

認知症ケアパス「知って安心認知症」について

このことについて、別添のとおり認知症ケアパス「知って安心認知症」を作成しましたので、お知らせします。

今後、市政情報コーナー、市民総合センター、地域包括支援センター等で配布する予定です。

認知症の人にやさしいまち 武蔵村山を目指して

知って安心 認知症



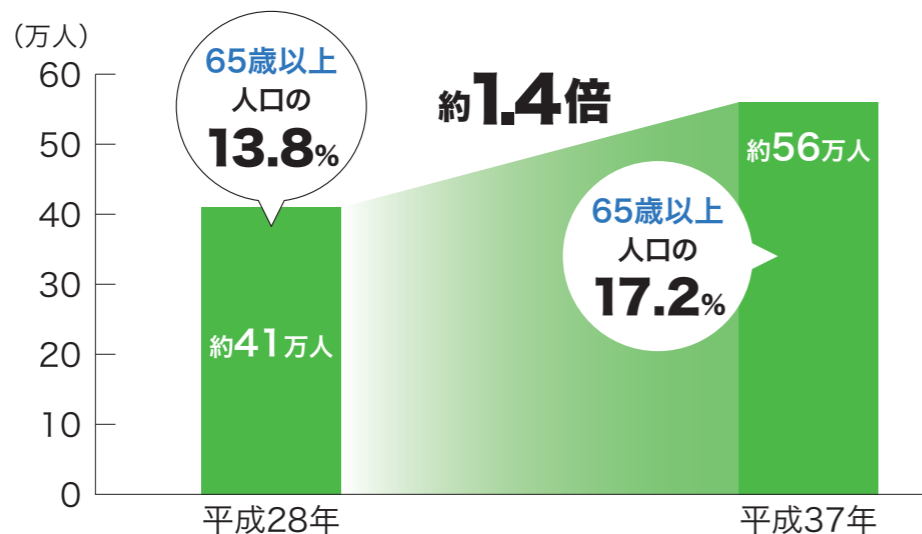
武蔵村山市



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(注1)。
都内では、認知症の人は41万人を超えており、平成37年には約56万人に増加すると推計されています。

何らかの認知症の症状がある高齢者(注2)の将来推計

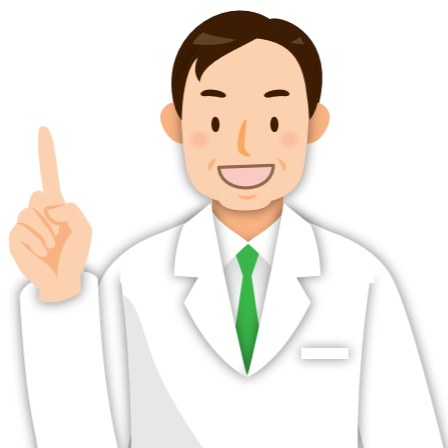


資料)東京都「認知症高齢者数等の分布調査」(平成29年3月)

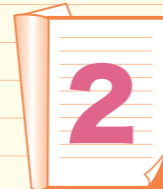
若年性認知症について

認知症は高齢者だけがかかる病気ではありません。
65歳未満で発症する若年性認知症の人は、都内には約4,000人と推計されています。

認知症は、
とても身近な病気です。
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。

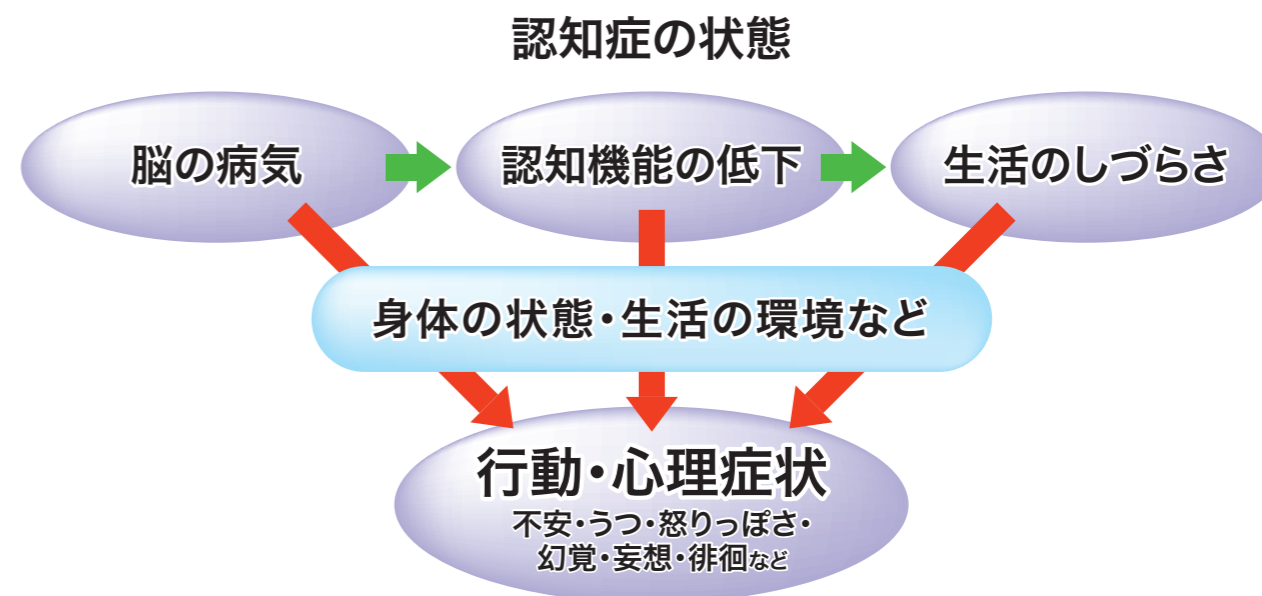


(注1)最新の国の研究によると、65歳以上の高齢者の約15%が認知症だといわれています。
(注2)要介護認定を受けている高齢者のうち認知症高齢者日常生活自立度I以上の者



認知症とは？

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、認知機能(注3)が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態を指します。

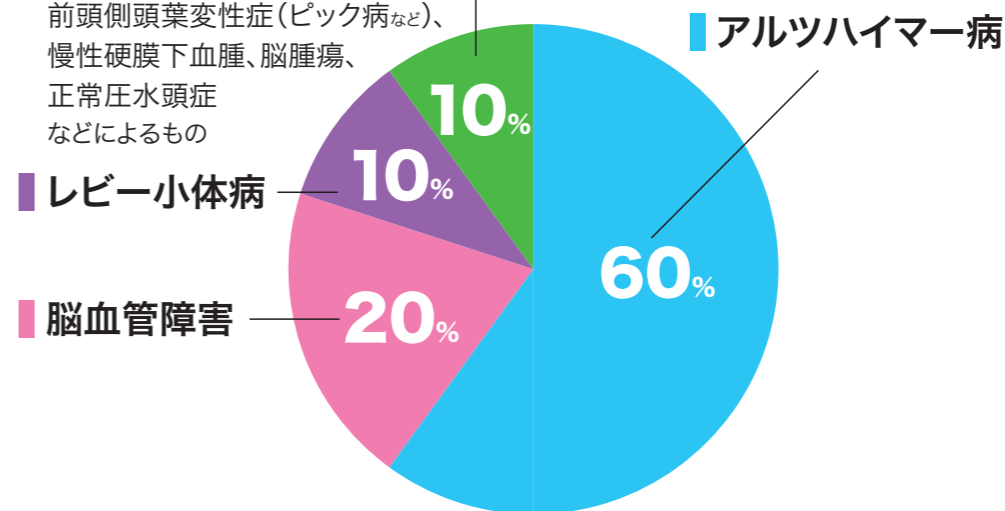


認知症の原因となる病気

認知症の原因となる病気には、主に「アルツハイマー病」、「脳血管障害」、「レビー小体病」の3つがあり、もっとも多いのがアルツハイマー病です。

その他

前頭側頭葉変性症(ピック病など)、慢性硬膜下血腫、脳腫瘍、正常圧水頭症などによるもの



(注3)認知機能とは…物事を記憶する、言葉を使う、計算する、問題を解決するために深く考えるなどの頭の働きを指します。

3 認知症の予防につながる習慣

生活習慣病(高血圧症、脂質異常症、糖尿病、心臓病など)を予防することは、認知症の予防にもつながります。

食生活に気をつけましょう。

塩分を控えめに、お酒はほどほどに、バランスのよい食事を心がけましょう。



魚や野菜、果物をたくさん食べましょう。

適度な運動をしましょう。

ウォーキングや体操などの運動を継続的に行いましょう。



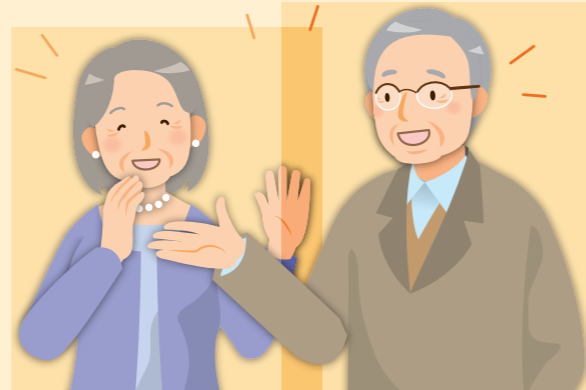
生活を楽しみましょう。

本を読んだり趣味に取り組んだり、さまざまな活動をとおして生活を楽しみましょう。



人と積極的に交流しましょう。

地域の活動や市役所が行っている介護予防教室などに参加してみましょう。



4 認知症に早く気づくことが大事!

認知症は治らないから、医療機関に行っても仕方がないと考えていませんか? 認知症も他の病気と同じように、早期診断と早期対応が非常に大切です。

【早く気づくことのメリット】

- 1 今後の生活の準備をすることができます**

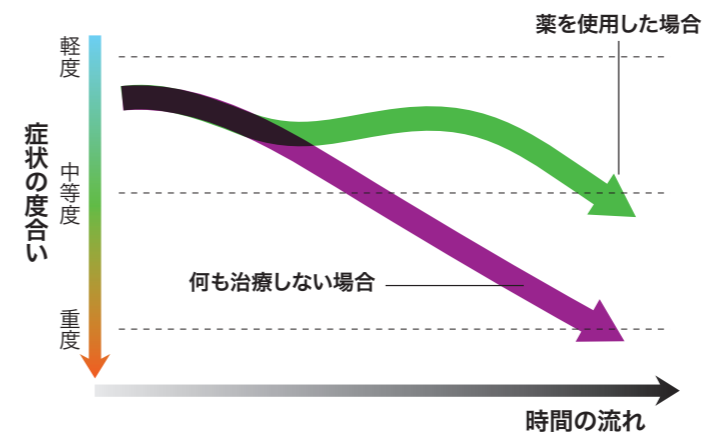
早期の診断を受け、症状が軽いうちに、ご本人やご家族が認知症への理解を深め、病気と向き合い話し合うことで、今後の生活の備えをすることができます。介護保険サービスを利用するなど生活環境を整えていけば、生活上の支障を減らすことも可能になります。
- 2 治る認知症や一時的な症状の場合があります**

認知症を引き起こす病気には、早めに治療すれば改善が可能なものもあります(正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症など)ので、早めに受診をして原因となっている病気を突き止めることが大切です。
- 3 進行を遅らせることが可能な場合があります**

アルツハイマー型認知症は早い段階からの服薬等の治療や、本人の気持ちに配慮した適切なケアにより、進行をゆるやかにすることが可能といわれています(下図参照)。

服薬による効果は個人差がありますが、以下のグラフのような効果が得られる場合もあります。

【図】アルツハイマー型認知症の進行の例



次ページからの「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」を行ってみましょう。



(注) 服薬により吐き気や食欲不振などの副作用が生じる場合があります。

5 「自分でできる認知症の気づき チェックリスト」をやってみましょう!



「ひょっとして認知症かな？」
気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。
※ご家族や身近な方がチェックすることもできます。

自分でできる 認知症の気づきチェックリスト

最もあてはまるところに○をつけてください。

チェック	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
チェック1 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック2 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック3 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか	1点	2点	3点	4点
チェック4 今日が何月何日かわからないときがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック5 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。
認知症の診断には医療機関での受診が必要です。
※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

チェック	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
チェック6 貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	1点	2点	3点	4点
チェック7 一人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
チェック8 バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
チェック9 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
チェック10 電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、①から⑩の合計を計算 ▶ 合計点 点

20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。
9ページ以降で紹介しているお近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

6 認知症になると どのように感じるの？

・・・不安を感じる場合があります・・・

自分がこれまでとは違うことに、最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗が増えることなどにより、「**なんだかおかしい。**」と感じることがあります。



「自分は今どこにいるんだろう。」とか、「この先自分はようになっていくんだろう。」「自分は家族に迷惑をかけているのではないか。」というような**不安を感じる**ようになります。

・・・気分が沈んでうつ状態になる場合があります・・・

もの忘れや失敗が増えて、自分がそれまでできたことができなくなってしまうので、**気分が沈んでうつ状態になる**ことがあります。



うつ状態になると意欲が低下するので、それまでやっていた趣味活動をやめてしまったり、**人とのコミュニケーションも少なくな**ってしまい、不活発な生活になってしまいます。

・・・怒りっぽくなる場合があります・・・

何か失敗をした時に、**どうしていいかわからずに混乱し**、いらいらしやすくなったり、不機嫌になったりすることがあります。



時には**声をあげてしまったり、つい手を出してしま**うことがあります。

7 認知症の人を支えるために

本人の気持ちを理解して接しましょう

認知症の人が不安を感じながら生活していることを十分に理解して接することが大事です。

たとえば、認知症の人がごはんを食べたことを忘れて何度も「ごはんまだ？」とたずねたり、外出する予定時刻のだいぶ前から何度も「何時に出かけるの？」とたずねたりするのは、**記憶障害がもとで生じる不安をやわらげようとしている**のかもしれませんが。



こんなときは・・・

そのような場面で「何回も同じこと聞かないで!」と怒ってしまうと、ますます本人の不安をあおってしまいます。本人の不安な気持ちを理解しながら訴えをよく聞き、不安をやわらげるような対応をするとよいでしょう。



本人の尊厳を大事にして、できることを生かしながらお手伝いしましょう

認知症になっても全てのことができなくなるわけではありません。本人の尊厳を大事にして、できることを生かしながらさりげなく手助けしましょう。

たとえば、長年料理をしてきた人が、認知症になってうまく段取りができなくなったり、火の不始末が増えてきたりすることがあります。



こんなときは・・・

危ないからといって料理をまったくさせないようにするのはなく、材料を切ったり混ぜたり、盛り付けをしたり、本人ができることをしてもらおうようにするとよいでしょう。



認知症の状態に合わせた対応について

① 「認知症の疑いがある」状態、または

② 「症状はあっても日常生活は自立している」状態の方

特徴

生活機能障害（日常生活をおくる機能の低下）がやや認められる段階です。もの忘れはあったとしても、買い物や金銭管理などの日常作業は自立している、または若干の支障があっても概ね日常生活は自立しています。本人のものの忘れの気づきで発見されることもあります。

本人や家族へのアドバイス

まずは相談してみましょう

体や心の異変に気づいたり、不安を抱えたりすることがあれば、是非かかりつけ医などの医療機関や地域包括支援センターなどに相談してみましょう。

③ 「見守りがあれば日常生活は自立できる」状態の方

特徴

認知症の生活機能障害が進行しつつある段階です。
例えば、処方された内服薬について、指定の時間や量を服用したかどうかの記憶が曖昧になったり、突然の訪問者の対応が難しくなったりしますが、家族などの適切な支援があれば対応できることも多い状態です。

本人や家族へのアドバイス

見守り支援を増やすことを検討しましょう

家族だけで本人を支えるのではなく、本人の友人や民生委員、自治会の方たちにも理解を求め、日常生活の中で積極的に見守ってくれる人の数を増やしましょう。
また、必要に応じて介護保険サービスによるサポートを検討しましょう。

④ 「日常生活に手助けや介護が必要」な状態の方

特徴

認知症の生活機能障害がやや進行している段階です。衣服の着脱、食事やトイレなどの身の回りのことについて、周囲のサポートが必要になります。また、この段階では外出時に道に迷ったりすることもあるので、家族を含めたサポートする側の注意と対策が重要となります。

本人や家族へのアドバイス

介護サービスの活用を検討しましょう

最寄りの地域包括支援センター等と緊密に連絡をとりあって、本人の希望や認知症の状況に合せながら、介護サービスの活用を検討しましょう。

また、さらに見守り体制の充実を図るために、市のサービスである見守り安心カードの登録や徘徊高齢者等家族支援サービス等を活用しましょう。

⑤ 「常に介護が必要」な状態の方

特徴

認知症の生活機能障害がかなり進行している段階です。認知症の進行とともに身体機能が衰え、車いすや寝たきり生活になるなど日常生活のあらゆる面で、多くのサポートが必要になります。場合によっては、言葉によるコミュニケーションが難しくなる場合がありますので、その場合は配慮が必要です。

本人や家族へのアドバイス

介護サービスを充実させましょう

身体機能が衰えていくと、体調の管理がより重要になります。ケアマネジャー（介護支援専門員）やかかりつけ医などの支援を受けながら、介護サービス等の充実を図ると良いでしょう。

また、言葉による意思の疎通が難しくなったら、しぐさや表情などの言葉以外のコミュニケーションの方法を用い、本人の気持ちに寄り添うケアに努めましょう。

認知症の進行によって変化する症状や行動などにより、本人や家族が必要となる支援やサービスは異なります。詳しくは、次ページ以降の**認知症ケアパス**で解説します。

認知症段階別 支援・サービス早わかり表 認知症ケアパス

「認知症ケアパス」とは、認知症の進行状況
なお、認知症の状況は個人により異なり
詳しくは、13～19ページで紹介している

況に合わせて、いつ、どこで、どのような医療や介護サービスなどが利用できるかを示したものです。
まず、今後、予想される症状や状態の変化の目安として参考にしてください。
同じ番号の支援やサービスを参照してください。

認知症の段階 本人の様子 認知症の方や 家族を支援する 体制	認知症ではない		軽度	中等度		重度	
	健康	MCI(軽度認知障害) 年齢相応の物忘れ		②症状があっても 日常生活は自立	③見守りがあれば 日常生活は自立	④日常生活に手助け や介護が必要	⑤常に介護が必要
	自立	<ul style="list-style-type: none"> もの忘れは多少あるが日常生活は自立している。 認知症ではない。 	<ul style="list-style-type: none"> 気になるもの忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成などを含め、日常生活は自立している。 	<ul style="list-style-type: none"> 買い物や事務、金銭管理などにミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している。 	<ul style="list-style-type: none"> 服薬管理ができない、電話の対応や訪問者の対応などが一人では難しい。 	<ul style="list-style-type: none"> 着替えや食事、トイレなどがうまくできない。 	<ul style="list-style-type: none"> 日常生活のほとんどに介護が必要になる。 会話などのコミュニケーションが難しくなる。
相談支援 (13ページ)	①地域包括支援センター ②市役所高齢福祉課 ③社会福祉協議会 ④民生委員 ⑤東京		⑥ケアマネジャー(介護支援		都多摩若年性認知症総合支援センター		専門員)
	⑦かかりつけ医/歯科医 ⑧認知症疾患医療センター ⑨認知症初期集中支援チーム						
医療支援 (14ページ)	⑩かかりつけ薬局 ⑪認知症サポート医 ⑫訪問看護/リハビリ						
	⑬お互いさまサロン ⑭老人クラブ ⑮シルバー人材センター ⑯自治会 ⑰小地域福祉組織化事業(社会福祉協議会)						
生きがい支援 介護予防支援 (15ページ)	⑱介護予防・日常生活支援総合事業 (一般介護予防事業、介護予防・生活支援サービス事業)						
	⑲生活支援ヘルパー ⑳生きがい対応型デイサービス						
見守りと生活支援 (16ページ)	⑳食事サービス ㉑友愛訪問 ㉒緊急通報システム ㉓火災安全システム ㉔ごみ出し支援		㉕見守り安心カード ㉖見守りネットワーク ㉗民生委員		㉘おむつ給付 ㉙移送サービス		
	㉚消費生活センター ㉛訪問電話(シルバーテレホン) ㉜日常生活自立支援 ㉝成年後見制度相談支援						
	㉞訪問介護 ㉟(介護予防)訪問看護 ㊱(介護予防)訪問リハビリテーション ㊲(介護予防)訪問入浴介護 ㊳(介護予防)居宅療養管理指導 ㊴通所介護(デイサービス) ㊵(介護予防)通所リハビリテーション(デイケア) ㊶(介護予防)短期入所生活(療養)介護(ショートステイ) ㊷小規模多機能型居宅介護						
介護支援 (17ページ)	㊸認知症カフェ ㊹家族介護者交流会 ㊺家族介護慰労金 ㊻徘徊高齢者等家族支援サービス						
家族支援 (18ページ)	㊼シルバーピア(高齢者住宅) ㊽サービス付き高齢者向け住宅						
住まいの支援 (19ページ)	㊾認知症対応型共同生活介護(グループホーム) ㊿介護老人保健施設		①特別養護老人ホーム		②福祉用具貸与、購入費の支給 ③住宅改修費の支給		

利用できる制度・サービス

相談支援

① 地域包括支援センター

地域で暮らす皆様を保健医療・介護・福祉など様々な面から支援する窓口です。

認知症の相談や予防に向けて地域活動に参加したいなどのご希望がありましたら、地域包括支援センターにご相談ください。

担当地区	センター名	所在地
伊奈平、岸、残堀、中原、三ツ木 三ツ藤、大字三ツ木（横田基地内）	西部地域包括支援センター ☎560-3931	伊奈平六丁目14番地の2 （特別養護老人ホーム伊奈平苑内）
中藤、神明、中央、本町	北部地域包括支援センター ☎516-0062	中央二丁目13番地の1
榎、大南、学園	南部地域包括支援センター ☎590-1477	学園四丁目5番地の1 （武蔵村山市民総合センター内）
緑が丘	緑が丘地域包括支援センター ☎590-5151	緑が丘1460番地1103号棟 （緑が丘高齢者サービスセンター内）

② 市役所高齢福祉課（☎590-1233）

介護認定をはじめ各種高齢者福祉に関わる申請、介護保険料などの窓口です。

また、認知症地域支援推進員が配置されており、認知症についての相談もお受けします。

③ 社会福祉協議会（☎566-0061）

成年後見制度をはじめとして、地域福祉の推進を図ることを目的に様々な事業を行っています。

④ 民生委員

相談や助言、情報提供を行い、地域の方々と行政や地域包括支援センターとをつなぐ、地域の身近な相談役です。ご自分の地区を担当している方がわからない時は、市役所地域福祉課（☎565-1111（市役所代表））にお問い合わせください。

⑤ 東京都多摩若年性認知症総合支援センター（☎042-843-2198）

東京都の委託を受け、専門の若年性認知症支援コーディネーターがご本人やご家族からの相談に対応します。また、地域包括支援センターや医療機関等の専門機関とも連携しながら若年性認知症の人への支援を行います。

所在地 日野市大坂上一丁目30番地の18 大竹ビル2階

⑥ ケアマネジャー

介護サービス全般を支援する専門職です。サービスの利用に関する相談や連絡・調整を行います。

⑦ かかりつけ医／歯科医

病気になったとき、まず最初に相談したいお医者さんです。

もの忘れが気になりはじめたら、まずはかかりつけ医／歯科医に相談しましょう。また、日ごろから健康管理してくれるかかりつけ医／歯科医を持ちましょう。

⑧ 認知症疾患医療センター

東京都の指定を受けた認知症の専門医療機関です。専門医による認知症の診断並びに認知症の周辺症状及び合併症の対応を行います。

名称等	所在地	電話番号
武蔵村山病院（地域連携型）	榎一丁目1番地の5	☎566-3312
立川病院（地域拠点型）	立川市錦町四丁目2番地の22	☎0120-766-613

⑨ 認知症初期集中支援チーム（☎590-1233（市役所高齢福祉課））

認知症の人とご家族をサポートする医師と医療・介護の専門職（保健師、看護師、社会福祉士、介護福祉士など）からなる認知症の専門知識と豊富なケアの経験を持つチームです。

認知症の人とご家族からの相談により、早期に専門医療機関の受診・治療につなげ、適切な医療や介護が受けられるよう支援します。

医療支援

⑩ かかりつけ薬局

日ごろ服用している薬のことや管理の仕方について相談できます。薬の飲み忘れが気になる、副作用が心配などありましたらかかりつけ薬局に相談してみましょう。

⑪ 認知症サポート医

認知症サポート医とは、国等が実施する適切な認知症診療の知識や技術などについて研修を受けた医師です。認知症サポート医の情報は、東京都ホームページ「とうきょう認知症ナビ」に掲載されています。

☆とうきょう認知症ナビホームページ

http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/zaishien/ninchiishou_navi/

⑫ 訪問看護／訪問リハビリ

医師の指示に基づき看護師やリハビリ専門職が自宅に訪問し、健康管理やリハビリを受けることができます。

生きがい支援／介護予防支援

身近な地域の中で社会の一員として、ご自身の経験や能力を活かしてお互いさまのまちづくりに参加してみませんか。

サービス名	内容
⑬ お互いさまサロン	地域のみんなで集まり、おしゃべりや体操、脳トレなどを行い、楽しく介護予防することができる、歩いて通えるサロンです。詳しくは、20ページに掲載しています。
⑭ 老人クラブ	生きがいや健康づくり、社会活動を行い、明るい長寿社会を作ること目標に活動する自主的な組織です。詳しくは、市役所高齢福祉課（☎590-1233）までお問い合わせください。
⑮ シルバー人材センター （☎564-1081）	会員となった60歳以上の方が身近な困りごとを支援しています。高齢者が働くことを通じて生きがいを得るとともに、地域社会で支えあって活動しています。詳しくは、お電話でお問い合わせください。
⑯ 自治会	一定の区域の住民で組織する団体で、住民同士互いに支え合い、より住みやすい地域づくりのための活動を行っています。
⑰ 小地域福祉組織化事業	住み慣れた地域の中で、安心して暮らしていけるよう、自主的に組織し運営する団体を支援します。詳しくは、社会福祉協議会までお電話（☎566-0061）でお問い合わせください。

⑱ 介護予防・日常生活支援総合事業（☎590-1233（市役所高齢福祉課））

平成29年4月から高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的に開始されました。

(1) 一般介護予防事業

認知症予防教室をはじめとした、様々な教室があります。詳しくは市ホームページや市報むさしむらやまをご覧になるか、お電話でお問い合わせください。

(2) 介護予防・生活支援サービス事業

要支援認定を受けた方や基本チェックリストにより該当した方が対象で、下表のサービスなどを受けることができます。詳しくは、お近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。

サービス名	内容
訪問型サービス	掃除、洗濯等の日常生活上の支援です。 介護事業者等から派遣されたホームヘルパーが支援します。
通所型サービス	機能訓練や集いの場などのサービスです。 送迎により介護事業者が開設する通所介護施設に行き、食事、入浴、リハビリ等のサービスを受けます。

見守りと生活支援

☆ 市役所の高齢者福祉サービス

支援の名称	内容
⑲ 生活支援ヘルパー	介護サービス等が利用できない在宅の65歳以上の高齢者で、心身機能の低下により一時的に日常生活を営むのに支障がある独居高齢者等を対象に、ホームヘルパーを派遣し、家事援助を行います。
⑳ 生きがい対応型デイサービス	介護サービス等が利用できない在宅の高齢者の方を対象に、シルバー人材センターにおいて趣味活動、健康チェックなどの通いのサービスを行っています。
㉑ 食事サービス	日常の買い物、炊事等が困難な65歳以上の独居高齢者や高齢者のみの世帯の方に、平日に高齢者に適した昼食を手渡しでお届けします。
㉒ 友愛訪問	65歳以上の独居や高齢者のみの世帯で、近隣との交流に乏しい方を訪問し、話し相手になったり相談に応じます。
㉓ 緊急通報システム	65歳以上の独居や高齢者のみの世帯で、疾患により常時体調確認が必要な方に、急病、事故等の緊急時に通報ボタンを押すと東京消防庁又は市と契約した民間事業者に通報が入る機器を設置します。
㉔ 火災安全システム	65歳以上の寝たきり高齢者または独居高齢者等で心身機能の低下に伴い防火等の配慮が必要な方に、火災による緊急事態に備えて住宅用防火機器（火災警報器、電磁調理器等）を給付します。
㉕ ごみ出し支援	ごみ出しが困難な利用要件に該当する高齢者等に、玄関先から集積所にごみを排出します。
㉖ 見守り安心カード	高齢者の安全を確保するために、地域包括支援センターで希望者に個人カードを作成し配布しています。緊急時に身元や緊急連絡先がわかるよう備えます。
㉗ 高齢者地域見守りネットワーク	地域の住民等のネットワークにより在宅の独居高齢者等の高齢者を見守り、その方が地域から孤立することを防止し、また異変を早期に発見して必要な援助を行います。
㉘ おむつ給付	在宅のおおむね65歳以上の常時おむつが必要で支給要件に当てはまる高齢者に、紙おむつ等を給付します。
㉙ 移送サービス ※お問い合わせは市役所障害福祉課 （☎590-1185）まで	歩行が困難で車いす等を使用している寝たきり高齢者等が対象で、車いすや寝台のまま乗ることができる車を通院等で利用することができます。

㉙以外のお問い合わせは、市役所高齢福祉課（☎590-1233）まで

③⑩ 消費生活センター（☎565-1111（市役所代表））

訪問販売、不正請求、多重債務などの消費生活全般に関わる相談をお受けしています。詳しくは、お問い合わせください。

◎相談日

月・水・金曜日：市役所1階、火曜日：緑が丘出張所

③⑪ 訪問電話（シルバーテレホン）（☎566-0061（社会福祉協議会））

昼間おひとりの高齢者の方へ訪問電話を行っています。

③⑫ 日常生活自立支援制度（☎566-0061（社会福祉協議会））

判断能力が不十分な認知症の方や、知的・精神障害者を対象に、福祉サービスの利用手続や日常の金銭管理のお手伝いを行います。

③⑬ 成年後見制度相談支援制度（☎566-0061（社会福祉協議会））

認知症や障害等により判断能力が不十分な方の権利を守るための制度です。

介護支援

要介護（支援）認定を受けた方が受けることができるサービスです。要介護（支援）認定の申請については、お近くの地域包括支援センターにお問い合わせください。

サービスの種類	内容	ご相談先
③⑭ 訪問介護（ホームヘルパー）	ホームヘルパーが訪問し、調理などの家事支援や、入浴などの体のケアを行います。	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">担当の ケアマネジャー</div> <p style="text-align: center;">または</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">地域包括 支援センター</div>
③⑮ （介護予防）訪問看護	看護師などに訪問してもらい、認知症ケアの相談ができ、点滴や床ずれなど医療面をサポートします。	
③⑯ （介護予防）訪問リハビリ	リハビリの専門職が訪問し、自宅でリハビリを行います。	
③⑰ （介護予防）訪問入浴介護	自宅に浴槽等を持ち込み、入浴介助を行います。	
③⑱ （介護予防）居宅療養管理指導	医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などが訪問し、薬の飲み方、食事など療養上の管理・指導を行います。	
③⑲ 通所介護	デイサービスセンターで食事・入浴等の介護や機能訓練を日帰りで受けることができます。	
④⑰ （介護予防）通所リハビリ	医療機関等で日帰りの機能訓練などを受けることができます。	

④① （介護予防）短期入所生活（療養）介護	介護老人福祉（保健）施設等に短期間入所して、医療ケア・機能訓練等が受けられます。	
④② 小規模多機能型居宅介護	小規模な住居型の施設への「通い」を中心に、自宅への「訪問」、施設へ短期間「泊まる」サービスを受けることができます。	

家族支援

④③ 認知症カフェ

認知症の方やご家族が、地域の身近な場所で、医療保健福祉の専門家に相談ができたり、地域の方との交流ができる場所です。現在、市内には4か所の認知症カフェが設置されています。詳しくは、それぞれのカフェ（下表）にお問い合わせください。

カフェの名称 （実施主体）	会場 （所在地）	電話番号
オレンジカフェ in 緑が丘 （緑が丘地域包括支援センター）	村山団地地域ケアセンター （緑が丘1460番地46号棟1F）	☎590-5151
オレンジカフェ ふくろう （武蔵村山病院）	武蔵村山病院本館2階会議室 （棟1-1-5）	☎566-3312
シニアメイトのオレンジカフェ （NPO法人シニアメイトサービス）	武蔵村山市民総合センター1階喫茶コーナー茶花 （学園4-5-1）	☎564-0011
オレンジカフェ in コーヒーの実 （介護老人保健施設アルカディア）	自家焙煎豆や「コーヒーの実」 （三ツ藤1-82-12）	☎569-3900

④④ 家族介護者交流会

在宅で介護されている方を対象に、情報交換や心身のリフレッシュ、介護に関する知識の習得を目的として開催しております。詳しくは、それぞれの交流会（下表）にお問い合わせください。

交流会の名称	実施主体	電話番号
介護者交流会	南部地域包括支援センター	☎590-1477
緑が丘地区 家族会 （介護者交流会）	緑が丘地域包括支援センター	☎590-5151

④⑤ 家族介護慰労金（☎590-1233（市役所高齢福祉課））

要介護者を介護保険のサービスを利用せずに介護する家族に対し、慰労金を支給しています。

④⑥ 徘徊高齢者等家族支援サービス（☎590-1233（市役所高齢福祉課））

位置探索システムにより徘徊する認知症高齢者等の居場所情報を提供することにより、同居の介護者を支援します。

住まいの支援

㉔ シルバーピア（高齢者住宅）（☎ 590-1233（市役所高齢福祉課））

65歳以上の独居や二世帯の方で住宅にお困りの方が、自立して、安全かつ快適な日常生活を送ることができる住宅です。また、緊急時の対応や日常生活の相談にも生活協力員が対応します。

㉕ サービス付き高齢者向け住宅

高齢者の居住の安定を目的として、バリアフリー構造等を有し、介護・医療と連携し高齢者を支援するサービスを提供する住宅です。詳しくは、一般社団法人 高齢者住宅推進機構のホームページをご覧ください。

☆一般社団法人 高齢者住宅推進機構ホームページ

<http://www.satsuki-jutaku.jp>

☆介護保険により提供されるサービス

サービスの種類	内容	ご相談先
㉔ 認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)	認知症の高齢者に対して、共同生活をしながら、必要な介護や機能訓練を受け、能力に応じた自立した生活を目指します。	担当の ケアマネジャー
㉕ 介護老人保健施設	病状は安定していても在宅での介護が困難である高齢者が、医療ケアやリハビリを受けることを目的とした介護施設です。	
㉖ 特別養護老人ホーム	介護が常時必要で、在宅では生活が困難になった高齢者が入居し、生活全般において様々な介護を受けながら生活する施設です。	または
㉗ 福祉用具貸与 購入費の支給	自立した生活を送るために福祉用具のレンタルができます。また一部の用具については購入費を助成します。	地域包括 支援センター
㉘ 住宅改修費の支給	在宅高齢者の住宅改修の費用を助成し、日常生活の安全性の確保と介護者の負担軽減を図ります。	

「お互いさまサロン」

市では『子どもからお年寄りまで だれもが垣根なく「お互いさま」でつながるまちづくり』を目標に、歩いて通える「お互いさまサロン」づくりを進めています。「お互いさまサロン」では、脳トレや体操など様々な講座やレクリエーションを行い地域の高齢者の介護予防やいろいろな世代の交流を目指しており、平成30年1月現在、10か所のサロンが開設されております。

詳しくは、担当の地域包括支援センターまでお問い合わせください。

地区	サロン名	開催日	担当地域包括支援センター
本町	よこた	第3月曜日	北部
伊奈平	にこっと	第1火曜日	西部
中原	あったかサロン中原	第2水曜日	西部
大南	おおみなみ	毎週水曜日	南部
緑が丘	北斗七星	第3木曜日	緑が丘
学園	むさし村山苑	第1・3金曜日	南部
本町	まどか	第2金曜日	北部
緑が丘	るんるん	毎月最終金曜日	緑が丘
三ツ藤	三ツ藤	第1土曜日	西部
大南	大南公園	毎月20日	南部

認知症予防に関する普及啓発事業

認知症予防教室



○ 脳のパワーアップ教室

高齢者の認知機能低下の予防のため、1回1時間の簡単な読み書き・計算・すうじ盤の学習、座ってできる体操や懇談会を行います。

詳しくは、市役所高齢福祉課にお問い合わせいただくか、市報むさしむらやまをご覧ください。

認知症講演会



○ 知って安心 認知症講座

認知症の人が住み慣れた場所で自分らしく生活を続けるためには、家族や地域の人が認知症について正しい知識を持っていることが大切です。日頃、認知症のケアに従事している専門家が、認知症予防、認知症の基礎知識、認知症の人との関わり等についてお話しします。

詳しくは、市役所高齢福祉課にお問い合わせいただくか、市報むさしむらやまをご覧ください。

◀ 認知症サポーターになりましょう! ▶

ご近所の人や商店街、郵便局、銀行、交番など地域で働く人たちが、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族が困った時に手助けをしてくれると、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができます。

武蔵村山市では平成30年2月末現在4,058人の認知症サポーターが誕生しています。

認知症サポーターとは？

認知症についての正しい知識をもち、認知症の人や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」を受講してください。

- 1時間～1時間半の講義を受講すれば、どなたでもなることができます。
- 養成講座は、市役所や地域包括支援センターなどで実施しています。

お問い合わせ先 市役所健康福祉部高齢福祉課(電話042-590-1233)

受講者には、認知症サポーターの目印である「オレンジリング」が渡されます。



ひとりでも多くの方が認知症の人や家族の応援者になることが、認知症になっても安心して暮らしていけるまちづくりの第一歩です。

武蔵村山市の認知症ページにアクセス！！

「認知症になっても認知症の人と家族が地域で安心して暮らせるまちづくり」の推進を目的とし、認知症の方への支援に関する取組について掲載している武蔵村山市の公式ページです。

主な内容

- 認知症について知りたい方へ
- 市の認知症支援施策について
- 認知症支援を行う関係機関について
- 認知症の人と家族の居場所づくり活動を応援します



武蔵村山市認知症ページ

<http://www.city.musashimurayama.lg.jp/koureisha/1006450/>

発行 武蔵村山市

編集 武蔵村山市健康福祉部高齢福祉課

出典 東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課
「知って安心認知症」(平成29年9月発行)