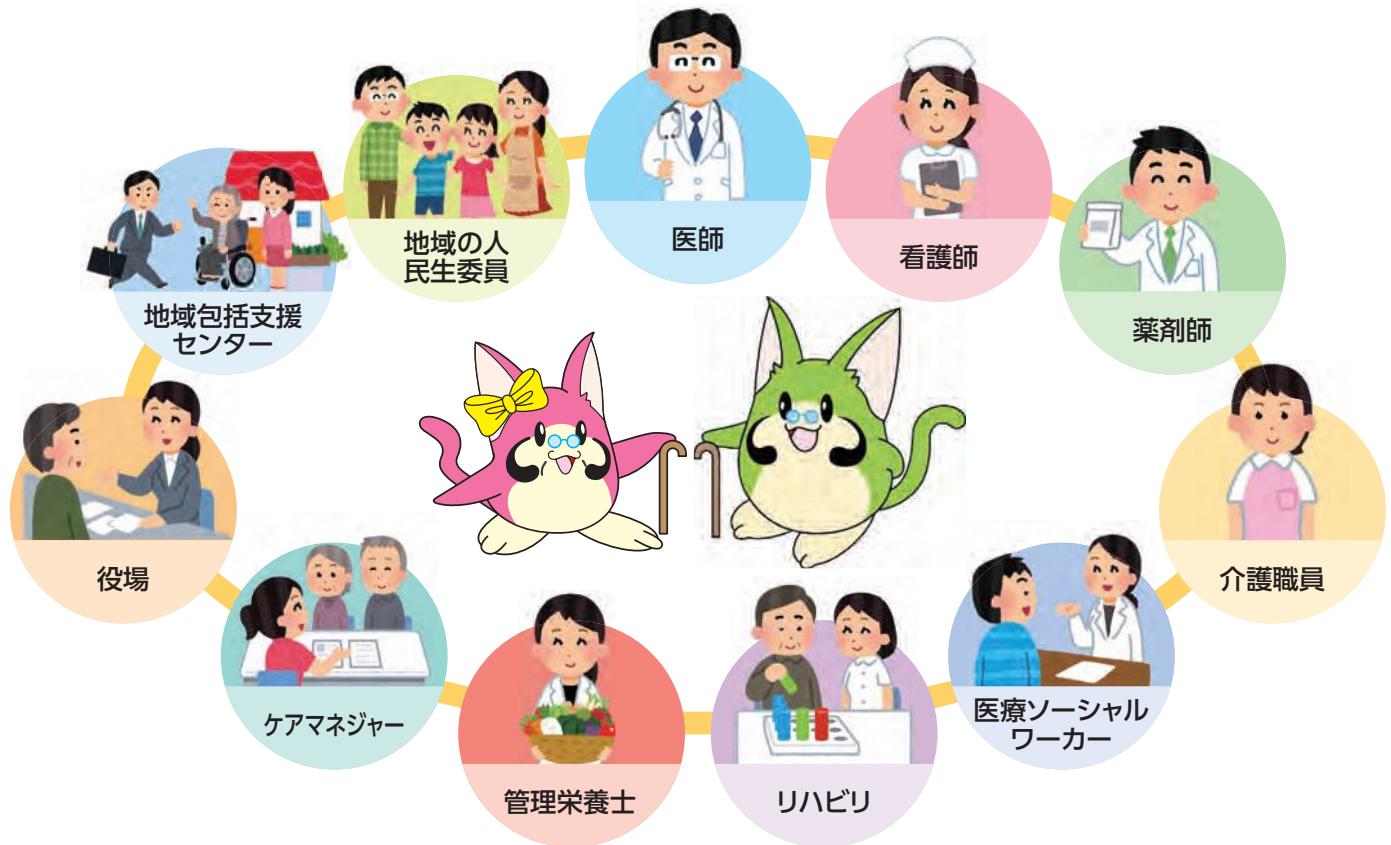


# 認知症サポート ガイドブック

～認知症と向き合いながら、自分らしい暮らしを続けるために～

このガイドブックは、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、認知症の進行や状態に合わせて受けられる医療・介護・福祉サービスなどを示したものです。



## 家族がつくった「認知症」早期発見のめやす

- 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 2. 同じことを何度も言う・問う・する
- 3. しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 4. 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
- 5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 6. 新しいことが覚えられない
- 7. 話のつじつまが合わない
- 8. テレビ番組の内容が理解できなくなった
- 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 10. 慣れた道でも迷うことがある

もの忘れが  
ひどい

判断・  
理解力が  
衰える

時間・  
場所が  
わからない

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

人柄が  
変わる

- 15. ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 16. 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 17. 「頭が変になった」と本人が訴える
- 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなったり
- 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなったり
- 20. ふざげ込んで何をするのも億劫がりいやがる

不安感が  
強い

意欲が  
なくなる

# 認知症の経過と家族の心構え

認知症の初期は特に緩やかに症状が変化していきます。早期に家族や周囲の人が認知症を理解し、進行に合わせて対応することで症状を軽減したりすることもできます。

認知症の経過	軽度認知障害（MCI）	(軽度) 認知症
	変化が始める時期	症状が目立ち始める時期
日常生活	自立	見守りがあれば生活は自立
認知症の主な症状 本人の様子	<input type="checkbox"/> 物忘れの自覚がある <input type="checkbox"/> 意欲の低下 <input type="checkbox"/> 新しいことを覚えることが苦手になる <input type="checkbox"/> 不安や焦りがあり、怒りっぽくなる <input type="checkbox"/> 計算間違いや漢字ミスが増える	<input type="checkbox"/> 同じことを何度も言ったり聞いたりする <input type="checkbox"/> 物のしまい忘れ・置き忘れるが増える <input type="checkbox"/> 日付や時間が分からなくなる <input type="checkbox"/> 同じものを何度も買う <input type="checkbox"/> 約束したことを忘れる <input type="checkbox"/> 疑い深くなり怒りっぽくなる <input type="checkbox"/> 調理がうまくできなくなる <input type="checkbox"/> ATMの操作ができなくなる <input type="checkbox"/> 意欲低下、趣味をやめる、身なりを気にしなくなる <input type="checkbox"/> 最近のことを覚えられない <input type="checkbox"/> 薬の飲み忘れるが増える <input type="checkbox"/> 火・水・電気を消し忘れる
本人の気持ち	<ul style="list-style-type: none"><li>○「何かがおかしい」と不安に感じている。</li><li>○今まで出来ていたことができなくなり、戸惑うことが増えている。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○失敗する場面が増え、自信を失いがち。</li><li>○「しっかりして」と周りに言われて不安が強くなる。</li><li>○周囲から注意される場面が増え、ストレスをためて症状を悪化させやすい状態。</li></ul>
家族の気持ち	<ul style="list-style-type: none"><li>○年齢のせいだろう。</li><li>○言えばできるはず。</li><li>○たいしたことではないだろう。</li><li>○しっかりしてくれよ。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○何回、同じことを言わせるの。勘弁してくれよ。</li><li>○こんなに説明しているのになんて分からないんだ。</li><li>○まさかうちの家族が認知症になる訳がない。</li><li>○恥ずかしくて近所や知り合いに相談できない。</li><li>○家族間での認識の差が大きく、気づいている家族が一人で悩む時期。</li></ul>
やっておきたいこと 決めておきたいこと	<ul style="list-style-type: none"><li>○心配な症状については、かかりつけの医師に相談しておきましょう。専門医を紹介されることもあります。(P8)</li><li>○認知症、介護保険の事を学ぶ機会を持ちましょう。(P11)</li><li>○詐欺に気をつけましょう。(P7)</li><li>○火の元に気を付け、火災報知器を取り付けたり、IH調理器に交換しましょう。</li><li>○地域の方と交流を持ちましょう。</li><li>○もしもの時に備えて「わたしのことノート」を記載できるよう支援し、本人の意思を家族間で共有しておきましょう。(P5)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>○悩みが増えてくる時期です。一人で抱え込まずに介護仲間を作りましょう。(P10)</li><li>○家族や親せき、本人の親しい人には病気のことを伝えておきましょう。</li><li>○日中本人1人での生活が困難と感じ始めたら介護認定の申請を検討しましょう。</li><li>○医療、介護サービスを活用し、頑張りすぎない介護を心がけましょう。(P8・9・12・13)</li></ul>

※症状には個人差があります。今後を見通す参考にして下さい。



(中等度) 認知症	(重度) 認知症	(最重度) 認知症
症状が多発する時期	身体面の障害が複合する時期	終末期
手助け・介護が必要となってくる	常に介護が必要	常に介護が必要
<input type="checkbox"/> 物忘れが進む <input type="checkbox"/> 買い物や金銭管理ができなくなる <input type="checkbox"/> 季節に合った服が選べない <input type="checkbox"/> 電話、訪問者の対応が一人では難しい <input type="checkbox"/> 道が分からなくなる <input type="checkbox"/> 家電が扱えない <input type="checkbox"/> 入浴を嫌がる <input type="checkbox"/> 攻撃的な言動、暴言、暴力行為 <input type="checkbox"/> 昼夜逆転がみられる <input type="checkbox"/> 「物を盗られた」などの被害妄想が出てくる <input type="checkbox"/> 不安、焦り、孤独が強く出てくる <input type="checkbox"/> 失禁で汚れた下着を隠す	<input type="checkbox"/> 着替え、食事、トイレなどがうまくできない <input type="checkbox"/> 時間・場所・季節が分からなくなる <input type="checkbox"/> 自分のいる場所が分からなくなる <input type="checkbox"/> 自宅にいるのに家に帰ると言う <input type="checkbox"/> 歩行が不安定になる <input type="checkbox"/> 介護を拒む <input type="checkbox"/> 不快な音を立てる <input type="checkbox"/> 尿意、便意を感じにくくなる <input type="checkbox"/> 失禁することが増える <input type="checkbox"/> 家族の顔や名前が分からなくなる <input type="checkbox"/> 食べ物でない物を口に入れる	<input type="checkbox"/> コミュニケーションが難しくなる <input type="checkbox"/> 車いすやベッドでの生活が長くなる <input type="checkbox"/> 日常生活の全てに介助が必要となる <input type="checkbox"/> 飲み込みが悪くなり、誤嚥しやすくなる <input type="checkbox"/> 親しい人や家族が認識できなくなる <input type="checkbox"/> 獲得した記憶を失い、若いころの記憶の世界で生きている
<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の失敗や能力低下の不安がより強くなり、身近な人に症状が強く出る。</li> <li>○「叱られた」「馬鹿にされた」などの嫌な感情が強く残る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○言葉で意思を伝えることは難しくなりますが、「嬉しい」「気持ちいい」「不快だった」などの感情は残っている。</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>○本人の変化が増え、戸惑う。</li> <li>○他人の前ではしっかりし、近しい家族には強く当たり、苛立つ場面が増える。</li> <li>○相手のペースに振り回され、疲れ切ってしまう辛い時期。</li> <li>○一気に認知症が進んだ感じがする。</li> <li>○この先がどうなるのか不安。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自宅で介護は難しいと感じる時期。</li> <li>○認知症なんだと割り切る。</li> <li>○元気だったころと比べて落胆。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○受容。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○認知症を隠さず、身近な人に伝え、理解者や協力者を作りましょう。</li> <li>○今後の事について検討し、必要に応じて施設の情報収集などを行っておきましょう。(P12・13)</li> <li>○預貯金の管理・出し入れについてサポートできる制度がありますので、本人と相談しておきましょう。(P15)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○介護する家族の健康や生活を大切にしましょう。</li> <li>○「わたしのことノート」の保管場所・内容を確認しておきましょう。できるだけ本人の意思を尊重した療養生活を送れるよう、家族間でよく話し合っておきましょう。(P5)</li> <li>○医師などと今後の対応について話をしておきましょう。</li> </ul>	

# 認知症とは

脳の障害などのさまざまな原因によって、生活に支障が  
出る程度にまで認知機能が低下した状態を指します。

## アルツハイマー型認知症

脳の神経細胞が少しずつ壊れ、脳全体が徐々に縮んでいく病気。

- 認知機能障害（記憶障害や見当識障害）
- もの盗られ妄想や徘徊
- 意欲の低下



## 脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの病気により、脳細胞が破壊される病気。



- 認知機能障害・意欲の低下
- 手足のしびれ・麻痺
- 感情のコントロールがうまくいかない

## レビー小体型認知症

脳の神経細胞に、レビー小体という異常なたんぱく質が多く集まり、神経伝達ができなくなる病気。



- 認知機能障害
- 幻視・幻聴、睡眠障害
- パーキンソン症状が出る

## 前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉が縮み、血流が低下して起こる病気。



- 病識の欠如（無関心・意欲低下）
- 抑制がきかず、暴力的になる
- 同じ行動や習慣を繰り返す

## 周辺症状：心の状態や性格、周りの環境により出てくる症状

- もの盗られ妄想
- 入浴や着替えを嫌がる
- 落ち着かずイライラしやすい

## 認知機能障害：認知症本来の症状

- 新しいことが覚えられない
- 時間や場所、人物などが分からぬ
- 段取りや計画が立てられない
- 考えるスピードが遅くなり、的確な判断ができない

- 睡眠障害で昼と夜が逆転する
- 気持ちが落ち込む
- やる気がでない

- 実際にはないものが見えたり、聞こえたりする
- 食べ物でないものを食べようとしたたりする

- あちこち歩きまわり、道に迷う
- 大きな声をあげたり、手を上げようとする

## ▶軽度認知障害(MCI)

もの忘れなどの症状はあるが、日常生活では支障がなく、正常とも認知症とも言えないものです。

いわゆる『認知症予備軍』です。

軽度認知障害の人の7～8割が5年後には認知症になるといわれています。

早期に対応することで認知症への進行を防いだり、遅らせたりすることができます。

## ▶若年性認知症

18～64歳で発症する認知症のことをいいます。

若年性認知症は家計を支える働き盛りの世代に起こるため、退職することになったり、介護が長期になったりすることが多く、本人や家族にとって、経済的にも精神的にも負担が大きくなります。

## 早期発見・早期対応が必要な理由

### 1. 治る病気や一時的な症状の場合があります

脳腫瘍、慢性硬膜下血腫、正常圧水頭症などの病気で外科的な処置で良くなる場合や、お薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出たり、正しく調整することで回復する場合があります。

### 2. 進行を遅らせることが可能な場合があります

認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、その進行スピードを遅らせることがあります。

### 3. 今後の生活の準備をすることができます

早期に診断を受け、症状が軽いうちに本人や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ができ、自分らしい生き方をすることができます。

## 本人が受診を拒む場合の対応方法

家族や周囲が受診をすすめても、本人が頑なに拒むことがあります。

強引に連れて行ったり、ごまかして連れて行くとうまくいかない場合もあります。

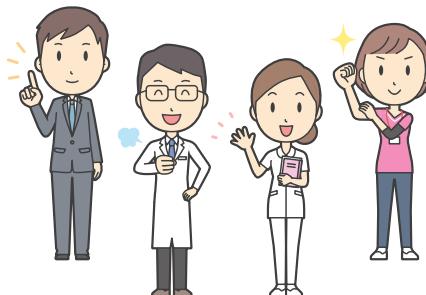
### スムーズに受診するコツ

- ①病院に連れ出す「きっかけ」を作りましょう。  
例えば「健康診断のお知らせが来ていたよ。」などの声をかけてみましょう。
- ②事前に病院に連絡して、スムーズに受け入れる体制を整えてもらいましょう。  
また、かかりつけ医に相談して、医師から勧めてもらう方法もあります。
- ③受診に連れて行くのは日頃から本人と信頼関係が築かれている方がベストです。
- ④本人を連れて行かない選択肢もあります。家での様子を先生に相談したり、  
受診を拒むことについて、どうしたらいいかと聞いてみるのも良いでしょう。

P8 高根沢町の医療機関、P9 認知症の専門医療機関をご参考ください。



## 認知症初期集中支援チーム



認知症の人や認知症の疑いのある人、その家族のもとに、保健や医療、介護に関する専門的な知識を持つスタッフが訪問し、適切な医療や介護サービスが受けられるように手助けします。

認知症は誰もがなる可能性のある病気です。一人で抱え込みず、まずは地域包括支援センターなどにご相談ください。

高根沢西地域包括支援センター TEL : 028-680-3503  
高根沢東地域包括支援センター TEL : 028-676-0148 (P13)

### ◇「わたしのことノート」で気持ちを共有しましょう◇

高根沢町版のエンディングノート「わたしのことノート」は、自分で意思表示ができなくなったときに困らないように、家族に宛てたメッセージや最期の療養の仕方（療養場所・延命治療の希望の有無）、財産、葬儀などについて書き留めておけるものです。  
もしもの時に備えて、大切な人と一緒に考え、記入しておきましょう。

【下記の場所で受け取ることができます】 \*ノートは無料です。

- 役場健康福祉課 住所：石末2053番地
- 福祉センター 住所：花岡72番地2 高根沢町キリン体育館内
- 高根沢東地域包括支援センター 住所：花岡2158番地10
- 高根沢西地域包括支援センター 住所：宝積寺2240番地1

※高根沢町ホームページからもダウンロードできます。

[https://www.town.takanezawa.tochigi.jp/kenko/korei/endingnote\\_watasinokotonote.html](https://www.town.takanezawa.tochigi.jp/kenko/korei/endingnote_watasinokotonote.html)



# 認知症の対応例

認知症の人の気持ちに寄り添い「驚かせない」「急がせない」「自尊心を傷つけない」で対応しましょう。

## ごはんはまだ？



## 通帳がない！



- ・「もうすぐできるから少し待っててね」などの声掛けをしてみましょう。
- ・お菓子や果物などの間食を用意しておき「先にこれを食べておいて」と出してみましょう。
- ・間食に備えて1回の食事量を減らしたり、間食をおにぎりにして出したりしてみましょう。

- ・認知症になると直前の出来事を忘れてしまったり、満腹を感じるセンサーの働きが悪くなってしまって満腹感が持てずに「食べてない」と言い張ります。「さっき食べたでしょ」と叱るのは逆効果です。

- ・「それは大変」と共感して一緒に探してみましょう。
- ・本人が見つけ出せるように「ここを探してみましょう」と誘導したり、見つかったら一緒に喜んだりするのも効果的です。
- ・探しても見つからない時は「お茶を飲んでからまた探ししましょう」と関心の方向を変えてみましょう。

- ・「私が盗るわけないでしょ」「また置き忘れたんでしょ」と頭ごなしに否定するのはやめましょう。
- ・本人より先に見つけだすと「やっぱりあんたが盗んでいた」とより疑いが深まることもあります。

## 消費者トラブル



- 通信販売の返品については、各社の返品規定に従うことになります。事業者によっては、今後、注文を受けないようにしてくれる場合もあるので、相談してみることをお勧めします。
- ダイレクトメールなど定期的に届くものを停止したり、電話の発信制限をするなどの方法もあります。
- 判断が不十分で、契約などの手続きが困難な場合は、成年後見制度を活用する方法もあります。(P15)
- 認知症として、金銭管理が不得意になることがあります。本人を責めずに対応しましょう。
- 消費者トラブル予防のためにチェックリストを活用しましょう。(P14)

消費生活に関する問い合わせ  
高根沢町消費生活センター TEL: 028-675-3000

## 突然大声で怒り出す



- 穏やかに「どうしましたか?」「何かありましたか?」と問いかけてみましょう。興奮状態のときはうまく話題をかえるなどの対応をしましょう。
- その場を離れて、一定の時間をおき、本人が忘れるのを待つといった工夫が有効なこともあります。
- もし、あまりにも激高するようなら専門医の診察を受けるようにしましょう。
- 認知症になると、感情をコントロールする能力の低下や様々な思いを上手く表現することができなくなり感情の起伏が激しくなることがあります。また冷たい態度や馬鹿にした言葉には敏感に反応します。
- どんなときも、プライドを傷つけない対応を心がけましょう。

# 高根沢町の医療機関

## 町内医療機関

★のついている医療機関には**とちぎオレンジドクター**がいます！

医療機関名	住 所	電話番号
① ★ 阿久津医院	大谷176番地1	675-2511
② 小林内科医院	宝積寺2261番地23	675-2485
③ ★ 菅又病院	花岡2351番地	676-0311
④ ★ 高根沢中央病院	光陽台3丁目16番地1	675-1133
⑤ 谷口医院	宝積寺1038番地	675-0005
⑥ 深澤クリニック	平田1920番地1	676-0671
⑦ 倉持整形外科宝積寺	宝積寺2384番地37	675-0033
⑧ にいたに内科・糖尿病クリニック	宝石台4丁目1番地16	611-3414
⑨ 越井クリニック	光陽台4丁目2番地12	680-1133
⑩ 中津川循環器科内科クリニック	宝積寺2388番地5	675-7521
⑪ たかはし眼科	光陽台4丁目7番地1	680-1711
⑫ 高根沢皮フ科クリニック	宝石台2丁目5番地18	675-2111
⑬ 関根クリニック	光陽台5丁目7番地3	612-7015
⑭ 在宅ほすびす	宝積寺1120番地3	688-7005



## 町内のとちぎオレンジドクターを紹介します！

とちぎオレンジドクターは栃木県が認定した、もの忘れや認知症の相談ができる医師です。



阿久津医院 | 阿久津 博美 医師



高根沢中央病院 | 青木 洋 医師



菅又病院 | 福田 澄子 医師

超高齢化社会になって認知症は特別な病気ではなくなりました。でも介護する家族にとっては徘徊、不眠、妄想（周辺症状）など困ったことが次々と起こりますから、常に心に余裕を持って接することが難しくなります。周辺症状の中にはお薬の治療や介護の介入で軽減するものがありますので、一人で悩まずにご相談ください。

困ったことがおきていませんか？日頃の暮らしのなかで、高齢のご家族などの様子がおかしい事への気づきが、認知症の発見につながることがあります。たとえば会話が難しいなどの聴力障害は、認知症の危険因子とされています。多職種との連携や認知症専門医への紹介等により対応していくことで、ご本人やご家族が少しでも穏やかに生活できれば幸いです。

認知症かも…と思ってもご本人が受診を拒むことが多いです。体のチェックや健康診断として病院受診をしていただいても大丈夫です。その際、ご家族からお話を伺わせていただいているので安心してください。何に困っているか、今後どのように関わっていくか、一緒に考えていきましょう。みんなが無理のない形で生活することが大切です。また、通院が困難な方には、往診も行っていますので、お気軽にご相談ください。

# 認知症の専門医療機関

## 〈専門医への受診の流れ〉

まず、かかりつけ医に症状について相談しましょう。必要があれば、かかりつけ医から専門医を紹介していただくことができます。

認知症は初期であるほど診断が難しいため、適切な治療を受けるためには専門医に受診することが理想です。

本人の受診が難しい場合は、まず家族の方だけでも相談してみましょう。

## 県内認知症疾患医療センター

認知症疾患医療センターは、専門医による識別診断や治療の選定などを行い、認知症の方本人や家族の方々にとって最も良いケアの方法を考える専門医療機関です。

医療機関名	住 所	電話番号
佐藤病院	矢板市土屋18	0287-43-1150
烏山台病院	那須烏山市滝田1868-18	0287-82-0051
皆藤病院	宇都宮市東町22	028-689-5088
済生会宇都宮病院	宇都宮市竹林町911-1	028-680-7010
芳賀赤十字病院	真岡市中萩2-10-1	0285-81-3856
獨協医科大学病院	壬生町北小林880	0287-87-2251
自治医科大学附属病院	下野市薬師寺3311-1	0285-58-8998
上都賀総合病院	鹿沼市下田町1-1033	0289-64-2186
足利赤十字病院	足利市五十部町284-1	0284-20-1366
足利富士見台病院	足利市大前町1272	0284-62-7775

## 町内保険薬局

お薬のことを相談できるかかりつけ薬局をもつと安心です。



薬局名	住 所	電話番号
光陽台薬局	光陽台4丁目2番地2	675-7123
メルシー薬局	大谷330番地4	689-9120
アルファーム薬局 高根沢店	花岡2478番地2	676-8010
とちぎ薬局 光陽台店	光陽台3丁目14番地8	680-1766
とちの木薬局 高根沢店	光陽台3丁目16番地9	612-7995
ピノキオファーマシーズ 高根沢店	光陽台5丁目7番地3	666-0712
ピノキオファーマシーズ 宝石台店	宝石台2丁目5番地2	612-2267
ほうせきだい薬局	宝石台4丁目1番地27	689-9025

# 高根沢町の認知症施策事業



## 1 やわらぎの会

- 認知症の人を介護しているご家族が、気軽に集まって日頃の悩みや不安などの思いを話したり、相談できる会です。誰かに話を聞いてもらうことで、気持ちが落ち着き、勇気づけられることがあります。専門職が携わるため安心してご相談いただけます。



介護の悩みを相談…話をきいてもらうと気持ちが落ち着きます。

## 2 オレンジカフェ

- 地域住民の誰もが気軽に立ち寄ることのできる集いの場です。
- 認知症の人やその家族が悩みを相談でき、安心して過ごせる場所です。
- 認知症に関する理解を深めるために、講座や座談会、認知症予防体操など様々なプログラムを開催しています。



夏祭り…季節に合わせたイベントも開催しています。オレンジカフェは地域住民の憩いの場です。



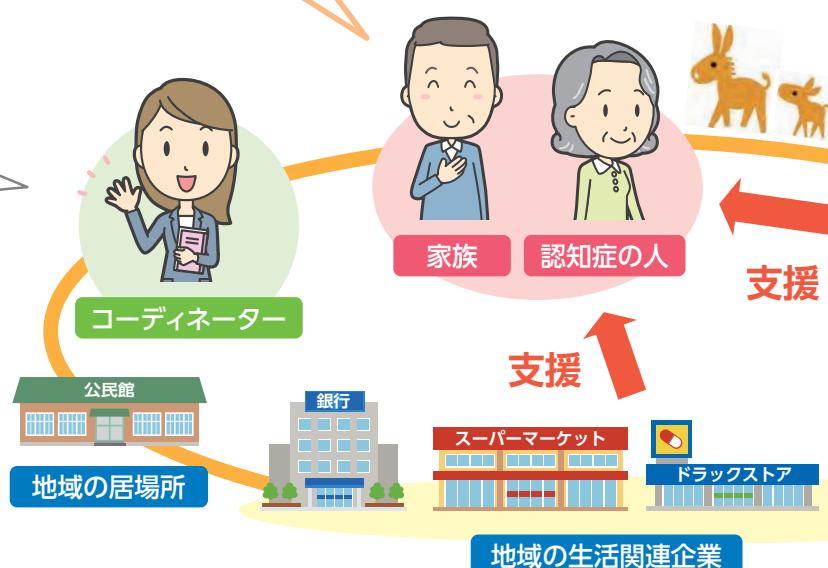
ロバ隊長のペーパークラフト作り! \*こちらは認知症サポートーキャラバンのマスコットキャラクターです。



認知症の人やその家族の気持ちを汲み取り、オレンジセンター や関係機関とのマッチングを行い、チームオレンジの体制作りを支援しています。

## ■認知症地域支援推進員

- 認知症の人やその家族などの相談に応じ、医療や介護サービスなどへつなげる役割や町の認知症施策を検討し、活動しています。
- 認知症地域支援推進員は、町・地域包括支援センター・グループホーム・社会福祉協議会・独立型社会福祉事務所に在籍しています。



## チームオレンジ

チームオレンジとは、認知症の方や高齢者などが住み生活できるように、チームとなって地域で支え合う体制上の図のように、コーディネーター や認知症地域支援センターを中心に近隣でチームを組み、見守りや訪問などまた、オレンジカフェややわらぎの会、地域の集いの情報提供も実施しています。

### 3 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などについて学ぶ講座です。

●誰でも受講できます。

すでに認知症の人を介護されている家族の方も参加しています。

地域の集まりや職場など少人数からでも申し込みいただけます。

●認知症サポーターとは、身の回りの方に講座で学んだ知識を伝えたり、生活の中で活用したり、地域の方へ声かけやサポートをする人のことです。



この講座を受講した人は、認知症サポーターとなり、上記の「認知症サポーターカード」が授与されます。

### 4 認知症サポーターステップアップ講座

●認知症サポーター養成講座のレベルアップした講座です。

●この講座を受講した人はオレンジサポーターとなり、認知症地域支援推進員やコーディネーターと一緒に認知症施策を進めていく仲間になります。

私たちはオレンジサポーターとして、オレンジカフェのお手伝いや認知症の人の見守りなどを行っています。  
ぜひ一緒に活動しましょう。



認知症サポーターステップアップ講座  
令和6年度受講終了者

#### 1~4の問い合わせ先

高根沢西地域包括支援センター TEL: 028-680-3503



オレンジ  
サポーター



コンビニエンスストア



慣れた地域で安心して  
のことをいいます。  
推進員、オレンジサポ  
を行っています。  
場などの本人に合った

#### ■ もの忘れ相談センター

- もの忘れ相談センターには、認知症介護の専門職が在籍しています。
- 認知症状についての悩みやその介護で悩んだら、一人で抱えずに相談してください。
- 来所・電話・訪問での相談ができます。



のぼりが  
目印!!

#### コミュニティケア けやき館

住所：上柏崎551番地1

TEL: 028-676-3300

月～金曜日 10時～16時

※随時お問い合わせください



#### 高齢者介護施設 宝夢

住所：宝積寺2424番地18

TEL: 028-666-5666

火・木曜日 9時～13時

※上記以外の時間でもお問い合わせください



# 高根沢町の介護サービス事業所

事業所名	住 所	電話番号	サービス内容
① 高根沢西地域包括支援センター	宝積寺2240番地1	680-3503	地域包括支援センター
② 高根沢東地域包括支援センター ケアハウス フローラ	花岡2158番地10	676-0148	地域包括支援センター ケアハウス・訪問介護・デイサービス
③ グループホーム フローラ 在宅介護支援センター フローラ	上柏崎551番地1	676-3300 676-3310	認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) ☆居宅介護支援事業所
NPO法人グループたすけあいエプロン ④ エプロン デイサービスセンター 木の香	花岡1503番地3	676-1100 676-1143	☆居宅介護支援事業所 訪問介護 デイサービス デイサービス
⑤ とちぎ訪問看護ステーションたかねざわ 居宅介護支援事業所たかねざわ	花岡1503番地9	688-7951	訪問看護 ☆居宅介護支援事業所
老人デイサービスセンターのぞみ 老人介護支援センターのぞみ ⑥ 特別養護老人ホーム高根沢のぞみ苑	光陽台三丁目15番地1 花岡2158番地10	680-1701 676-3366	デイサービス ☆居宅介護支援事業所 特別養護老人ホーム 短期入所生活介護 (ショートステイ)
⑦ 特別養護老人ホームフローラりんくる	宝積寺2240番地1	680-3555	特別養護老人ホーム 短期入所生活介護 (ショートステイ)
⑧ ケア・プランつかさ	宝積寺2321番地33	675-1237	☆居宅介護支援事業所
⑨ 居宅介護支援事業所ここら (心楽)	宝積寺2388番地5	675-6330	☆居宅介護支援事業所
⑩ 高根沢シルバーホーム	石末1005番地8	675-7877	通所リハビリテーション (デイケア) 短期入所療養介護 (医療型ショートステイ) 介護老人保健施設
⑪ ツクイ高根沢 ⑫ デイホーム照和 ⑬ かなうホーム照和 ⑭ 照和の訪問介護 ケープラン照和	宝石台三丁目10番地5 宝積寺1214番地3 石末2859番地1 光陽台一丁目1番地2 高根沢サンヒルシティ	680-2003 611-1662 678-3842 612-1841	デイサービス デイサービス デイサービス 訪問介護 ☆居宅介護支援事業所
⑮ 宝夢 小規模多機能型居宅介護大空 認知症グループホーム大地	宝積寺2424番地18	666-5666	☆小規模多機能型居宅介護 (P13参照) 認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)
⑯ 菅又病院 介護医療院 菅又病院	花岡2351番地	676-0311	介護医療院・訪問リハビリ 訪問リハビリ・通所リハビリ
⑰ 家族の家ひまわり宝積寺	光陽台六丁目1番地2	680-1021	サービス付き高齢者向け住宅
⑱ 訪問看護ステーションひだまり	石末2806番地8	080-4205-6074	訪問看護・訪問介護
⑲ 訪問看護ヴィーナス高根沢	宝積寺1120番地3	615-7885	訪問看護
⑳ 居宅介護支援事業所彩葉	宝積寺2261番地51	080-4782-6611	☆居宅介護支援事業所

☆居宅介護支援事業所とは、介護支援専門員が在籍し、介護認定を受けた方の相談を受け、利用者様の心身の状況や置かれている環境に応じた居宅サービス計画（ケアプラン）を作成し、サービス事業者や関係機関との連絡調整等を取りまとめます。

☆令和7年9月末時点の利用できる介護サービス事業所一覧です。

## 地域包括支援センター

地域包括支援センターとは、介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。高齢者が住み慣れた地域で生活できるように専門知識を持った職員が、介護サービスや介護予防サービス、保健福祉サービス、日常生活支援などの相談に応じています。



①高根沢西地域包括支援センター



②高根沢東地域包括支援センター

## 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の人が認知症ケアを専門とするスタッフのサポートを受けながら、9人以下という少人数で共同生活をする施設です。介護スタッフが24時間常駐し、認知症に対する配慮の行き届いた家庭的な生活空間で、認知症があっても安心して日常生活を営めるように支援しています。



⑯認知症グループホーム大地



⑰グループホーム フローラ

## 小規模多機能型居宅介護

「デイサービス」「ショートステイ」「訪問介護」の3つのサービスを顔なじみのスタッフが対応するので、新しい環境が苦手な認知症の人でも安心して利用できます。



⑮小規模多機能型居宅介護大空

## 介護医療院

医師・看護師の医学的管理のもと、療養上の管理・看護・介護・機能訓練・日常生活の支援を行う長期療養のための施設です。



⑯菅又病院 介護医療院

## 介護老人保健施設

要介護者の自宅復帰を目的とした介護保険施設です。



⑰高根沢シルバーホーム

## 特別養護老人ホーム

常時介護を必要とし、在宅での生活が困難な高齢者に対して、生活全般の介護を提供する施設です。



⑯特別養護老人ホーム高根沢のぞみ苑



⑰特別養護老人ホームフローラりんくる

認知症の経過と  
家族の心構え

認知症とは

認知症の対応例  
医療機関

認知症の  
専門医療機関

高根沢町の  
認知症施策事業

高根沢町の  
介護サービス事業所

自主返納について  
運転免許の

支契約手続きなど  
金銭管理・財産管理  
援について

消費者トラブル  
予防について

# 運転免許の自主返納について



## 運転免許の自主返納について

認知症が進行すると思考力・判断能力が低下し、とっさの判断が難しくなります。その時は、運転免許証の有効期間内に自主返納することができます。

加齢に伴う身体機能の低下などにより自動車などの安全な運転に不安のある高齢ドライバーやその家族、身体の障害や一定の症状を呈する病気などにより安全な運転に支障のある方はご相談ください。

運転免許の返納の手続き後5年以内に申請をすると、免許証サイズの「運転経歴証明書」の交付を受けることができます。この証明書は、これまで安全運転に努めてきた証明や記念となるもので、身分証明書にもなります。

### 栃木県運転免許センター 運転免許管理課

住所：鹿沼市下石川681 TEL：0289-76-0110

受付時間：平日および日曜日 10時～15時半  
(11時半～14時を除く)

## 高根沢町は高齢者運転免許自主返納を支援します！

ぜひご活用ください。



### ●利用できる方

高根沢町にお住まいの65歳以上で全ての運転免許を1年以内に自主返納された方。

### ●事業の内容

運転免許を自主返納された65歳以上の方にたんたん号の乗車回数券（3綴り・33回分）を1回限り交付します（※たんたん号の乗車回数券は本人以外でも使用可能です。）。

### ●申請の流れ

運転免許自主返納者支援事業申請書と下記①②のどちらかを町地域安全課に提出します。

（代理人が申請する場合は、申請者の押印が必要です。）

- ①運転免許を返納した際に発行される「申請による運転免許の取消通知書」の写しと本人確認書類（旅券、個人番号カード、その他本人であることを証明できるもの）の写し。
- ②運転経歴証明書（さくら警察署または運転免許センターにて申請）の写し。

高齢者運転免許自主返納に関するお問い合わせ 高根沢町 地域安全課 TEL：028-675-8110

# 消費者トラブル予防について

## ☑ 高齢者の消費者トラブルを防ぐための見守りチェックリスト

### 家の様子について

- 家に見慣れない人が出入りしていないか
- 不審な電話のやりとりがないか
- 家に見慣れないもの、未使用のものが増えていないか
- 見積書、契約書などの不審な書類や名刺などがないか
- 家の屋根や外壁、電話機周辺などに不審な工事の形跡はないか
- カレンダーに見慣れない事業者名などの書き込みがないか
- 身に覚えのない明細書が定期的に届いていないか

### 本人の様子について

- 定期的にお金をどこかに支払っている形跡はないか
- 生活費が不足したり、お金に困っていたりする様子はないか
- 何かを買ったことを覚えていないなど、判断能力に不安を感じることはないか

町内の集まりや事業所の方に、『たかねざわ消費生活出前講座』を無料で実施しています。お電話でお申し込みができます。

### 出前講座・消費生活に関するお問い合わせ

高根沢町消費生活センター TEL：028-675-3000

# R7新規事業 認知症高齢者等見守りシール交付事業について

高根沢町は行方不明になった認知症高齢者等の早期発見および保護を支援します！

認知症高齢者等が行方不明になった場合に備えて、認知症高齢者等やその介護者の情報を事前に登録し、二次元コードが印字された見守りシールを交付します。行方不明になった場合に、発見者が衣服等に貼られた二次元コードを読み取り、介護者等とどこシル伝言板で連絡を取り合い、早期に発見し保護することができるようになります。

## ●利用できる方

高根沢町にお住まいの在宅で生活するおおむね65歳以上の徘徊行動がある方で、次のいずれかに該当する方

- (1) 要介護認定を受けている
- (2) 認知症の診断を受けている

## ●申請の流れ

1. 「高根沢町認知症高齢者等見守りシール交付申請書」と「どこシル伝言板登録シート」を記入し、町健康福祉課に提出します。
2. 後日、決定通知書とあわせて、見守りシールを交付します。

## ●利用者負担

初回に発行する耐洗ラベルと蓄光シールは、町が負担します。追加で発行する場合は、利用者の自己負担になります。※認知症高齢者や介護者等の情報の登録に係る電気通信、コードの読み取りによる電気通信等により発生した通信料は、電気通信等を行った端末の所有者の自己負担になります。

### 認知症高齢者等見守りシール交付事業に関するお問い合わせ

高根沢町 健康福祉課 TEL : 028-675-8105

### どこシル伝言板の使い方

【動画】  
どこシル伝言板  
がよくわかる  
紹介ムービー



### 見守りシールは2種類あります



耐洗ラベル



蓄光ラベル

# 金銭管理・財産管理・契約手続きなどの支援について

## ●あすてらすたかねざわの利用について

軽度のもの忘れなどの症状がある人が対象です。本人との契約のもと、印鑑・通帳・保険証書などの管理や公共料金・家賃・医療費・福祉サービス費などの支払い手続きなどを本人の代理で行います。

高根沢町地域支えあいセンターまるっと（高根沢町社会福祉協議会内） TEL : 028-612-3440



後犬ちゃん

## ●高根沢町成年後見制度中核機関の利用について

認知症や障がいなどにより、判断能力が十分でなく、日常生活における契約や財産管理などの手続に援助が必要な方が対象です。中核機関では、社会福祉士等が成年後見制度について説明し、個々の状況に応じた相談支援を行います。

対象者やその家族の状況に応じた助言や申立てに必要な書類・手続の案内に加え、必要に応じて他制度・他機関の紹介も行います。制度利用の方法がわからない場合もご相談ください。  
※成年後見制度とは、本人の意思を尊重し、支払いや契約の手続き・金銭や財産の管理などを代理で行う制度です。

高根沢町成年後見制度中核機関（高根沢町 健康福祉課内） TEL : 028-675-8105

司法書士による成年後見制度無料相談会を奇数月の第3水曜日に開催しています。

法律の専門家と福祉の専門家の双方からアドバイスを受けることができます。

予約・問い合わせ先：高根沢西地域包括支援センター TEL : 028-680-3503





①～⑯ P8 高根沢町の医療機関を参照

①～⑳ P12 高根沢町の介護サービス事業所を参照

#### 【総合相談窓口】 介護保険や認知症のことなど気軽にご相談ください。

- ・高根沢町 健康福祉課 TEL : 028-675-8105
- ・高根沢西地域包括支援センター TEL : 028-680-3503  
( 宝積寺・宝石台・光陽台・中阿久津・上阿久津・石末・大谷 )
- ・高根沢東地域包括支援センター TEL : 028-676-0148  
( 花岡・伏久・飯室・文挟・亀梨・桑窪・平田・太田・上柏崎・中柏崎・下柏崎・西高谷・寺渡戸・上高根沢・栗ヶ島 )



《発行日》 令和6(2024)年3月(第1版)  
令和7(2025)年11月(第2版)

《発行》 高根沢町

《編集》 高根沢町認知症ケアパス製作委員会

《協力》 高根沢町認知症地域支援推進員連絡会  
高根沢町在宅医療・介護多職種連携会議  
認知症キャラバン・メイト連絡会

《問い合わせ先》 高根沢町役場 健康福祉課 高齢者・介護係  
TEL : 028-675-8105  
HPからもダウンロードできます。  
URL : <https://www.town.takanezawa.tochigi.jp/kenko/korei/service/guide.html>

