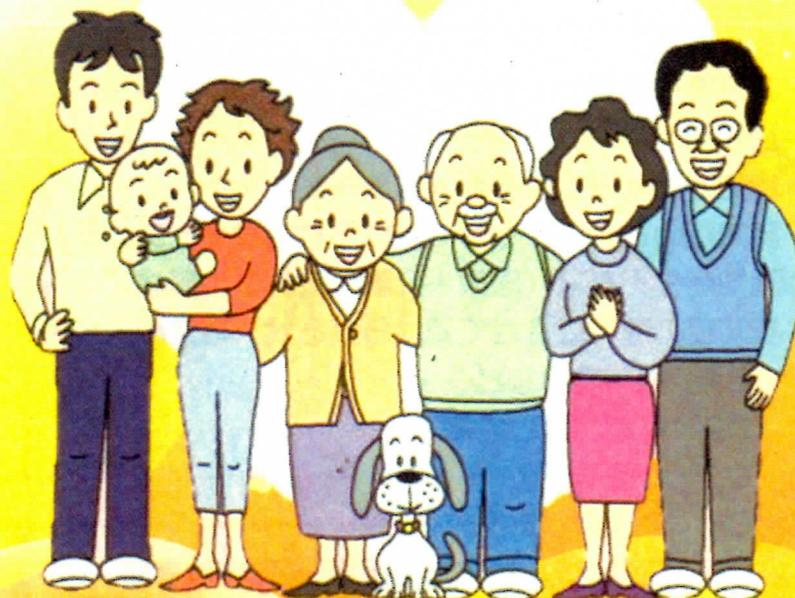


知る・支える・ともに生きる

四日市市

認知症

安心ガイドブック



四日市市 介護・高齢福祉課

平成27年8月

厚生労働省の調査によれば、2012（平成24）年のわが国の認知症の人の数は約462万人で、65歳以上高齢者の約7人に1人と推計されています。高齢化の進行とともに、その数は更に増加し、2025（平成37）年には約700万人、割合も65歳以上高齢者の5人に1人に達すると見込まれています。このように、誰もが認知症になったり、家族として介護したりする可能性が高まる中、認知症の人やご家族が、できるだけ住み慣れた地域で安心して暮らせるようにすることが必要になっています。

そのためには、医療、介護、福祉の各サービスを充実するとともに、認知症の症状の進行に合わせ、いつ、どこで、どのようなサービスが受けられるのかという**ケアの道すじ**＝「**認知症ケアパス**」を、認知症の人やご家族にあらかじめお示しし、できるだけスムーズに支援を受けられるようにすることが大切になります。

今回、四日市市版「認知症ケアパス」として、認知症の状態に応じた当市の様々なサービスや地域の情報をまとめた「**四日市市認知症安心ガイドブック**」を作成しました。このガイドブックが、認知症の人やご家族が、地域で安心して暮らし続けるための一助となることを願っています。

目次

四日市市認知症安心ガイドブックについて	1 ページ
認知症とは	2 ページ
認知症の経過と家族の対応シート	3 ページ
認知症の進行に合わせて受けられるサービスの例	4 ページ
認知症ケアパス（医療・介護の流れ）の概念図	5 ページ
認知症の進行に合わせて受けられるサービスの内容	6 ページ
01 相談窓口など	6 ページ
02 早期診断と治療	7 ページ
03 介護予防	11 ページ
04 つながり支援	11 ページ
05 認知症の方への安否確認・見守り事業	13 ページ
06 生活支援	13 ページ
07 権利を守る	14 ページ
08 介護保険サービス	15 ページ
09 介護保険外施設	15 ページ

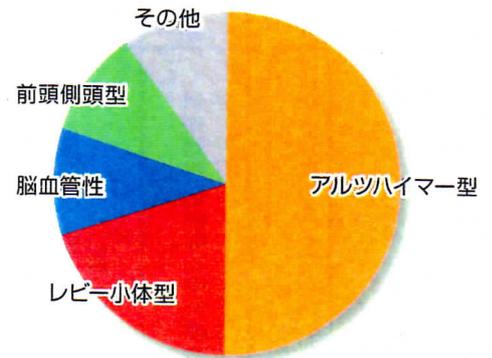
老化による **物忘れ** と **認知** 症 のちがい

老化による物忘れ	認知症
体験の一部を忘れる 例) 食事の内容を忘れる 記憶障害のみがみられる	体験の全体を忘れる 例) 食べたことを忘れる 記憶障害に加えて判断の障害や実行機能障害がある 例) 電気製品の使い方が分からない
物忘れを自覚している	物忘れの自覚に乏しい
探し物も努力して見つけようとする	探し物も誰かが盗ったということがある
見当識(時・場所・人を認識すること) 障害はみられない	見当識障害がみられる
作話はみられない	しばしば作話がみられる
日常生活に支障はない	日常生活に支障をきたす
徐々にしか進行しない	進行性である

東京都高齢者施策推進室「かかりつけ医のための手引き」1999年より引用

認知 症の原因となる脳の病気

- アルツハイマー型認知症 5～6割**
 原因不明。脳の神経細胞のなかに異質なタンパク質がたまり、脳の神経細胞が徐々に壊れていく進行性の病気。
 主な症状：記憶障害、ものとり忘れ妄想
- レビー小体型認知症 2割**
 原因不明。脳の中にレビー小体という異質な物質がたまることによりおこる進行性の病気。
 主な症状：症状が1日で変動する。幻視がある。パーキンソン症状(身体の動きがぎこちなくなる。手が震える)
- 脳血管性認知症 1～2割**
 脳梗塞や脳出血のために脳の神経細胞に栄養や酸素がいきわたらなくなることで、その部分の脳の神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れてしまう病気。
 主な症状：抑うつ状態、失認、失行、失語、手足の麻痺、感情障害など。
- 前頭側頭型認知症**
 ピック球など異質なタンパク質がたまる等して、脳の中の前頭葉と側頭葉の神経細胞が少しずつ壊れていく病気。
 主な症状：記憶や見当識(時間や今いる場所の認識)は保たれる。暴力的になるなどの性格の変化。同じ行動を繰り返す。
- その他**
 正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、脳腫瘍、甲状腺機能障害があり、治る場合もあります。



早期診断・治療により、症状を軽減し、進行を抑えられる場合があります。本人や周囲の人が“あれ？”と感じた時は早期の受診が大切です。

四日市市版 認知症の経過と家族の対応シート



こんなときどうするの？

物忘れがあるが、金銭感覚や買物、書類作成などを含め、日常生活は自立している

買物や事務、金銭管理にミスが見られるが、日常生活はほぼ自立している

服薬管理ができない、電話の対応や訪問者の対応が一人では難しい

着替えや食事、トイレなどがうまくできない

ほぼ寝たきりで意志の疎通が困難である

認知症の進行状況	認知症の疑い	認知症を有するが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
本人のようす	<ul style="list-style-type: none"> ○物忘れの自覚がある ○「あれ」「それ」などの代名詞が多く出てくる ○何かヒントがあれば思い出せる 	<ul style="list-style-type: none"> ○同じことを何度も聞く ○置いた場所がわからず、探し回る ○約束したことを忘れる 	<ul style="list-style-type: none"> ○季節に応じた服を選べない ○外出先から家に戻れない ○トイレの場所を間違えて排泄する ○食べ物をあるだけ食べてしまう 	<ul style="list-style-type: none"> ○歩行が不安定になる ○着替えの動作ができない ○表情が乏しい 	<ul style="list-style-type: none"> ○言葉が減る ○口から飲食物が入らない ○寝たきり状態になっていく
	<ul style="list-style-type: none"> ○「物を盗られた」と言う ○買い物の際、小銭の払い方がわからない ○同時に複数のことを処理できない ○気持ちを言葉でうまく伝えられない ○失敗を指摘すると怒りだすことがある 	<ul style="list-style-type: none"> ○家族の顔がわからなくなる ○尿意や便意を感じにくくなる ○飲み込みが悪くなる ○食事に介助が必要になる 			
対応のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症予防のための生活に心がける 	<ul style="list-style-type: none"> ●置き場所や段取りを貼り紙にしておく ●ゆっくり、短い言葉で話しかける ●時間の見当がつく工夫をする (例えば…朝夕のあいさつをする、デジタル時計や季節感のあるカレンダーを使用する) 	<ul style="list-style-type: none"> ●無理に説得しても本人は理解できないので、まず本人の気持ちを受け止め、一緒に行動してみる 	<ul style="list-style-type: none"> ●体調が変化しやすいので、身体管理に留意する (水分・食事摂取の状況、便秘・下痢の有無、発熱の有無) ●体調の変化があれば早めに主治医に相談する 	
		<ul style="list-style-type: none"> ●本人の昔のできごとや思い出に触れてみる(本人のその時の気持ちがよみがえり、今の不安が軽減されることもある) 	<ul style="list-style-type: none"> ●生活の中で役割を持ってもらう ●本人の長年の知恵や経験をもとに、できることが残っていることを理解する 	<ul style="list-style-type: none"> ●言葉がうまく出ず、家族の声かけに十分な理解ができないため、手を握ったり背中をさすったりするなどして安心させる 	
ご家族へ	<ul style="list-style-type: none"> ◎認知症の予防について情報を得る ◎地域の集いに参加する(家族の会など) 	<p>間違った対応や介護は本人の症状を悪化させる原因にもなります</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎認知症を正しく理解する ◎近くの身内や近隣住民に、本人が認知症であることを話して理解してもらうようにはたらきかける 	<p>服薬管理等、家族の負担が重くなってきます</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎必要な介護保険サービスを利用する(介護サービス事業所の職員の支援とアドバイスをもらうことで、家族の負担軽減をはかり、休息時間を取ることができる) ◎同じ立場の人の集まりに参加し、情報交換をするなどして、お互いに助け合う 		
				<ul style="list-style-type: none"> ◎認知症が進行して、終末期に近くなった状態を考えておく ◎医療(延命措置、栄養補給など)と介護(どこで看取りをするかなど)の方向性を本人の視点に立って主治医や支援者と相談しておく 	

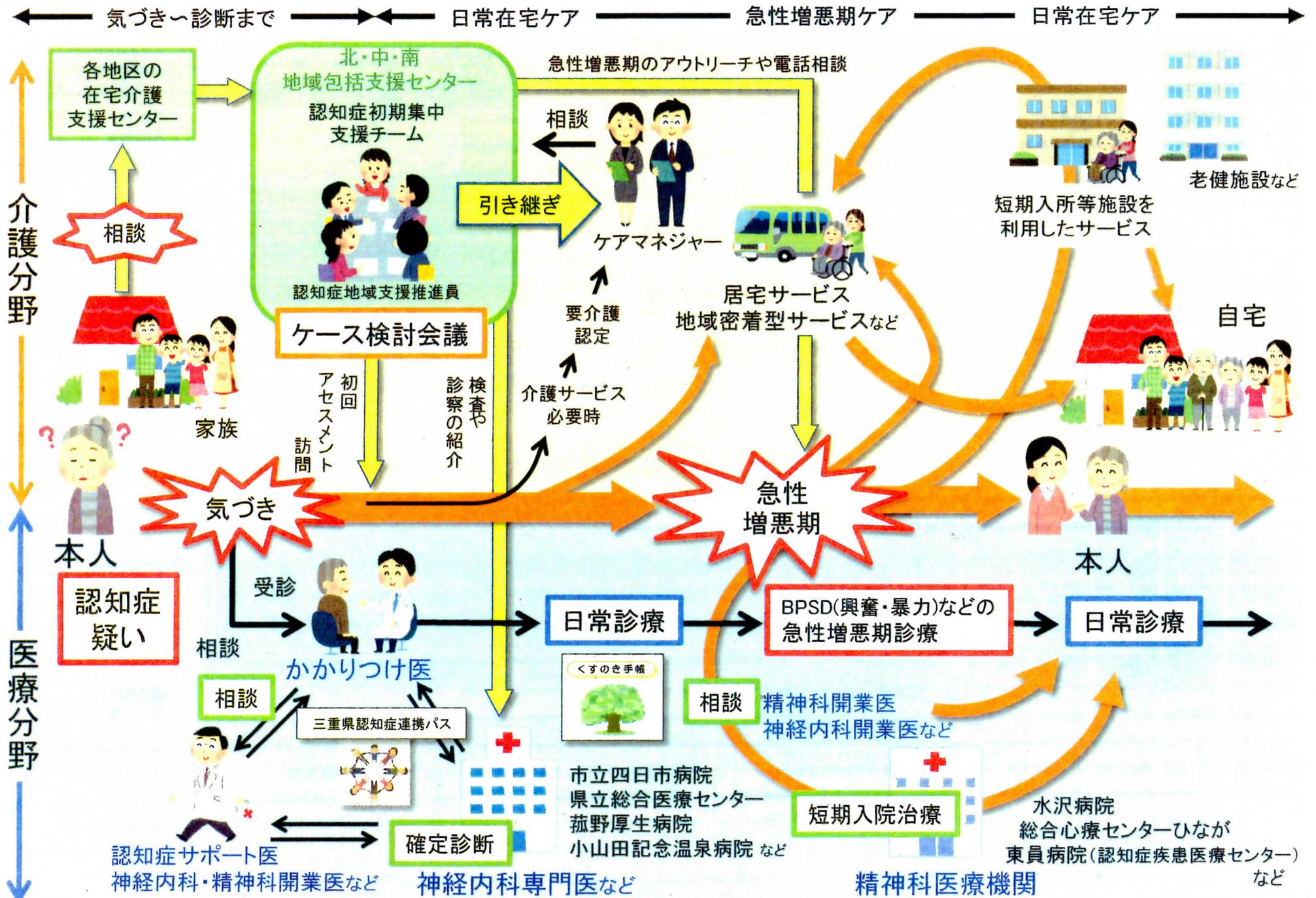
四日市市版
認知症の進行に合わせて受けられるサービスの例

		認知症の疑い	認知症を有するが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
P6	相談 (家族支援)	在宅介護支援センター		地域包括支援センター (認知症地域支援推進員)		
		ケアマネジャー (介護支援専門員)				
		認知症コールセンター		認知症家族の会		
P7~10	医療 (早期診断と治療)	認知症初期集中支援チーム				
		かかりつけ医、認知症サポート医、神経内科・精神科開業医、神経内科専門医 (ものわずれ外来)				
		地域型認知症疾患医療センター、基幹型認知症疾患医療センターなど				
		くすの木手帳				
		訪問看護				
P11	介護予防	「はつらつ健康塾」「いきいきフレッシュクラブ (運動)」「なるほど食事楽ひろば (栄養)」「ウェル噛む教室 (口腔)」				
		地域でお達者クラブ				
		通所介護・通所リハ			訪問リハ	訪問看護
P11~12	つながり支援	ふれあいいきいきサロン等	認知症カフェ			
P13~14	安否確認・見守り	訪問給食		徘徊高齢者家族支援事業		
		徘徊高齢者等SOSメール			見守り協定 (事業所)	
		認知症サポーター				
P13	生活支援	住民参加型サービス (一部の地区)			民間事業者によるサービス	
		一人暮らし等日常生活用具給付 (火災報知器・電磁調理器・自動消火器)				
P14	権利を守る	日常生活自立支援事業			成年後見制度	
P15	身体介護	通所介護			訪問介護	訪問入浴
		小規模多機能型居宅介護				
		短期入所 (シュートステイ)				
P15	老人福祉施設・グループホーム等居住系サービス	養護老人ホーム		特別養護老人ホーム	老人保健施設	
		グループホーム				
P15	住まい サービス付き高齢者向け 住宅など	サービス付き高齢者向け住宅			有料老人ホーム	
		ケアハウス・軽費老人ホーム				

※ここに挙げたサービスは目安となりますので、ご利用の際は在宅介護支援センター・地域包括支援センターなどにお問い合わせください。また最新の情報についてはホームページにアップする予定ですので、ご確認くださいませようお願いします。

■ 介護保険外サービス ■ 介護保険サービス

認知症ケアパスの概念図(四日市モデル)



01

相談窓口など

➤ 在宅介護支援センター ～地域の総合相談窓口～

高齢者の介護・福祉・医療について、身近な地域で最初に相談を受ける「地域の総合相談窓口」としての役割を果たしています。365日24時間体制で相談に応じ、必要な支援に結びつけています。

	名称 (地区)	電話番号 (FAX 番号)	住所
北 地 域	富洲原 (富洲原)	☎366-2600 (364-0306)	富洲原町2番80号
	天力須賀 (富洲原)	☎361-5361 (361-5362)	天力須賀4丁目7番25号
	ヴィラ四日市 (大矢知)	☎363-2882 (361-4440)	垂坂町8番地2
	羽津 (羽津)	☎334-3387 (334-3377)	羽津山町10番8号
	海蔵 (海蔵)	☎333-9837 (333-9830)	阿倉川町14番16号
	ハピネスやさと (八郷)	☎366-3301 (366-3302)	千代田町325番地1
	諧朋苑下野 (下野)	☎338-3005 (338-3008)	西大鐘町1580番地
	聖十字保々 (保々)	☎339-7788 (339-7211)	中野町2492番地
	富田 (富田)	☎365-5200 (365-0412)	富田浜町26番14号
中 地 域	みなと (中央、港、同和)	☎357-2110 (359-6612)	高砂町7番6号
	ユートピア (共同、浜田、久保田1・2丁目)	☎355-2573 (355-3576)	久保田2丁目12番8号
	川島 (川島)	☎322-3613 (322-3614)	川島町4040番地
	かんざき (神前)	☎327-2223 (327-2228)	寺方町986番地4
	くぬぎの木 (泉)	☎327-2267 (327-1160)	赤水町1274番地14
	桜 (桜)	☎326-6618 (326-7557)	智積町34番地1
	陽光苑 (三重)	☎333-4622 (334-7841)	西坂部町1127番地
	橋北楽々館 (橋北)	☎334-8588 (334-8589)	京町15番26号
南 地 域	しおはま (塩浜)	☎349-6381 (349-6382)	塩浜栄町471番地2
	くす (楠)	☎398-2001 (297-6861)	楠町北五味塚1450番地1
	常磐 (常磐: 久保田1丁目・2丁目を除く)	☎355-7522 (255-7590)	城東町3番22号
	日永 (日永)	☎347-9977 (347-6661)	大字日永5530番地の23
	四郷 (四郷)	☎322-1761 (322-1769)	西日野町4015番地
	うねめの里 (内部)	☎348-3988 (348-7761)	采女町字森力山418番地1
	南部陽光苑 (河原田)	☎347-7336 (347-7338)	河原田町2146番地
	小山田 (小山田)	☎328-1814 (328-2682)	山田町5570番地1
	水沢 (水沢)	☎329-3553 (329-3554)	水沢町西条1990番地1

➤ 地域包括支援センター ～専門的な相談支援窓口～

主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師といった専門職が、高齢者虐待など困難な課題を抱えたケースへの対応を行うほか、認知症初期集中支援チーム、認知症地域支援推進員を配置して、専門的な相談支援を行っています。

名称	住所	電話番号 (FAX 番号)	担当地区
四日市市北地域包括支援センター	富田浜町26番14号	☎365-6215 (365-6216)	市内北部
四日市市中地域包括支援センター	額訪町2番2号総合会館2階	☎354-8346 (354-8326)	市内中部
四日市市南地域包括支援センター	山田町5570番地4	☎328-2618 (328-2980)	市内南部

認知症地域支援推進員に相談ください

医療・介護の連携や地域の見守り体制づくりを進めるとともに、認知症の方の状態に応じた支援につなぐ相談員で、地域包括支援センターに配置されています。

➤ 認知症相談窓口 ～“ひとりで悩まず”“抱え込まず”～

・三重県認知症コールセンター

認知症の介護の悩み、認知症の医療・介護サービスの利用方法など、さまざまな相談ができます。若年性認知症に関するご相談も受け付けます。

- 対応時間 平日の午前9時30分～午後5時30分(若年性認知症コールセンターは午後3時まで)
- 相談専用番号 (059)235-4165(よろうご)(若年性認知症コールセンター:0800-100-2707)

・認知症の人と家族の会

全国47都道府県に支部があり、会員が励ましあい、助け合って「認知症があっても安心して暮らせる社会」を目指しています。認知症に関する知識や介護方法のほか、介護に関する悩みなどを電話で相談できます。

- 対応時間 月曜日から金曜日の午前10時から午後3時まで
- 問い合わせ フリーダイヤル0120-294-456

＜三重県支部＞ 随時 (059) 370-4620

＜四日市地区のつどい＞

- 開催日時 偶数月の第4水曜日 午後1時～3時半
- 場所 四日市市なやプラザ(四日市市蔵町4-17)
- 問い合わせ (059) 370-4620

02 早期診断と治療 (認知症ケアパス概念図 P5 参照)

➤ 認知症初期集中支援チーム

認知症は早期の診断・対応が効果的なことから、福祉職、医療職、専門の医師による「認知症初期集中支援チーム」が、訪問などによって、認知症が疑われる方やその家族に早期に集中的に関わり、必要な医療・介護サービスにつなげる支援を行います(平成27年度は北地域包括支援センターに配置。以降、順次、各地域包括支援センターに配置の予定)。

➤ 医療機関等

認知症の改善や悪化防止のためには、医療機関の関わりがとて重要になります。

四日市市では、認知症に関する医療相談や診療をスムーズに行えるよう、以下のとおり、各医療機関の役割分担を明確化しました。認知症診療に関わるかかりつけ医に相談のうえ、必要に応じて専門の医院、もの忘れ外来のある病院などを紹介いただきましょう。

・認知症に関わるかかりつけ医(以下「かかりつけ医」という。)

認知症に関する正しい知識を持ち、地域で認知症の人や家族を支援することができる医師として、日常的な身体的疾患の対応や健康管理を行うとともに、専門の医院への紹介などを行います。

・専門の医院

認知症サポート医・かかりつけ医認知症対応力向上研修修了者

認知症の人の診療に習熟し、かかりつけ医への助言その他の支援を行い、専門医療機関や地域包括支援センター等との連携の推進役となります。

神経内科・精神科開業医等

認知症サポート医と同様、かかりつけ医への支援を行うとともに、認知症に関する診断・治療や対応についてのアドバイスなどを行います。

※それぞれの役割を担う医師が在籍している医療機関を示しています。

地域	地区	医療機関名	所在地	電話番号	かかりつけ医	サポート医	研修修了者	神経内科開業医	精神科開業医
北	富洲原	さかい内科クリニック	富田一色町30-59	361-5001	○		○		
		渡辺医院	富州原町16-16	365-0658	○				
		うえのクリニック	天力須賀4-6-8	361-7755	○				
	大矢知	伊藤クリニック	下之宮町329-1	364-1877	○	○	○		
		川平内科	西富田町322-1	363-4976	○				
	羽津	羽津内科クリニック	大宮西町10-6	331-2626	○				
		長谷川脳神経外科クリニック	羽津中2-2-6	330-0330	○	○			
		ひかり心身クリニック	羽津町23-21	330-5564	○		○		○
		四日市羽津医療センター	羽津山町10-8	331-2000			○		
	海蔵	古田医院	西阿倉川1203	331-3918	○				
	八郷	村上ファミリークリニック	山分町242-3	361-2300	○				
	下野	いしが在宅ケアクリニック	山城町770-2	336-2404	○				
		しもの診療所	西大鐘町東谷1610	336-3600	○				
		水谷医院	山城町1107-2	337-1131	○		○		
	保々	高見台クリニック	高見台1-22-1	339-1118	○				
	富田	飯田医院	富田浜元町1-16	365-0001	○				
		小林内科胃腸科	富田1-9-3	364-0006	○	○			
		斉藤クリニック	茂福741	363-0611	○				
		富田浜病院	富田浜町26-14	365-0023		○	○		
		前田医院	富田2-11-2	365-0278	○				
中	中部	うの森クリニック	鶉の森1-3-2	354-5235	○				○
		奥島クリニック	安島1-4-16	325-7686	○				○
		石田胃腸科病院	朝日町1-15	353-3313	○				
		北山心身クリニック	安島1-2-19 外ビル4F	350-8711	○				○
		佐藤クリニック	中納屋町4-1	353-9261	○		○		
		水沢病院付属四日市診療所	九の城町15-10	355-3837	○				○
		田中医院	浜田町12-25-1	356-5600	○				
		中嶋循環器科内科	幸町6-9	352-2211	○				
		西浦クリニック	西浦1-2-8	355-5656	○				
		二宮病院	中部8-15	351-2466	○		○		
		南浜田クリニック	南浜田町3-15	353-8860	○				
		米山クリニック	中浜田町3-28大進ビル1F	355-0022	○				○
	川島	小林産婦人科医院	川島町6663-2	322-1131	○		○		
品川医院		川島町7390	321-0411	○					

地域	地区	医療機関名	所在地	電話番号	かかりつけ医	サポート医	研修修了者	神経内科開業医	精神科開業医
					○	○			
中	川島	東海内科クリニック	浮橋2-19-7	322-6511	○				
		ひがし胃腸科内科クリニック	川島町5969-7	320-2110	○				
		ふじい内科クリニック	川島町6507-2	321-0080	○				
	神前	すが内科	菅原町828	325-2255	○				
		むらせシニアメンタルクリニック	尾平町天王川原1805	333-2383	○	○			○
	県	あがたクリニック	下海老町高松163-1	326-6333	○			○	
		あこず内科循環器科クリニック	赤水町1274-3	327-1515	○	○			
	桜	小野外科内科	智積町6333	326-1151	○	○	○	○	
		中嶋内科	桜台1-31-3	326-7272	○		○		
	三重	いくわ診療所	生桑町1455	333-6471	○	○	○		
		いくわ林クリニック	生桑町295-1	329-5677	○				
		竹尾内科クリニック	生桑町1642-91	332-6789	○				
		鳥井医院	小杉町東浦1282	331-8081	○				
		広田クリニック	東坂部町長坂1391	330-4600	○				
	三重	山脇胃腸科内科神経内科	小杉新町70	332-8155	○	○		○	
		よしみね内科胃腸科	東坂部町86-1	331-6121	○		○		
	福北	小野医院	川原町34-7	331-3322	○				
		川口内科	川原町8-14	331-0725	○				
	塩浜	位田内科循環器科	馳出町3-6-3	348-1800	○				
		藤原医院	宮東町2-42	345-2456	○		○		
松尾医院		塩浜本町2-14-1	345-1633	○		○			
楠	杉浦医院	楠町南五味塚1246-2	397-2076	○					
常盤	いとう内科消化器科	中川原2-3-8	350-7775	○					
	おの心のクリニック	松本3-10-27	352-1151	○				○	
	らんクリニック	松本三丁目9-11	359-2000	○					
日永	ささがわ通り心・身クリニック	日永西3丁目5-37	348-7070	○				○	
	すずらん診療所	日永1丁目3番18号	348-5588	○					
	中村内科循環器科クリニック	泊山崎町3-22	345-0906	○					
	三原クリニック	日永西3-1-21	347-1611	○	○	○	○		
四郷	寺嶋内科小児科	小林町3008	321-3027	○					
内部	笹川内科胃腸科クリニック	波木町坂向305	322-9538	○	○				
	山中胃腸科病院	小古曾3-5-33	345-0511	○	○				
	やまもり内科クリニック	采女町名倉1798-15	349-1166	○					
河原田	玉垣医院	河原田町2355-1	346-5472	○					
小山田	小山田記念温泉病院	山田町5538-1	328-1260			○			
	矢田クリニック	山田町2839	328-2680	○					

地域	地区	医療機関名	所在地	電話番号	かかりつけ医	サポート医	研修修了者	神経内科開業医	精神科開業医
市外	菟野	あそクリニック	三重郡菟野町潤田2150-3	394-5577	○		○		
		内田クリニック	三重郡菟野町小島1157	399-2800	○	○			
		三重聖十字病院	三重郡菟野町宿野1219-1	391-0123	○				
	川越	川越町国民健康保険川越診療所	三重郡川越町豊田一色314	365-0776	○				
		とみすはらメンタルクリニック	三重郡川越町豊田243-7	361-5800					○
	朝日	田中外科	三重郡朝日町縄生544-1	377-2256	○				

・ものわすれ外来（神経内科専門医）

認知症の専門的な鑑別診断、治療などを行います。

名称	所在地	電話番号
市立四日市病院	芝田2丁目2-37	☎354-1111
県立総合医療センター	大字日永5450-132	☎345-2321
小山田記念温泉病院	山田町5538-1	☎328-1260
菟野厚生病院	三重郡菟野町福村75	☎393-1212

・精神科医療機関

BPSD（興奮・暴力）などの急性憎悪期の状態にあるとき、精神症状を合併しているときなど、精神科開業医などの紹介により、一時的に入院治療を行います。

名称	所在地	電話番号
総合心療センターひなが	大字日永5039番地	☎(059)345-2356
水沢病院	水沢町638の3	☎(059)329-3111

・認知症疾患医療センター

保健・医療・介護機関などと連携を図りながら、認知症に関する鑑別診断、問題行動への対応などについての専門医療相談、地域の医療・介護機関への支援などを行う専門医療機関です。

名称	所在地	電話番号
東員病院（地域型）	員弁郡東員町大字穴太2400	☎(0594)41-2383
三重大学医学部附属病院（基幹型）	津市江戸橋2丁目174	認知症相談窓口電話番号 ☎(059)231-6029

・くすのき手帳

家族と医療機関、介護機関が連携して認知症の方を支えるための、情報共有ツールとして作成した手帳です。手帳の利用を希望される方は、認知症の相談ができる医療機関やケアマネジャーにご相談ください。



03 介護予防

- 「いきいきフレッシュ倶楽部(運動)」「なるほど食事楽(栄養)」「ウェル噛む教室(口腔)」
65歳以上の方で、要介護・要支援状態になるおそれが高い方に対して、機能向上のためのプログラムを行う介護予防教室です。

 - 利用料 無料(送迎付き)
 - お問い合わせ 各地域包括支援センター 電話：P6参照
- 「はつらつ健康塾」
65歳以上の高齢者を対象に、地域の集会所などで介護予防に関する普及・啓発や運動の体験を行う教室です。

 - お問い合わせ 健康づくり課 電話：354-8291
- 「地域でお達者クラブ」
集団での体操など自発的な介護予防活動を行う団体として、地域の中で70力所程、活動しています。新たな教室の参加者を募集している団体もあります。

 - お問い合わせ 健康づくり課 電話：354-8291

04 つながり支援

➤ 認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症の方やその家族、地域住民、専門職などの誰もが参加できる集いの場です。認知症の方とその家族が、気軽に相談でき、交流を通して、認知症の方と家族同士、地域住民、専門職がつながりあえる社会参加の場です。

現在、以下のカフェが開設されています。

名 称	所 在 地	電話番号
福祉カフェ でめでめ	山田町5570-4 小山田温泉地域交流ホーム1階	☎328-2907
お茶の間会 (月1回開催)	川島町4037 小山田特別養護老人ホーム(サライト川島)	☎320-3113
えがお (月1回開催)	高花平3丁目1-77	☎322-1761 (四郷在宅介護支援センター)
認知症カフェ織りがみ (第4日曜日)	川北一丁目11-11 グループホーム織りがみ	☎365-4765
認知症カフェゆう (第2日曜日)	河原田町1973-6 グループホームゆう・河原田	☎347-4165
パラダイス190カフェ (第3土曜日)	生桑町1455 みえ医療福祉生活協同組合ひまわり	☎330-0808
えそらカフェ (毎月第1金曜日)	津市江戸橋2丁目174 三重大学付属病院内「レストラン四喜折々」	☎059-231-6027 (認知症疾患医療センター)

➤ 老人クラブ

老後の生活を健全で豊かなものにするため、地域で自主的に作られた会員組織で、健康の増進、教養の向上、社会奉仕、地域交流などを目的に、各種講座、奉仕活動、レクリエーション、スポーツなどの活動を行っています。おおむね60歳以上の人であれば、どなたでも入会できます。

- お問い合わせ 四日市市老人クラブ連合会 電話：346-4066
介護・高齢福祉課 電話：354-8425

➤ 老人福祉センター

おおむね60歳以上の方が無料で利用できる憩いの場として、健康相談、各種教室、囲碁、将棋、入浴設備の提供などを実施しています。

- ・開館時間 午前9時30分～午後4時
- ・休館日 毎週月曜日、祝休日(ただし、敬老の日は開館)、年末年始

名 称	所 在 地	電話番号 (FAX 番号)
中央老人福祉センター	日永東一丁目2-27	☎346-4066 (345-9305)
西老人福祉センター	西坂部町1397番地の1	☎326-5888 (FAX 番号同上)

➤ 通いの場

・ふれあいいいききサロン

交流、生きがいづくり、介護予防などのために、高齢者が身近な地域で気軽に集い、楽しく過ごせる場として「ふれあいいいききサロン」が各地で実施されています。市内では、約400ヶ所が運営されており、新たな参加者を募集しているサロンもあります。

●お問い合わせ 四日市市社会福祉協議会 電話：354-8144

・地域の交流の場

市内のいくつかの地域には、地区の方であれば誰もが交流できる場が作られています。空き家を開放したり、公共施設の専用スペースを利用したりしてレクリエーションや食事の提供を行っています。主なものは以下のとおりです。

名称	対象地域	開催頻度	開催場所
富田地区宅老所ひだまり	富田地区住民	毎週水曜日	借家(富田3丁目1-13)
憩いの家	桜地区住民	月1回(毎月第2木曜日)	桜地区市民センター
駅前憩いの家		毎週火曜日	桜ボランティア協会
スマイルカフェ	だれでも	毎月第3土曜日	ばんこの里会館、橋北子育て支援センター(午起集会所)
ふれあいサロン「ほっと」	だれでも	毎月第2第3金曜日	ヘルスプラザ、塩浜地区市民センター
海蔵地区福祉の家	海蔵地区住民	毎日	海蔵地区福祉の家(旧海蔵保育園)
街角カフェ	楠地区住民	偶数月(第4土曜日)	楠町民福祉会館
下野活き域! 集まるまいか	下野地区住民	月3回	あさけが丘中央集会所、八千代台集会所、山城町公民館
水沢茶の実会「ふらっと」	水沢地区住民	年8回	水沢地区市民センター、三本松町公民館 開催日により要確認
港地区いきいきサロン	港地区住民	各月1回	なやプラザ
笑和ほねほねクラブ			港地区社会福祉協議会会長宅
おしゃべりサロン			

●お問い合わせ 四日市市社会福祉協議会 電話：354-8144

●お問い合わせ介護・高齢福祉課 電話：354-8170

➤ 高齢者福祉サービス

・訪問給食

調理が困難な65歳以上のひとり暮らし高齢者などを対象に、お近くの在宅介護支援センターから、月～土曜日まで昼食・夕食を配食するとともに安否確認を行います。

●費用 1食 500円

・徘徊高齢者家族支援サービス

認知症により徘徊するおそれのある高齢者などを対象に、行方不明となった際の早期発見システムの機器購入費、契約費を補助します。(毎月の利用料、検索料、修繕費用は含まない)

●補助金額 上限 19,000円。原則1回限り。

➤ 徘徊高齢者等 SOS メール

認知症高齢者などが徘徊により行方不明となった時に、その情報を、家族の了解のもとで見守り協力者にメール配信して、迅速な安全確保につなげます。

徘徊のおそれのある方については、事前に介護・高齢福祉課に情報を登録することもできます。

➤ 見守り協定

孤立死の未然防止、虐待の早期発見とともに、認知症や知的障害により徘徊して行方不明となった高齢者・障害者などの早期発見のため、地域住民宅への訪問などを行うライフライン事業者、配達事業者、新聞販売店や市民が利用する機会の多い金融機関、公共交通機関などと市が協定を結び、地域における見守りへの協力をお願いしています。

➤ 認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識や接し方を学び、自分のできる範囲で認知症の人とその家族をサポートする認知症サポーターの養成講座を随時開催しています。



➤ 住民参加型サービス

市内のいくつかの地区では、住民組織、ボランティア、NPO などにより、低額の負担で利用できる生活支援サービスが行われています。

今後、こうした取り組みが市内各地区に広がっていくことが望めます。

活動例

名称	対象
桜ボランティア協会	桜地区住民
下野・活き域ネット	下野地区住民
ライフサポート三重西	三重西連合自治会
高花平ちょっと手を貸して運動	高花平団地内住民
生活応援隊	平津新町住民

➤ 民間事業者によるサービス

民間の各種事業者により、有料の生活支援サービスが行われています。

事業所の例

- ・ 社団法人四日市市シルバー人材センター
- ・ コープみえ・くらし助け合いの会
- ・ NPO 法人さわやか

➤ 日常生活用具給付

65歳以上のひとり暮らし高齢者などに対し、日常生活の便宜を図るための用具を支給しています。ただし所得制限があります。

- **支給する用具** 火災報知器、自動消火器、電磁調理器
- **お問い合わせ** 各地区在宅介護支援センター（電話：P6参照）

07 権利を守る

➤ 権利擁護相談

認知症や知的・精神障害などで判断能力が低下している方が受ける様々な不利益について、福祉の専門家が相談に応じ、解決のためのコーディネートを実施します。

- **お問い合わせ** 四日市市社会福祉協議会 電話：354-8144

➤ 日常生活自立支援事業

認知症や知的・精神障害などで判断能力が低下し、福祉サービスの利用等に支障をきたしている方に対して、サービス利用手続きの援助や代行、日常のお金の管理などの支援を行います。

- **お問い合わせ** 四日市市社会福祉協議会 電話：354-8144

➤ 成年後見制度

認知症や知的・精神障害などが原因で判断能力が十分でない人が、財産管理や契約などで不利益を受けまいよう、家庭裁判所が、本人に代わって財産管理や契約を行う成年後見人等を選定し、本人の権利を保護する制度です。

● お問い合わせ

- | | |
|--------------------------|-----------------|
| ・ 津家庭裁判所四日市支部 | 電話：059-352-7151 |
| ・ リーガルサポート三重支部（三重司法書士会内） | 電話：059-213-4666 |
| ・ 三重弁護士会 | 電話：059-228-2232 |
| ・ 四日市市社会福祉協議会 | 電話：059-354-8144 |

08 介護保険サービス

介護保険サービスを利用するには、要支援・要介護認定を受けていただく必要があります。手続きの詳細は担当の ケアマネジャー、在宅介護支援センター、地域包括支援センターにお尋ねください。

サービス名称	内 容
通所介護（デイサービス） 〔認知症対応型を含む〕	食事、入浴などの日常生活上の支援やレクリエーションなどによる交流、生活行為向上のための支援を日帰りで行います。
通所リハビリテーション	老人保健施設や医療機関等で、食事、入浴などの日常生活上の支援や生活行為向上のためのリハビリテーションを日帰りで行います。
訪問介護（ホームヘルパー）	ホームヘルパーが家庭訪問し、入浴、排泄、食事などの身体介護や調理、洗濯などの生活援助を行います。通院などを目的とした乗車、降車の介助や移動の介助なども行います。
訪問入浴介護	介護職員と看護職員が家庭訪問し、浴槽を提供しての入浴介護を行います。
訪問リハビリテーション	家庭での生活行為を向上させるため、理学療法士などのリハビリ職種が訪問してリハビリテーションを行います。
訪問看護	疾患等を抱えている人に対して、主治医の指示により、看護師などが家庭を訪問して療養上の世話や診療の補助を行います。
小規模多機能型居宅介護	通所を中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊りのサービスを組み合わせて、なじみの関係の中で支援を行います。
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サービスを柔軟に提供します。
認知症対応型共同生活介護 （グループホーム）	認知症高齢者が少人数で共同生活をしながら日常生活上の支援や機能訓練などを受けられる施設です。
短期入所生活介護 （ショートステイ）	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受けられる施設です。
住宅改修費支給	手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修に要する費用の一部を支給します。
福祉用具貸与・販売	日常生活の自立を助けるための福祉用具のレンタル費用、または購入費用の一部を支給します。
特別養護老人ホーム	常に介護が必要で家庭での生活が困難な高齢者が入所して日常生活上の支援や介護を受けられる施設です。
老人保健施設	医師の医学的管理の下、リハビリテーションを中心としたケアを行い在宅復帰を目指す施設です。

09 介護保険外施設

サービス名称	内 容
サービス付き高齢者向け住宅	高齢者が安心して快適な生活が送れるよう、安否確認や生活相談などのサービスを提供する高齢者向けの住居です。
有料老人ホーム	高齢者が入所して、日常生活に必要な支援（生活支援・食事・健康管理・介護サービスなど）を受けられる施設です。
軽費老人ホーム （ケアハウス）	家庭での生活が困難な高齢者が入所して、低料金で日常生活に必要な支援を受けられる施設です。食事の提供がある（A型）（ケアハウス）と、自炊が基本となる（B型）の3種類があります。
養護老人ホーム	65歳以上で、家庭環境や経済的理由などにより、家庭での生活が困難な低所得の高齢者が入所する施設です。身の回りのことができ、市民税の所得割が課せられていない人が対象となります。

事業所一覧については、三重県のホームページまたは市役所介護・高齢福祉課窓口でご覧いただけます。サービスの詳細については各事業所にお問い合わせください。