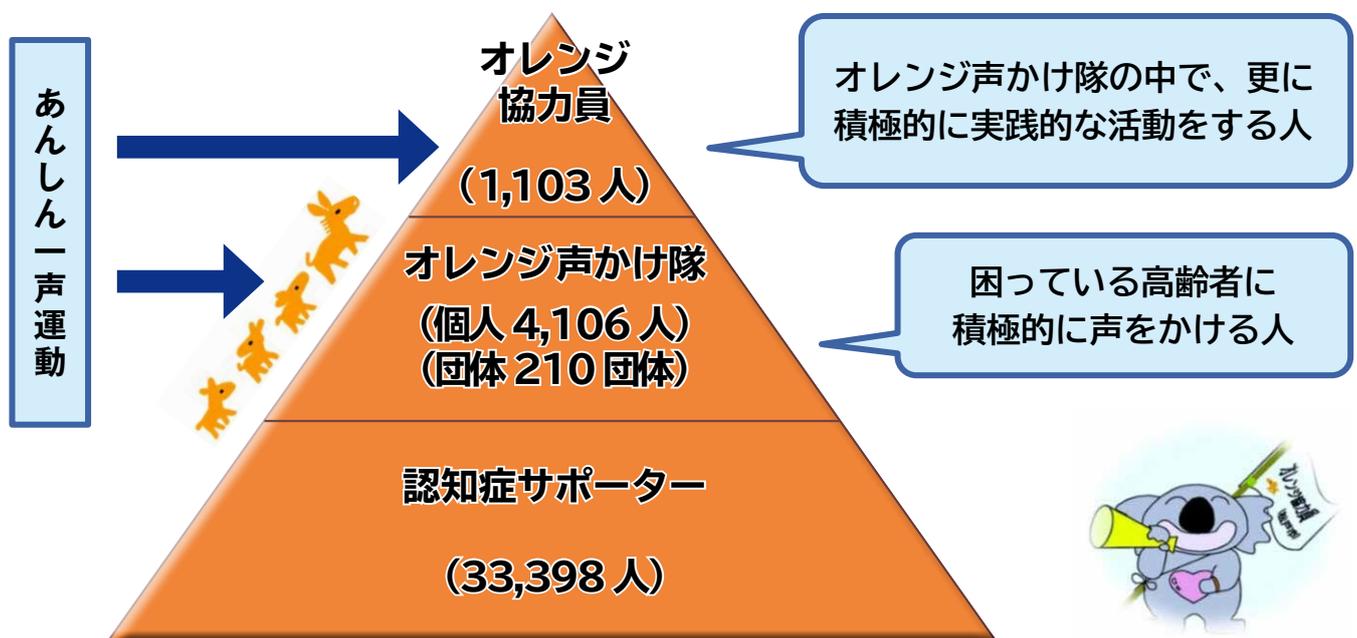
②対象者

認知症サポーター養成講座を受講された方にご参加頂けます（登録制）。

③活動場所

※オレンジ声かけ隊の方は、決められた活動はありません。

『**オレンジ協力員**』の方はお住まいの各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）と連携して、お住まいの地域で活動頂けます。また、松戸市社会福祉協議会によるコーディネートにより高齢者関連施設でも活動できます。



(2023年3月末現在)

オレンジ協力員の活動とは



オレンジ 協力員

オレンジ協力員になると、登録証、ピンバッチ、および右のオレンジ協力員手帳が配布されます。活動すると以下のような特典があります。

- ・活動実績 1 時間毎に 1 ポイント、1 日最大 2 ポイントまでポイントが付与されます。(1 ポイント 100 円相当)
- ・ポイントを転換する形で**年間最大 5,000 円の交付金**、または**障害者就労施設等生産品と交換**できます。
- ・交付金を管理機関（松戸市社会福祉協議会）への寄附とすることも可能です。



主な活動内容

- 自宅、施設等での認知症の人・家族の話の傾聴（傾聴ボランティア）
- 認知症の人の散歩、買物等への同行
- 認知症の人等の支援に係るレクリエーション等の運営補助
- 認知症予防教室、認知症カフェ、サロン等の運営補助
- 見守り支援・安否確認・オレンジパトウォーク等

オレンジ協力員の皆さんの活動は、認知症の人や家族のニーズに沿った支援を担うボランティア（チームオレンジ）として、今後、より重要となっていきます。皆様のご登録をお待ちしております。

④問合せ先

オレンジ協力員への登録をご希望の方・高齢者関連施設での活動を希望される方は管理機関である

松戸市社会福祉協議会 ボランティア推進課

☎ 047-362-5963 まで。

※お住まいの地域での活動をご希望の方は各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）までお問い合わせください。

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

オレンジパトウォーク



①事業の内容



事業開始：平成 29 年

オレンジパトウォークはオレンジ協力員などの皆さんと各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）が連携して地域を見守るパトロールです。

お住まいの地域で、決まった曜日におよそ1時間程度パトロールをしています。

②対象者

オレンジ協力員

③活動場所

お住まいの地域



地域包括支援センターや公園などに集合して、コースを確認します。

地域包括支援センターからのお知らせを手渡ししています。



一人暮らしの高齢者宅など、気になるお宅にお伺いし、地域包括支援センター専門職がお声かけします。



チラシを配りながら声をかけ、およそ1時間ほどパトロールしたら終了です。オレンジ協力員の活動スタンプが貰えます！

④問合せ先

参加をご希望の方は各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）までお問い合わせください。

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

認知症カフェ(オレンジ・カフェ)



①活動内容

○認知症カフェ（オレンジ・カフェ）は、認知症のご本人・ご家族・子どもから高齢者まで、地域の誰もが安心して参加できる場として、介護・医療の関係者を含めた多様な人たちが出会い、つながり、日常でも交流を広げ、集う人たちが互いに学び、支え合う関係を深めていけるよう、市内全域で開催されています。

○カフェでは、それぞれのカフェの特性を生かし、歌や体操、レクリエーション、創作、屋外での活動など、それぞれのカフェで工夫を凝らしながら地域でつながり、交流を楽しむ場が開かれています。

○地区社会福祉協議会、介護事業所、高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）等による主催のもと活動が行われています。

②参加者



○松戸市在住の方、在勤の方、子どもから高齢者までどなたでも

○認知症の当事者、介護者、家族等

○オレンジ協力員、高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）職員

③開催場所・日時・内容

松戸市認知症カフェ（オレンジ・カフェ）マップ または
松戸市認知症カフェ（オレンジ・カフェ）一覧表 参照

※現在、カフェの日程・場所・活動内容等を変更して実施している場合があります。事前にお問い合わせの上、ご参加ください。

④問合せ先

松戸市認知症カフェ（オレンジ・カフェ）マップ または一覧表 参照

松戸市 認知症カフェ MAP

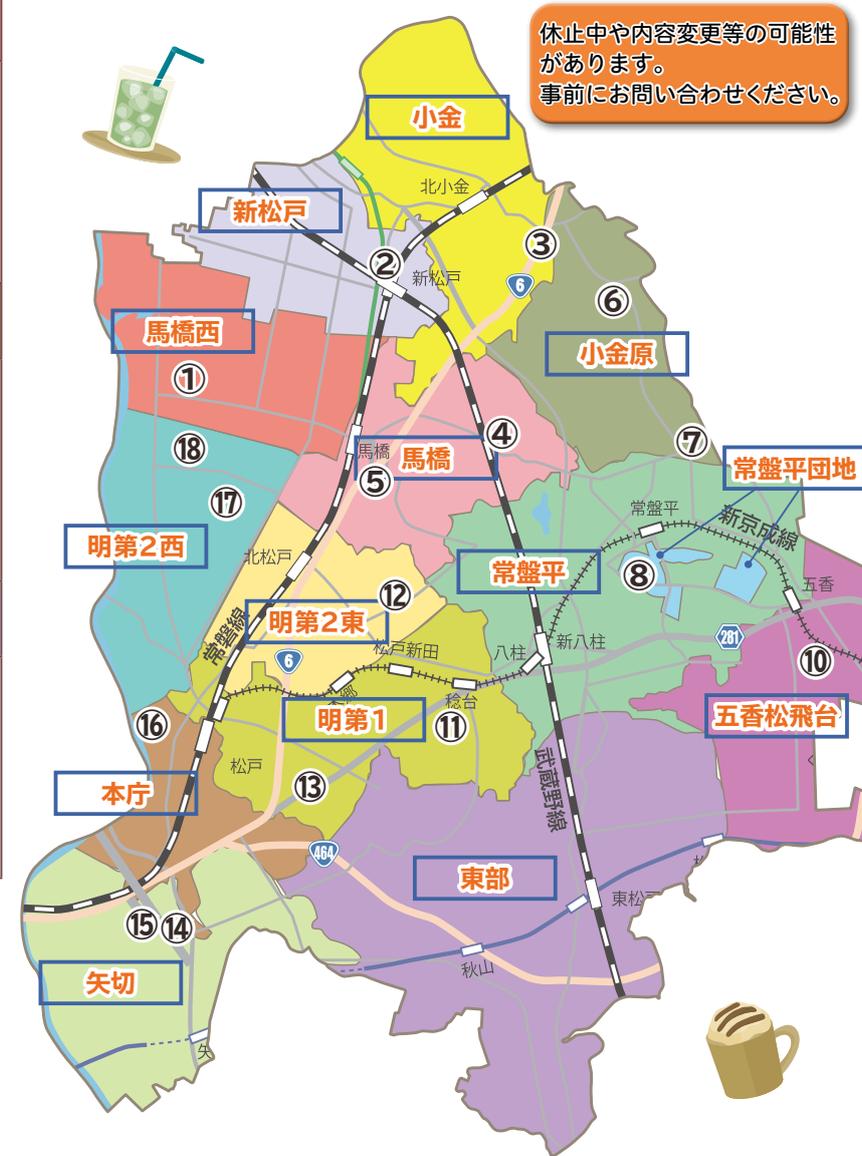
(オレンジ・カフェ) R5.8月

① カフェ・ド・来居所 (カフェ・どっこいしょ)	② 花モモカフェ	③ 街カフェ ～絆～	④ まいにちが日曜日
旭町 1-174 (シニア交流センター) 不定期開催 (お問い合わせください) お茶代 100円 ☎ 047-711-9430 (馬橋西高齢者いきいき安心センター)	新松戸 1-414 大清楚ビル1階 (新松戸高齢者いきいき安心センター) 近く 毎月第3木曜日 13:30～15:00 お茶代：無料 ☎ 047-346-2500 (新松戸高齢者いきいき安心センター)	久保平賀 241-8 (デイサービス絆) 第4日曜日 14:00～16:00 お茶代：100円 ☎ 047-343-8690 (小金地区社会福祉協議会)	八ヶ崎 3-78-3 毎週水曜日 13:00～15:00 お茶代：コーヒー1杯 250円 ☎ 047-374-5533 (馬橋高齢者いきいき安心センター)

⑤ くつろぎカフェ
馬橋 1854-3 (馬橋東市民センター) 第1月曜日および不定日 10:00～12:00 参加費：100円 ☎ 090-6563-6258(代表:石川)

⑦ 栗カフェ (栗カフェ・ガーデン)
栗ヶ沢 789-22 (小金原高齢者いきいき安心センター) 毎週水曜日 13:30～14:30 お茶代：無料 ☎ 047-383-3111 (小金原高齢者いきいき安心センター)

⑧ ゆうかり
常盤平 3-11-1 西友常盤平店 5階はれの日サロン 原則第3月曜日 13:30～15:00 お茶代：無料 ☎ 047-330-6150



⑥ ぬくもりカフェ
小金原 4丁目 38番地の6 (せらび小金原公園) 毎週水曜日 13:00～15:00 お茶代：無料 ☎ 047-330-4165 (せらび小金原公園)

⑨ カフェ・ド・オレンジ 松寿園
六高台 2丁目 19番地の2 第2火曜日 13:30～15:00 お茶代：無料 ☎ 047-386-6357 (六高台福祉会)

⑩ いきいき喫茶
五香西 2-35-8 斎藤ビル1階 (五香松飛台高齢者いきいき安心センター)隣 第4水曜日 14:00～15:00 お茶代：無料 ☎ 047-385-3957 (五香松飛台高齢者いきいき安心センター)

⑪ みのり台オレンジサロン
稔台 7丁目 1番地の5 稔台市民センター 第2金曜日 13:30～15:00 ※第3金曜になることもあります。 お茶代：無料 ☎ 047-700-5881 (明第1高齢者いきいき安心センター)

⑫ しゃべりば・カフェ
上本郷 2679 (風早会館) 毎週水曜日 13:00～16:00 参加費：200円 お茶代：100円 ☎ 047-382-6294 (明第2東高齢者いきいき安心センター)

⑬ ワカバカフェ
胡録台 358番地の9 (デイサービスワカバ胡録台) 奇数月第3土曜日 14:00～16:00 お茶代：無料 ☎ 047-365-3885 (デイサービスワカバ胡録台)

⑭ サロンわたし
上矢切 299-1 総合福祉会館2階 第1月曜日 ※祝日の場合は第2月曜 14:00～15:30 お茶代：無料 ☎ 047-710-6025 (矢切高齢者いきいき安心センター)

⑮ コミュニティカフェ 「えんがわ」
上矢切 293 (第2町会集会所) 不定期開催 13:30～15:30 お茶代：200円 ☎ 090-9848-8231 (代表：船木佳枝)

⑯ まつど暮らしの保健室 @オレンジカフェひなげし
松戸 2071-3(Gracias Matsudo) 1F 多目的スペース 第4火曜日※要確認 10:00～12:00 お茶代：200円 ☎ 080-1099-9447 (代表：松村)

⑰ ほっとカフェ
栄町 6-443-9 (デイサービスふらわーはうす) 木曜日(月1回) 11:30～15:00 お茶代：100円 ☎ 047-382-5707 (明第2西高齢者いきいき安心センター)

⑱ 珈琲 Café ぶらり
栄町西 3-1048-2 (笑顔のおうちクリニック松戸内) 第4土曜日 13:00～15:30 お茶代：100円 ☎ 047-703-1275 (特別養護老人ホーム秋桜)



松戸市認知症カフェ(オレンジ・カフェ)一覧

カフェ名称	住所・問合せ先・参加費用・開催日時	活動内容
⑧ゆうかり 	常盤平 3-11-1 西友常盤平店 5 階はれの 日サロン 047-330-6150 (常盤平高齢者いきいき安心センター) 無料 原則第 3 月曜日 13:30 ~ 15:00	誰でも参加が可能で、お話中心のテーブル、手芸中心のテーブルが用意されているので、好みに合わせて参加ができる。男女ともに楽しい時間を過ごしている。 平均参加人数：13 名
⑨カフェ・ド・オランジュ松寿園 	六高台 2 丁目 19 番地の 2 (特別養護老人ホーム松寿園) 047-386-6357 (六高台福祉会) 無料 第 2 火曜日 13:30 ~ 15:00	施設の 1 階で認知症の方や家族、地域の方など誰でも参加でき、集う場所として平成 28 年から開催。 専門職からの情報提供から始まり、脳トレやハーモニカの演奏に合わせて楽しく歌う。コーヒータ임にはお茶菓子が提供され、交流。 平均参加人数：20 名
⑩いきいき喫茶 	五香西 2-35-8 斎藤ビル 1 階 (五香松飛台高齢者いきいき安心センター隣) 047-385-3957 (五香松飛台高齢者いきいき安心センター) 無料 第 4 水曜日 14:00 ~ 15:00	H30.6 月にオープンしたカフェ。 少人数だから気兼ねなく落ち着いて話ができる場所。 お茶を飲みながら世間話をしたり、介護に関する相談ができる雰囲気がある。 平均参加人数：5 名
⑪みのり台オレンジサロン 	稔台 7 丁目 1 番地の 5 稔台市民センター 047-700-5881 (明第 1 高齢者いきいき安心センター) 無料 第 2 金曜日※第 3 金曜の場合もあり 13:30 ~ 15:00	お一人暮らしの方、認知症の方やその家族、地域の方など、どなたでもご参加いただける集いの場です。日ごろの悩み、情報交換、介護に関する事など、お話をしましょう。 平均参加人数：8 名
⑫しゃべりば・カフェ 	上本郷 2679 (風早会館) 047-382-6294 (明第 2 東高齢者いきいき安心センター) 参加費 200 円 毎週水曜日 13:00 ~ 16:00	地域交流カフェとして誰でも参加が可能。会館が休止期間中は、運動公園でのラジオ体操やウォーキングに変えて活動再開。 平均参加人数：20 名
⑬ワカバカフェ 	胡録台 358 番地の 9 (デイサービスワカバ胡録台) 047-365-3885 (デイサービスワカバ胡録台：畠山) 無料 奇数月第 3 土曜日 14:00 ~ 16:00	デイサービス内で開催している。認知症の方や家族、地域の方も参加が可能。介護についての勉強会や押し花など作品づくりをすることもある。介護相談ができる。 平均参加人数：10 名
⑭サロンわたし 	上矢切 299-1 総合福祉会館 2 階 047-710-6025 (矢切高齢者いきいき安心センター) お茶代 無料 第 1 月曜日(祝日の場合は第 2 月曜) 14:00 ~ 15:30	誰でも参加でき、地域住民の交流の場となっている。参加人数も多く、おしゃべりの他、口腔体操やキーボードに合わせて 5 ~ 7 曲ほど歌い、楽しく盛り上がっている。 平均参加人数：25 名

カフェ名称	住所・問合せ先・参加費用・開催日時	活動内容
⑮コミュニティカフェ「えんがわ」 	上矢切 293 (第2町会集会所) 090-9848-8231 (代表: 船木佳枝) お茶代 200円 不定期開催 13:30 ~ 15:30	地域住民に限らず、どなたでも参加可能。ご縁を結び会える交流の場で、その時の最新情報をPC・プロジェクター使用で取り入れ、年齢を問わず気軽に参加出来る様に参加者の希望を入れながら、元気に楽しんでいる。
⑯まつど暮らしの保健室 @オレンジカフェひなげし 	松戸 2071-3 (Gracias Matsudo 1F 多目的スペース) 080-1099-9447 (まつど暮らしの保健室代表 松村) お茶代 200円 第4火曜日※要確認 10:00 ~ 12:00	認知症の方やそのご家族、地域住民など子どもから大人まで誰でも集え、気軽に参加できる多世代が繋がる地域の居場所で・一人ひとりが自由に過ごせ、やりたい事を叶える場 ・リラックスでき、交流を深める場 ・他愛ないおしゃべりを楽しむだけでなく、介護にまつわる相談などでもできる場 平均参加者: 10名
⑰ほっとカフェ 	栄町 6-443-9 (デイサービスふらわーはうす) 047-382-5707 (明第2西高齢者いきいき安心センター) お茶代 100円 木曜日(月1回) 11:30 ~ 15:00	H30.6月にオープン。認知症の方やご家族、地域の方もふらっと気兼ねなく参加できる。オカリナ演奏を聴いたり、歌を歌ったり、普段とは少し違った時間を過ごせるカフェを目指す。 平均参加人数: 30名
⑱珈琲 Café ぶらり 	栄町西 3-1048-2 (笑顔のおうちクリニック松戸内) 047-703-1275 (特別養護老人ホーム秋桜) お茶代 100円 第4土曜日 13:00 ~ 15:30	のんびり、ぶらりと誰でも立ち寄ることができるカフェ。おしゃべりOK、読書OK、勉強OK、居眠りOK そんな集いの場。毎月イベント開催中(イベントへの参加費は別途)。 “ぶらり”と遊びにきてほしい。 平均参加人数: 25名

現在、休止や内容を変更している場合があります。
 事前にお問い合わせください。



認知症予防教室



①事業の内容



事業開始：平成 22 年

認知症について正しく理解し、認知症の発症遅延としての予防に必要な知識を得ることができるよう、運動および知的活動等を行います。教室を終えた後も認知症予防となる活動を継続できるように、セルフケアの実践や仲間づくりなどの交流も目指し、各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）において、地域の特性に合わせた内容で教室を開催しています。オレンジ協力員の皆さんに受付、会場設営など教室運営のサポートに入ってもらうこともあります。

②対象者

市内在住のおおむね 65 歳以上の方



③活動場所

各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）会議室、市民センター等
開催日程・内容については、広報まつどをご覧ください。



④問合せ先

**各高齢者いきいき安心センター
（地域包括支援センター）へお問い合わせください。**

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

様々な普及啓発の取り組み



松戸市では、「認知症を予防できる街♡まつど」「認知症になっても安心して暮らせる街♡まつど」を目指し、認知症に関する様々な取り組みを実施しています。

認知症を正しく理解し、認知症の発症遅延のためのセルフケアが行えることや認知症になっても希望をもってその人らしく生活できる地域づくり、そのための知識や情報の発信と周知活動をしています。

①主な取り組み・イベント等

- 市民向け認知症講演会
- 松戸市役所連絡通路でのイベント
- 松戸まつりでのブース設置 など

市役所連絡通路パネル掲示▶

認知症の相談窓口やサービス等を周知



松戸まつり

認知症の普及啓発ブースを出展
簡易チェックやゲームやクイズを実施



市内書店とのコラボ

民間事業者との協働による認知症の
周知・啓発を実施

②問合せ先

高齢者支援課 047-366-7346

松戸市いきいきメール



①事業の内容

事業開始：平成30年10月

高齢者の方とご家族を対象にした日常生活の健康・予防に関する情報や、松戸市あんしん一声運動参加者の方を対象とした情報（研修会のご案内・あんしん一声運動に関するご案内・行方不明高齢者に関する情報等）が届きます。

②対象者

市内在住の高齢者、及びそのご家族
松戸市あんしん一声運動の参加者

③活動場所

いきいきメールの登録は下記のメールアドレス
またはQRコードからできます。

【登録用メールアドレス➡ **t-ikiiki-matsudo@sg-m.jp**】

※上記のアドレスに空メールを送信すると、登録手順のメールが届きます。

【QRコードはこちら】



④問合せ先

高齢者支援課 047-366-7346

認知症簡易チェックサイトをご利用ください



①事業の内容

事業開始：平成27年5月

認知症簡易チェックサイトでは気軽にセルフチェックができ、その場で結果に基づき市内の相談窓口が表示されるシステムで、認知症等の早期発見や相談に繋げてもらうことを目的としております。

ご家族やご友人と、ぜひご利用ください。

※このシステムの判定は、医学的診断をするものではありません。

②対象者

パソコン、スマートフォン等でどなたでもご参加いただけます。

③費用

無料 ※通信料は自己負担になります。

④参加方法

下記 URL または、QR コードを読み取ってご参加ください。

【URL → <https://fishbowlindex.net/matsudon/>】

【QR コードはこちら】



⑤問合せ先

高齢者支援課 047-366-7346

松戸市版認知症ガイドブック(ケアパス)



事業開始：平成27年

①事業の内容

松戸市版認知症ガイドブック(ケアパス)は、認知症の人やその家族が地域で安心して生活することができるようにするため、認知症の予防から進行状態に応じた生活上のポイントや利用できるサービス、相談先等を示したものです。

松戸市版認知症ガイドブック(ケアパス)には市民の方向けの『概要版』と、専門職や支援活動を行う方向けにより詳しい情報等を掲載している『詳細版』、認知症についての相談窓口が一覧になっている『マップ版』があります。

松戸市役所高齢者支援課、または各支所、お住まいの地域の高齢者いきいき安心センター(地域包括支援センター)にて配布しています。



<概要版>



<詳細版>



<相談窓口マップ版>

②対象者

松戸市在住、在勤の方

③問合せ先

高齢者支援課 ☎ 047-366-7346
各高齢者いきいき安心センター(地域包括支援センター)

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

介護者のつどい



①事業の内容

事業開始：平成29年

認知症の症状がある人の介護者をはじめ、寝たきりや病弱な人の介護者などを対象として、自宅での介護体験や日頃感じていることなどを共有し、情報交換を行っています。「介護者同士で気持ちを分かち合う」ことや「専門職に相談できる場」になっていますので、一人で抱え込まずに、ぜひ一度ご参加ください。

②対象者

認知症の症状がある人の介護者をはじめ、寝たきりや病弱な人の介護者

③開催場所

各地域の市民センター等



◀開催日程等については
こちらから確認できます

④問合せ先

**各高齢者いきいき安心センター
(地域包括支援センター) へお問い合わせください。**

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

「松戸のつどい」公益社団法人 認知症の人と家族の会主催

認知症の人を介護する家族の交流と相談の場です。認知症の介護経験者による「認知症の人と家族の会 千葉県支部」の相談員が主催しています。

「介護のストレスが溜まって、どうしたらよいかわからない」「話を聴いてほしい」といった声や介護者ご本人の悩みの他、医療機関へのかかり方、サービス等の利用の仕方等についても相談したり、情報交換することができます。

開催日時：隔月第4金曜日（午後1時～3時）

場 所：総合福祉会館2階 など

問い合わせ・申し込み：ちば認知症相談コールセンター

☎ 043-238-7731（月・火・木・土の午前10時～午後4時）

2. 認知症の早期発見のための支援

まつど認知症予防プロジェクト



事業開始：平成28年10月

①事業の内容

まつど認知症予防プロジェクトは認知症状が軽度の段階では、早期に適切な対応に繋がることで認知症状を改善できる可能性が高まると期待されていることから、生活習慣やセルフケア（自分でできる対策）の方法、サービスの利用や診療の必要性などについて専門職と一緒に考え、無料でサポートします。

初回



- ①認知機能のチェック
- ②結果に応じてセルフケアの目標、介護サービスの利用、受診について一緒に考えます。

3ヶ月後



- ①認知機能のチェック
- ②セルフケアの目標や取り組み内容について見直します。

6ヶ月後



- ①認知機能のチェック
- ②セルフケア、介護サービス利用、受診状況を確認し、振り返ります。
- ③引き続き自立した生活が送れるよう、アドバイスを受けます。

1年毎



以後1年毎に認知機能のチェック、振り返り等を行っていきます。

②対象者

認知症の診断を受けていない65歳以上の高齢者が対象です。介護認定の有無は問いません。

③活動場所

各実施機関（市ホームページ掲載予定）

※実施機関へ行くのが難しい方は、専門職がご自宅まで伺います。

物忘れが気になる方は、ぜひご連絡ください



④問合せ先

相談をご希望の方は

高齢者支援課 ☎ 047-366-7346

各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）までお問い合わせください。

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

ご興味のある方は次ページの基本チェックリストで状態をチェックしてみましょう。

チェックが入った方は訪問型・通所型サービスが該当する可能性があります。

通所型サービスには、認知機能向上のコースを組み合わせるものもあります。

また、**チェックの入らない方**も介護予防教室、認知症予防教室、まつど認知症予防プロジェクトなどが受けられます。

お住まいの地域の高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）にご相談ください。

物忘れが気になる方は、ぜひご連絡ください。



基本チェックリスト

No	質問項目	回答 (いずれかに○をお付けください)		
1	バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ	運動
2	日用品の買い物をしていますか	0. はい	1. いいえ	
3	預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ	
4	友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ	
5	家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ	
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ	
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ちあがっていますか	0. はい	1. いいえ	
8	15分くらい続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ	
9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ	
11	6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	0. いいえ	栄養
12	身長 cm 体重 kg (BMI=) (注)			
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ	口腔
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	0. いいえ	
15	口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ	
16	週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ	閉じこもり
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ	
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるといわれますか	1. はい	0. いいえ	認知
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ	
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい	0. いいえ	
21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ	うつ
22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	0. いいえ	
23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1. はい	0. いいえ	
24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	0. いいえ	
25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ	

(注) BMI (= 体重 (kg) ÷ 身長 (m) 身長 (m)) が 18.5 未満の場合に該当とする。

該当している項目にチェックしてみましょう

<input checked="" type="checkbox"/>	1～20までの20項目のうち10項目以上に該当	複数の項目が低下	チェックがついた方: 通所型・訪問型サービスに該当する可能性があります。
<input checked="" type="checkbox"/>	6～10までの5項目のうち3項目以上に該当	運動機能の低下	
<input checked="" type="checkbox"/>	11～12までの2項目すべてに該当	低栄養状態	チェックがつかない方: 介護予防教室・認知症予防教室・まつど認知症予防プロジェクトなどが受けられます。
<input checked="" type="checkbox"/>	13～15までの3項目のうち2項目以上に該当	口腔機能の低下	
<input checked="" type="checkbox"/>	16～17までの2項目のうち16に該当	閉じこもり	
<input checked="" type="checkbox"/>	18～20までの3項目のうち1項目以上に該当	認知機能の低下	
<input checked="" type="checkbox"/>	21～25までの5項目のうち2項目以上に該当	うつ病の可能性	

**各高齢者いきいき安心センター
(地域包括支援センター) へお問い合わせください。**

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26 をご参照ください。

認知症初期集中支援チーム (オレンジサポートチーム※松戸市の愛称)



事業開始：平成27年9月

①事業の内容

認知症初期集中支援チーム（オレンジサポートチーム）とは、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けられるために、認知症の方、またはその疑いのある方及びその家族をチーム員が訪問し、適切な支援機関に結びつけるなど、初期の支援を集中的（おおむね6ヶ月）に行うチームです。構成メンバーは医師・保健師・社会福祉士・理学療法士などの専門職となります。

②対象者

支援対象者は、原則として、**40歳以上で、在宅で生活しており、かつ認知症が疑われる人又は認知症の人で以下のア、イのいずれかの基準に該当する者**とします。

ア. 医療サービス、介護サービスを受けていない者、または中断している者で以下のいずれかに該当する者

- ①認知症疾患の臨床診断を受けていない者
- ②継続的な医療サービスを受けていない者
- ③適切な介護サービスに結び付いていない者
- ④介護サービスが中断している者



イ. 医療サービス、介護サービスを受けているが認知症の行動・心理症状が顕著なため、対応に苦慮している者

厚労省老健局「地域支援事業実施要綱」抜粋

③問合せ先

相談をご希望の方は各高齢者いきいき安心センター
(地域包括支援センター)までお問い合わせください。

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

3. 認知症などで道に迷ってしまう 高齢者やその家族に対する支援

高齢者の見守りシール(どこシル伝言板)



①事業の内容

事業開始：平成29年7月

松戸市では、認知症などによって徘徊行動があり行方不明になってしまった高齢者の安全を確保すること、またご家族や介護をする方の負担を軽減することを目的に、見守りシールを支給しています。

見守りシールとは、スマートフォンや携帯電話などで読み取ることのできるQRコードが印字されたシールで、高齢者の衣服や、かばんなどの持ち物に貼って使用します。行方不明になっている高齢者が身に着けている見守りシールを発見者が読み取ると、インターネット上でやり取りができる「どこシル伝言板」に繋がり、同時にご家族に、見守りシールが読み取られたことを知らせるメールが送られます。

その後、伝言板でのやり取りを通じて、高齢者をご家族にお引き渡しする流れとなります。

※本人やご家族、発見者の個人情報漏洩することはありません。

②対象者

- (1) 認知症などによって行方不明となり、防災行政用無線により探索されたことがある高齢者
- (2) 道に迷った、家が分からなくなってしまうなどの理由により、警察に連絡または保護されたことがある高齢者
- (3) 上記(1)または(2)に準ずると認められる高齢者

※介護施設(グループホームを含む)に入居している方は支給の対象にはなりません。

③費用

見守りシール50枚セット
(耐洗ラベル40枚、蓄光シール10枚)を
1人1回限り無料で配布します。



④問合せ先

高齢者支援課 ☎ 047-366-7346

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。

徘徊高齢者等探索サービス 利用者助成制度



①事業の内容

事業開始：平成13年6月

認知症などの高齢者等が外出の際にGPS端末機を身に着け、万が一一方不明となった際には、ご家族など介護されている方が自身のスマートフォン等や探索センターにて24時間探索できるように、利用者が直接業者と契約し、GPS端末使用費用についての一部を松戸市が助成する制度です。

小型のGPS端末機をそのまま持ち歩くタイプと靴に埋め込むタイプがあります。また、日常生活賠償補償が無償付帯されるプランもあり、ご自身にあったものを選べます。
※日常生活賠償補償…利用者が他人のものを壊したりして法律上の損害賠償責任を負った場合に備える保険です。保険金のお支払いには保険会社の定める条件があります。

②助成対象者

※下記の(1)または(2)に該当する方の在宅介護者(松戸市在住)で、市の指定する事業者とGPS端末使用に関する契約をされる方

- (1) 松戸市在住で、介護保険の要介護認定を受けている、認知症による徘徊行動のある方
- (2) 松戸市在住で、初老期の認知症・外傷性疾患等を原因とする40歳以上の徘徊行動のある方

③助成金額

助成金対象費用に助成割合を乗じて出た金額と、上限額を比較して、低い金額を助成金とします。

<u>契約初期費用</u>	【市民税課税世帯】	45%助成 (助成上限 2,500円)
	【市民税非課税世帯】	90%助成 (助成上限 5,000円)
<u>月額費用</u>	【市民税課税世帯】	45%助成 (助成上限 1,000円)
	【市民税非課税世帯】	90%助成 (助成上限 2,000円)

④問合せ先

高齢者支援課 ☎ 047-366-7346

防災行政用無線を使った高齢者の搜索



①事業の内容

65歳以上で認知症による行方不明高齢者を防災無線を使い搜索します。また、早期発見を促すことで、認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活できるまちづくりを目指します。

②対象者

65歳以上で認知症による行方不明高齢者に係る届出を警察が受理したもののうち、届出人が防災行政用無線による放送を希望した人。

また、希望者には放送と同じ内容を松戸市安全・安心メール及び松戸市いきいきメールにて案内します。(メールの配信については、P.14をご参照ください。)

③場所

市内に設置した防災行政無線子局で放送を聞くことができます。

また、放送がよく聞こえなかった場合はフリーダイヤルで放送内容を確認することができます。

④問合せ先

【行方不明者搜索及び発見時の通報】

- ・松戸警察署（生活安全課） ☎ 047-369-0110
- ・松戸東警察署（生活安全課） ☎ 047-349-0110

【行方不明高齢者にかかる防災行政用無線について】

松戸市（高齢者支援課） ☎ 047-366-7346

【放送された内容をもう一度聞きたいとき】

防災行政用無線 フリーダイヤル ☎ 0800-800-9366

お住まいの高齢者いきいき安心センターは、P.25-26をご参照ください。



高齢者いきいき安心センター (地域包括支援センター) 担当地域一覧



高齢者いきいき安心センターは高齢者の総合窓口です。お気軽にご相談ください。

	包括名	所在地	担当地域	連絡先
1	明第1 高齢者いきいき安心センター	稔台7の13の2 第3山田マンション101-A	根本・吉井町・小根本・緑ヶ丘1～2丁目・松戸新田・仲井町1～3丁目・稔台・稔台1～8丁目・岩瀬・野菊野・胡録台	☎ 700-5881 FAX 700-5567
2	明第2 西高齢者いきいき安心センター	栄町西3の991の15	栄町1～8丁目・栄町西1～5丁目・樋野口・古ヶ崎・古ヶ崎1～4丁目	☎ 382-5707 FAX 382-5727
3	明第2 東高齢者いきいき安心センター	上本郷3196 パインツリーコート1階	上本郷・北松戸1～3丁目・竹ヶ花・竹ヶ花西町・南花島・南花島1～4丁目・南花島中町・南花島向町	☎ 382-6294 FAX 312-4882
4	本庁高齢者いきいき安心センター	松戸1292の1 シティハイツ1階	本町・松戸・小山・二十世紀が丘美野里町	☎ 363-6823 FAX 710-7198
5	矢切高齢者いきいき安心センター	上矢切299の1 総合福祉会館内	上矢切・中矢切・下矢切・三矢小台1～5丁目・二十世紀が丘柿の木町・二十世紀が丘萩町・大橋〔旧有料道路(県道松戸・原木線西側)・栗山	☎ 710-6025 FAX 710-6027
6	東部高齢者いきいき安心センター	紙敷1186の8 第二南花園内	河原塚・田中新田・紙敷・紙敷1～3丁目・東松戸1～4丁目・秋山・秋山1～3丁目・高塚新田・和名ヶ谷・大橋〔旧有料道路(県道松戸・原木線)東側〕・二十世紀が丘丸山町・二十世紀が丘中松町・二十世紀が丘戸山町・二十世紀が丘梨元町	☎ 330-8866 FAX 330-8867
7	常盤平高齢者いきいき安心センター	常盤平3の11の1 西友常盤平店5階	金ヶ作・千駄堀・常盤平1～7丁目〔常盤平団地の担当地域を除く〕・常盤平双葉町・常盤平西窪町・常盤平陣屋前・常盤平柳町・牧の原・牧の原1～2丁目・日暮・日暮1～8丁目・常盤平松葉町	☎ 330-6150 FAX 330-6260
8	常盤平団地高齢者いきいき安心センター	常盤平2の24の2 第C号棟5号室	常盤平1丁目のうち駅上市街地住宅・常盤平2丁目のうち1街区・常盤平3丁目のうち3街区・中央市街地住宅・駅前市街地住宅・セントラルハイッ・常盤平4丁目のうちE街区・常盤平7丁目のうち2街区・けやき通り住宅	☎ 382-6535 FAX 382-6536

高齢者いきいき安心センター (地域包括支援センター) 担当地域一覧



高齢者いきいき安心センターは高齢者の総合相談窓口です。

相談内容：介護に関する相談、認知症に関する相談、高齢者虐待、権利擁護、成年後見制度に関する相談、その他福祉に関する相談など、お気軽にご相談ください。

9	五香松飛台高齢者いきいき安心センター	五香西2の35の8 齊藤ビル1階	串崎南町・串崎新田・松飛台・五香1～8丁目・五香西1～6丁目・五香南1～3丁目・五香六実	☎ 385-3957 FAX 385-3958
10	六実六高台高齢者いきいき安心センター	六高台2の6の5 リバティベル1階	高柳・高柳新田・六実1～7丁目・六高台1～9丁目・六高台西	☎ 383-0100 FAX 383-2288
11	小金高齢者いきいき安心センター	小金3高橋ビル4階	幸田・幸田1～5丁目・中金杉1～5丁目・平賀・東平賀・殿平賀・久保平賀・大金平1～5丁目・大谷口・小金・小金きよしヶ丘1～5丁目・小金上総町・小金清志町1～3丁目・ニツ木・ニツ木二葉町・根木内(国道6号西側)	☎ 374-5221 FAX 349-0560
12	小金原高齢者いきいき安心センター	栗ヶ沢789の22	根木内(国道6号東側)・小金原1～9丁目・栗ヶ沢・八ヶ崎1丁目・小金1700番台	☎ 383-3111 FAX 385-3071
13	新松戸高齢者いきいき安心センター	新松戸1の414 大清堂ビル1階	横須賀1～2丁目・新松戸1～7丁目・新松戸東・新松戸北1～2丁目・小金1100～1300番台	☎ 346-2500 FAX 346-2514
14	馬橋西高齢者いきいき安心センター	西馬橋広手町40の1 秀栄ビル101	旭町1～4丁目・外河原・七右衛門新田・主水新田・新松戸南1～3丁目・西馬橋1～5丁目・西馬橋相川町・西馬橋蔵元町・西馬橋幸町・西馬橋広手町・馬橋(JR線西側)	☎ 711-9430 FAX 711-9433
15	馬橋高齢者いきいき安心センター	中和倉130第1コーポンダ1階	馬橋(JR線東側)・三ヶ月・幸谷・八ヶ崎・八ヶ崎緑町・八ヶ崎2～8丁目・中根・新作・中根長津町・中和倉	☎ 374-5533 FAX 374-5501

相談窓口一覧



認知症地域支援推進員

※各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）に配置

認知症の人やその家族を支援する相談業務等、また医療機関や介護サービス及び地域の支援機関の間の連携を図るための支援を行います。認知症の専門知識を有する保健師、主任介護支援専門員、社会福祉士などの専門職からなります。

☎各高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）まで

かかりつけ医・千葉県認知症サポート医

右記の QR コードから、千葉県ホームページをご覧ください。▶▶▶



松戸認知症コーディネーターの会

認知症に関する知識を有する医療、介護、福祉などの専門職からなり、認知症の人やその介護・支援のあり方を理解しています。関係機関と連携して、認知症の人とその家族、および認知症の人の支援に関わる専門職に対し相談支援を行います。

同事務局（旭神経内科リハビリテーション病院内）☎ 047-385-5566

福祉まるごと相談窓口（松戸市地域包括ケア推進課）

福祉に関する困りごと（ダブルケアの相談、サービスや制度を知りたい、どこに相談してよいかわからない等）の相談窓口です。専門職と一緒に考え、必要なサービスをご紹介したり、担当課におつなぎします。

☎ 047-366-1100 月～金曜日 8時30分～16時半（土・日曜日、祝日、年末年始除く）

認知症疾患医療センター（千葉県指定）

認知症の人とその家族が住み慣れた地域で安心して暮らせるための支援機関として、認知症疾患に関する鑑別診断、周辺症状と身体合併症に対する急性期治療、専門医療相談等を実施しています。

（医）弥生会旭神経内科リハビリテーション病院

〒270-0022 松戸市栗ヶ沢 789-1 医療相談☎ 047-330-6515

（月～土曜日）9時～17時（祝日・年末年始は除く）

（医）天宣会 北柏リハビリ総合病院

〒277-0004 柏市柏下 265 医療相談☎ 04-7110-6611

（月～土曜日）9時～16時（祝日・年末年始は除く）

ちば認知症相談コールセンター

認知症の人の家族を支えるための相談を受け付けています。一人で悩んでいる方、誰かに話を聞いて欲しい方など、認知症介護の経験者等が電話相談を受けています。

☎ 043-238-7731 県内の固定電話（プッシュ回線）からは局番なしの #7100

電話相談日（月・火・木・土）面接相談日（金：予約制）相談時間 10時～16時

千葉県若年性認知症専用相談窓口

☎ 043-226-2601 月・水・金曜日 9時～15時（年末年始・祝日を除く）

若年性認知症コールセンター

若年性認知症の無料電話相談です。愛知県にある認知症介護研究・研修大府センター（福）仁至会に設置されています。

☎ 0800-100-2707 月～土曜日 10時～15時（年末年始・祝日除く）

認知症の人と家族の会

認知症の人と家族を支えるために活動している全国組織です。

介護者同士が少人数で何でも話し合え、仲間と交流できる「つどい」や、情報提供としての会報を発行しています。

（公社）認知症の人と家族の会千葉県支部

☎ 043-204-8228 月・火・木曜日 13時～16時

オレンジ声かけ隊長
ゆーかりくんの
☆認知症豆知識☆

認知症のシンボルカラーは**オレンジ**だよ！

これは江戸時代の陶工／酒井田柿右衛門が柿の実から発想を得て作った赤絵磁器が世界的な名声を得たことに倣って、日本発のオレンジリングが認知症サポーターの証として、世界に認められれば、との思いからだそう。

温かさを感じるこの色は「手助けします」との意味を持つともいわれているよ！

また、国際アルツハイマー病協会（ADI）と世界保健機関（WHO）は共同で、**毎年9月21日**を「**世界アルツハイマーデー**」と制定し、**9月**を「**世界アルツハイマー月間**」と定め、世界中で普及啓発活動が行われているよ！また日本でも2023年に認知症基本法が成立し、9月を「**認知症月間**」、9月21日が「**認知症の日**」と定められたよ！そして松戸市でも様々な取り組みを行っているよ！

