

九重町



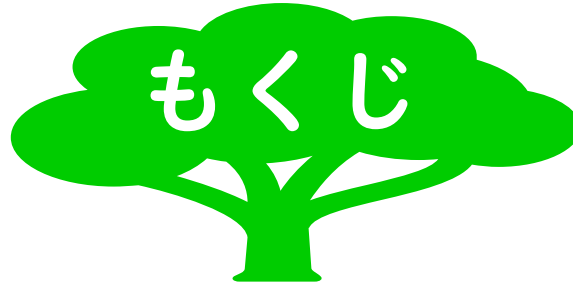
安心して暮らせるまちに

# 認知症ケアパス



はじめに

認知症ケアパスとは、認知症になっても住み慣れた町で安心して暮らすことができるよう、認知症の症状に応じた相談窓口や利用できるサービスをまとめたものです。症状や進行状況に合わせた対応や支援を整えていくために、このケアパスをご活用下さい。



## 目的別の主な支援内容

|                           |                       |
|---------------------------|-----------------------|
| もくじ.....1                 | ●相談窓口.....12          |
| 認知症ってどんな病気？認知症を知ろう.....2  | ●予防.....14            |
| 早期発見・早期診断のメリット.....5      | ●医療.....15            |
| 認知症の気づきチェックリスト.....6      | ●介護.....16            |
| 高齢者だけの病気ではありません若年性認知症...7 | ●家族支援・見守り・生活支援.....17 |
| どんな接し方をすればいい？.....8       | ●住まい.....22           |
| 「認知症ケアパス」一覧表.....9        | 玖珠郡内の施設サービス.....23    |
| 相談したいけど、どうしたらいい？.....11   | わが家の連絡先メモ.....25      |

# 認知症ってどんな病気？ 認知症を知ろう

## 認知症は 身近なもの

「認知症」は、色々な原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなり様々な障害が起こり、生活に支障をきたすようになった状態を言います。原因となる病気はいくつかありますが、誰でも起こりうることです。老化によるもの忘れや心の病気と混同されることもあるので、心配なときは、かかりつけ医を受診しましょう。

## ●認知症の原因になる主な脳の病気

認知症は原因によって症状や特徴があります。

| アルツハイマー型認知症   | 脳血管性認知症   | レビー小体型認知症  | 前頭側頭型認知症   |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>●最も多い認知症</li><li>●脳が委縮していき、ゆっくりと進行する</li><li>●早い段階でもの忘れ、時間や場所がわからなくなる</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>●脳梗塞や脳出血などが原因で起こる</li><li>●意欲が低下したり複雑な作業ができなくなったりする</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>●幻視、小刻み歩行などの特徴的な症状がある</li><li>●パーキンソン症状(手足のふるえ、筋肉のこわばり)がみられる</li><li>●子どもや動物、昆虫などの生々しい幻視が現れる</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>●同じ言動を繰り返したり、我慢や思いやりなどの社会性を失う</li><li>●こだわりが強くなる</li></ul> |

## ●加齢によるもの忘れと認知症によるもの忘れの違い

加齢による「もの忘れ」と認知症の初期症状にみられる記憶障害による「もの忘れ」とは異なります。誰しも年をとると、もの忘れをしやすくなりますが、そのもの忘れが加齢によるものなのか、認知症によるものかを知っておくことが大切です。

### 加齢によるもの忘れ



#### ヒントを出すと思い出す

- 体験したことの**一部**を忘れる
- もの忘れの**自覚がある**
- 場所や時間、人物まで分からなくなることはない
- 日常生活に大きな支障はない

### 認知症によるもの忘れ



#### ヒントを出しても思い出せない

- 体験したこと**自体**を忘れている
- もの忘れの**自覚がないことがある**
- 目の前の人**が誰なのか**わからない
- 日常生活に支障が出る

# ●認知症はどんな症状が起こるの？

認知症の症状は2つに大きく分けられます。

脳の細胞が壊れることによって起こる症状を「中核症状」と言います。また、性格や心の状態、人間関係、周囲の環境が作用することによって出てくる症状を「行動・心理症状」と言います。

## 中核症状:脳の細胞が壊れることによって直接起こる

### 記憶障害

新しいことが覚えられない。  
新しい体験の記憶や知っているはずの記憶の呼び  
覚ましが困難になる障害。



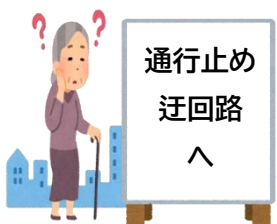
### 見当識障害

時間、日付、場所、季節感、人間関係などの  
把握が困難になる障害。



### 理解・判断力の障害

2つ以上のことを同時にうまく出来なくなったり、いつもと違う些細な変化への  
対応が困難になる障害。



### 実行機能障害

旅行や料理など計画や手順を考え、それに沿って  
実行することが困難になる障害。



中核症状のために、周囲にうまく適応できなかつたり、不安や焦り、心身の不調、精神的ストレスや周囲の環境などが影響。

## 行動・心理症状:性格や気質、人間関係によって出てくる

- 不安 ● 興奮 ● うつ状態 ● 幻覚
- 妄想 ● 徘徊 ● 暴言、暴力 ● 不潔行為
- 食行動の混乱 ● 睡眠障害(昼夜逆転) など

行動・心理症状は、身体の不調や精神的ストレスを取り除いたり、環境を整えるなど、周囲の対応やサポートによって、症状を予防したり緩和することが可能です。「どうしてこんなことを」と周囲が困惑するような行動が出てくる場合がありますが、どんな行動にも何らかの原因があると考えてみましょう。

## 早期発見・早期診断のメリット

認知症を早期発見し医療機関にかかることが大切です。

生活習慣病をはじめ多くの病気と同じように、認知症も早期発見、治療が大切な病気です。認知症は進行性の疾患であるため、気がつかないまま経過すると、症状が進行していきます。早めに診断を受けることで、本人と家族のより良い暮らしに繋がります。身近な人に気になる症状があった時に、「年のせいだ」「気のせいかな」「しっかりしていた人になるわけない」と認めたくない気持ちは誰にでもあるものです。けれども、症状のサインに目をそらしていると、症状が進行してしまうことも少なくありません。困ったときは早めに相談しましょう。

### ① 症状の進行を遅らせることができる

早期に発見し、適切な治療や内服を始めることで、症状が改善したり、進行を遅らせることができます。また、早い段階から心構えができ、対応することで行動・心理症状の予防や軽減を期待できます。

### ② 治る病気や一時的な症状の場合、早期治療できる

病気によっては根本治療が期待できるものもあります。正常圧水頭症や慢性硬膜下血腫、脳腫瘍などは、手術などの外科的な処置で良くなる場合があります。

### ③ 事前にいろいろな準備ができる

本人も家族も認知症に対する心構えができ、症状の軽いうちであれば本人の意思を尊重した上で治療方針や利用サービスを定めることができます。

## 「軽度認知障害(MCI)」の発見と対処が重要です

「軽度認知障害(MCI)」とは、いわば認知症の前段階で、軽いもの忘れなどの記憶障害はあっても基本的に日常生活は大きな支障なく送れる状態です。この段階で気づき、適切に対応することで、認知症への移行を予防する効果が高いと言われています。

## こんなことに思いあたりませんか？



認知症のサインは、もの忘れだけではありません。日常生活の中で「ひよっとして」「おや？」と感じるような小さなサインを見逃さないように心がけましょう。症状の進行や悪化を抑えるためにも、まず、本人の自覚や周囲の人の気づきが大切です。

以下の項目を参考に「認知症かもしれない」というサインに早めに気づき、かかりつけ医や地域の相談窓口にご相談しましょう。認知症による変化は、周囲の人が気づきやすいことも多いため、身近な家族などが一緒にチェックしましょう。

### 「認知症の気づきチェックリスト」

- 今日が何月何日か分からないときがある
- 同じことを何度も聞いたり、言ったりすることが増えた
- 置き忘れやしまい忘れが増えた
- 些細なことでイライラしたり怒りっぽくなった
- 慣れているはずの道で迷うことがある
- 料理や洗濯の段取りが悪くなり、以前のようにできない
- 以前は好きだったことに興味や関心がなくなった
- 以前はできていたリモコンなどの操作が分からなくなった
- 冷蔵庫に同じものが沢山入っている
- 言おうとしている言葉がなかなか出てこない
- 人づきあいや外出がおっくうになった
- 雑誌やテレビの内容が理解できなくなった
- 財布がいつも小銭でパンパンになっている
- 身だしなみに気をつかえなくなった
- 5分前に聞いた話を思い出せないことがある

6項目以上に心当たりがある方は...  
このチェック表だけでは認知症かどうかを判断することはできませんが、早めに専門の医師やかかりつけ医に相談することをお勧めします。



# 高齢者だけの病気ではありません

## ●若年性認知症とは？

65歳未満で発症した認知症を総称して「若年性認知症」と言います。若年性認知症の発症初期は「もの忘れ」がほとんど目立たない場合があります、うつや体調不良と間違われやすい症状があります。働き盛りでの世代に発症することから、就労や生活費、こどもの教育費などの経済的な問題や、配偶者が主な介護者になる場合も多いため、時に本人や配偶者の親の介護と重なったりする場合もあり、本人だけでなく家族への影響が大きいことが特徴です。

### 若年性認知症チェックリスト

- スケジュール管理が適切にできない
- 仕事でのミスが目立つ
- 複数の作業を同時並行で行えない
- 段取りが悪くなり、作業効率が低下する
- 取引相手との書類を忘れるなどもの忘れに起因するトラブルが増えた
- ものを探していることが増える
- 降りる駅を間違える
- 服の組み合わせがおかしくなる
- 家族との会話の中の意味を取り違えて険悪になる
- お金を無計画に使うようになる



### 相談窓口

## 若年性認知症支援コーディネーター

専任のコーディネーターが、ご本人、家族と一緒にあって下記のような様々な分野にわたる支援を総合的にこなっていきます。

### 主な相談内容：

受診までのサポート、診断後のサポート、退職後の生活、職場で気づいた時の対応、就労を続けるための支援、当事者や家族と話ができる場、各種手続きの窓口へのつなぎ(自立支援医療、精神障害者手帳、傷病手当金、障害年金等)

### 相談無料

電話番号 097-552-6897

(公益社団法人 認知症の人と家族の会大分県支部内)

電話相談 10時～15時(火・水・木・金)

来所相談 予約制 出張相談も行います(秘密厳守)

メール相談 [jakunen.oita@gmail.com](mailto:jakunen.oita@gmail.com)

対象者 本人、家族、医療・福祉関係者



## ▼若年性認知症コールセンター(全国)

フリーダイヤル(無料) 0800-100-2707

受付時間:月～土曜日 10時～15時(年末年始・祝日除く)

かかりつけ医、地域包括支援センターでも相談を受けております。



# どんな接し方をすればいい？

## ●接するときの心構え

もの忘れや失敗が増えていき、今までできていたことが徐々にできなくなっていく。「もの忘れが増えた」「人に迷惑をかけるのではないか」「自分が自分でなくなるのではないか」と不安を感じ始めます。あなたがもし、昨日できていたことが今日できなくなったら、家族の顔を忘れてしまったら、あなたも不安になるのではないのでしょうか。認知症の人は、何もわからないのではありません。心配し、苦しみ、悲しんでいるのは認知症になった本人も同じだということを考えて接することが大切です。

### 具体的な対応の 7 つのポイント

- まず見守る
- 余裕をもって対応する
- 声をかけるときは 1 人で
- 後ろから声をかけない
- 穏やかにはっきりした話し方で
- 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する
- 相手に視線を合わせて優しい口調で

参考:

全国キャラバン・メイト連絡協議会  
「認知症サポーター養成講座標準教材」

### 本人のペースに合わせる

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、本人の様子を見て、焦らせたり急がせたりしないようにしましょう。

### 笑顔で接する

認知症の人は分からないこと、できないことがふえることで不安な気持ちになっています。笑顔で接することで認知症の方も安心できます。

大事なことは、ご本人に  
安心してもらうこと、  
不安にさせないこと



### 分かりやすく伝える

一度にたくさんのことを言うと認知症の方を混乱させてしまいます。ゆっくり簡潔に、分かりやすく伝えることを心がけましょう。

### 気持ちに寄り添う

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、子ども扱いすると自尊心を傷つけ、出来事自体は忘れても嫌な思いをしたという感情は残っています。本人の気持ちを理解するよう努め、寄り添った対応を心がけましょう。

# 九重町 認知症ケアパス

## ●認知症の経過と利用できる支援の一覧表

表は右にいくほど認知症が進行していることを示します。









認知症の経過によって、利用できる支援の内容も変わってきます。

※症状の現れ方には個人差があります。

●相談する●

九重町地域包括支援センター

電話：0973-76-3863

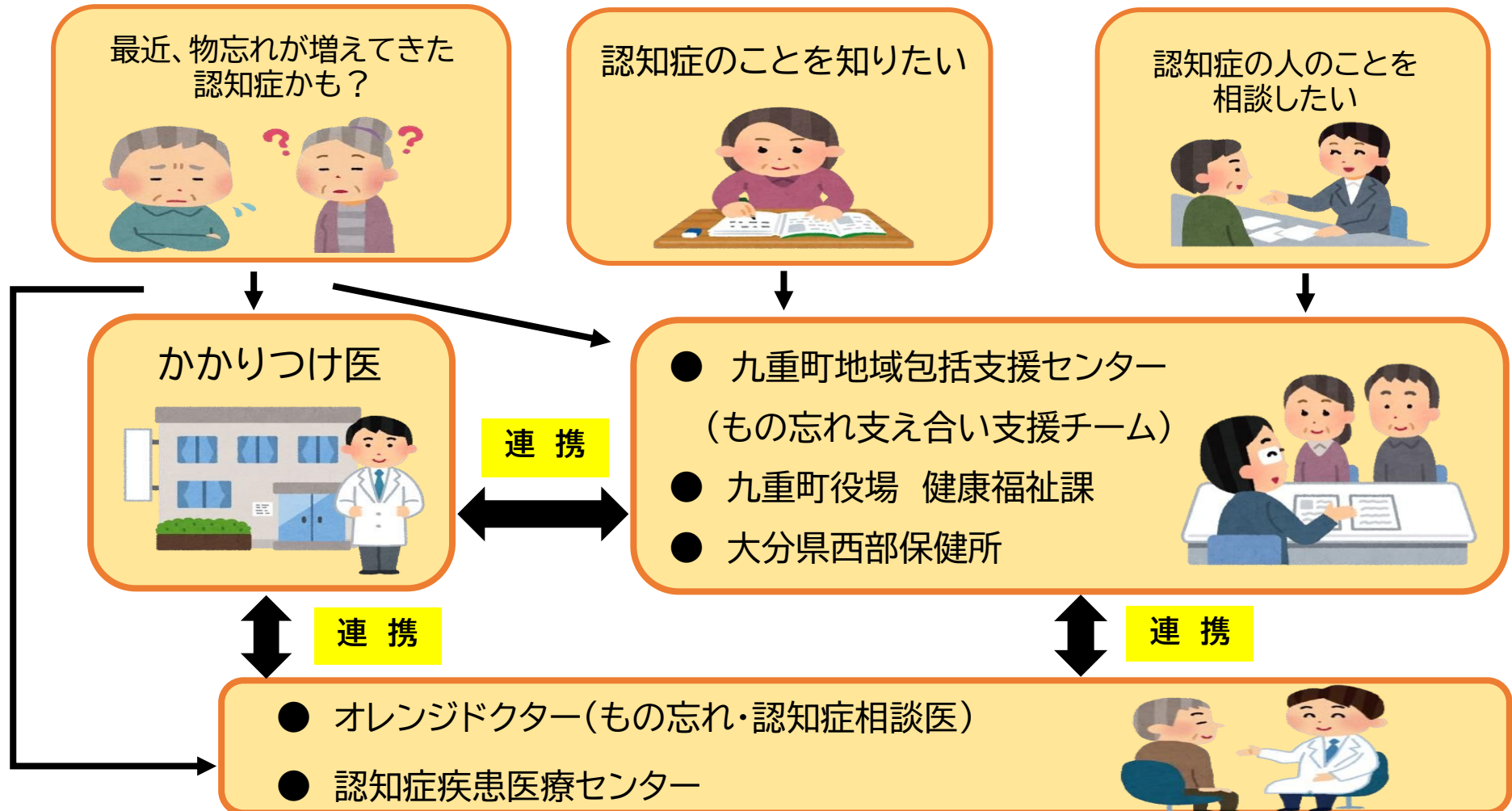
|         | 正常  | MCI   | 認知症   |  |   |
|---------|---|---|---|--|---|
| 認知症の段階  | 正常～軽度認知障害(MCI)  | 認知症の疑い～日常生活は自立  | だれかの見守りが必要  | 手助け・介助が必要  | 常に介助が必要   |
| 本人の様子   | <ul style="list-style-type: none"> <li>□物の忘れが気になる</li> <li>□目の前の人の名前が出てこない</li> <li>□「あれ」「これ」「それ」を言うことが多い</li> <li>□物の置き場所が思い出せない</li> <li>□何を食べたか思い出せない</li> <li>□曜日や日付を間違えることがある</li> <li>□忘れてもヒントがあれば思い出す</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>□何度も同じことを言ったり聞くようになる</li> <li>□置忘れやしまい忘れが目立つようになる</li> <li>□鍵や財布、通帳など大事なものを失くすことがある</li> <li>□日付や時間がわからなくなる</li> <li>□買い物や金銭管理などにミスがある</li> <li>□「物を盗られた」などの発言をする</li> <li>□何をするのもおっくうになる(趣味や日課を辞めてしまう)</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>□服薬管理、金銭管理ができない</li> <li>□季節にあった服が選べない</li> <li>□知っている場所や家までの道で迷う</li> <li>□買い物ができない</li> <li>□昼夜逆転</li> <li>□徘徊</li> <li>□歯や口の手入れをしなくなった</li> <li>□ガスの消し忘れなど火の不始末が多くなる</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>□服を着る順番がわからない</li> <li>□ボタンをかけられない</li> <li>□自宅でもトイレの場所が分からない</li> <li>□トイレの失敗が増えてくる</li> <li>□家族のことがわからなくなる</li> <li>□物を見ても、それが何かわからなくなる</li> <li>□洗面や歯磨き、化粧に手助けが必要</li> <li>□箸の使い方がわからない</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>□歩行が困難</li> <li>□車いす・ベッド上での生活が中心</li> <li>□食事が飲み込みにくくなりむせて肺炎を起こしやすくなる</li> <li>□言葉による意思疎通・理解が困難</li> </ul>  |
| 本人の気持ち  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●忘れっぽくなった</li> <li>●ちょっといつもと違う</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●何かおかしい</li> <li>●戸惑い</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●できないことも増えるができることもあることをわかってほしい</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●自信が無くなって不安で孤独</li> <li>●何もわからない人だと思えないでほしい</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>●表情やしぐさで思いを伝えることができる</li> <li>●感謝している</li> </ul>   |
| 家族の気持ち  | 否定、年のせい、言えばできるはず  |   | 混乱・認知症の症状に振り回されてしまう、自分だけがなぜと拒絶・介護疲れ   |  | 割り切り・受容・どう看取るか  |
| 家族の心がまえ | ●認知症や介護保険のことを学び理解しましょう  | ●腹が立って当たり前。一人で抱え込まず、介護仲間を作りましょう   | ●頑張りすぎないで、介護保険サービスを活用しましょう  | ●まずは自分の健康を大切にしましょう   | ●終末期ケアについて確認しましょう   |
| 対応のポイント | <p>気づき～相談</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●地域との交流をもちましょう</li> <li>●運動をしたり食事の見直しをしましょう</li> <li>●年齢のせいにはせず、気になり始めたら、早めにかかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう</li> </ul>    | <p>介護保険の申請など</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●メモを取ったり、置き場所や段取りを張り紙にしておきましょう</li> <li>●できることは本人に任せて、できないことを手助けしましょう</li> <li>●否定はしないようにし、一緒に対応する等しましょう</li> <li>●ミスしたことを叱ったりせず改善策を検討しましょう</li> <li>●専門医を活用し、服薬管理をできる体制を整えましょう</li> <li>●かかりつけ医の受診を継続しましょう</li> <li>●介護保険サービス検討しましょう</li> </ul>  | <p>日常的な支援、行動心理症状や身体合併症への対応</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●火の不始末や道に迷うなど、思いがけない事故に備えて安全対策を考えましょう</li> <li>●介護のつらさを一人で抱え込まず、親族や近所などの身近な人には伝え、理解者や協力者を作りましょう</li> </ul>   | <p>重度・終末期ケア</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●表情やしぐさなど、言葉以外のサインを大切にしましょう</li> <li>●体調の変化に気づきにくくなるため、体調管理に気をつけましょう(水分・食事摂取量、便秘・下痢、発熱など)</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>●言葉がうまく出なかったり、思いを伝えることができず、手を握るなどのスキンシップでのコミュニケーションを心がけましょう</li> <li>●最期の迎え方について医療・介護の専門職に相談し家族で話し合っておきましょう</li> </ul>   |

支援の内容（制度やサービス）

|                                       |                                  |   |
|---------------------------------------|----------------------------------|---|
| 支援の内容<br>(制度やサービス)                    | 相談窓口                             | もの忘れや認知症が心配な時の相談：地域包括支援センター、九重町もの忘れ支えあい支援チーム、もの忘れ相談室、役場健康福祉課、保健センター、県などが開設する相談窓口  |
|                                       |                                  | 介護保険についての相談：ケアマネジャー（介護認定を持っている方）、地域包括支援センター（認知症地域支援推進員）   |
|                                       | 予防                               | いきいき“夢”サロン、ふれあいプラザサロン   |
|                                       |                                  | ほほ笑い教室、短期集中リハビリ教室   |
|                                       | 医療                               | 診断を受ける：かかりつけ医、認知症疾患医療センター等の専門病院、もの忘れ外来  |
|                                       |                                  | かかりつけ医（病院名：                      電話：                      ）、かかりつけ歯科医（病院名：                      電話：                      ）、かかりつけ薬局（薬局名：                      ） |
|                                       |                                  | 訪問診療・訪問歯科・訪問看護  |
|                                       | 家族支援<br>見守り・生活支援                 | 交流や情報交換の場：オレンジ（認知症）カフェ、認知症の人と家族のつどい   |
|                                       |                                  | 民生委員、認知症サポーター（認知症と方とご家族を見守る応援者）、小地域ネットワーク活動（見守り・訪問・声かけ、発見・通報、援助）、給食サービス、ふれあい郵便  |
|                                       |                                  | ふれあい食堂、寄り合カフェ、ささえあいサービス   |
| 緊急通報システム、緊急キット設置                      |                                  |   |
| 社会福祉協議会福祉器具・福祉車両の貸出、軽度生活援助事業（草刈りなど）   |                                  |   |
| 権利擁護：日常生活自立支援事業（あんしんサポート）、成年後見制度      |                                  |   |
| 運転免許証の自主返納                            |                                  |   |
| 九重町高齢者等SOSネットワーク事業、九重町認知症高齢者等個人賠償責任保険 |                                  |   |
| 介護                                    | 介護保険サービス                         |   |
| 住まい                                   | 認知症高齢者グループホーム                    |   |
|                                       | 自宅、有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、軽費老人ホーム |   |
|                                       | 介護老人保健施設、特別養護老人ホーム、介護療養型医療施設     |   |
|                                       | 福祉用具の貸与や購入、住宅改修                  |   |

# 相談したいけど、どうしたらいい？

## 相談の流れ



# 目的別の主な支援内容

## 相談窓口



### ●九重町地域包括支援センター（九重町保健福祉センター内）

地域で暮らす高齢者のみなさんが、いつまでも健やかに住み慣れた地域で暮らせるよう、介護・福祉・保健・医療など様々な面から支援する機関です。主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などの専門スタッフが連携して業務を行っています。認知症や介護・福祉サービスに関する相談など、お気軽にご相談ください。

電話： 0973-76-3863

受付時間：月～金曜/8時30分～17時

### ●九重町役場 健康福祉課

介護保険認定申請や介護サービス全般のご紹介をしています。

電話： 0973-76-3821

受付時間：月～金曜/8時30分～17時

### ●大分県西部保健所

認知症の精神面や保健相談を保健師・医師に相談することができます。（医師の相談は予約制です）

電話： 0973-23-3133

### ●九重町もの忘れ支え合い支援チーム



#### （認知症初期集中支援チーム）

地域包括支援センター内に「九重町もの忘れ支え合い支援チーム」を設置し、認知症の方や認知症の疑いのある方、またその家族に対し早期対応の支援を目的に活動を行っています。チーム員は、医師と医療・介護の専門職等で構成されています。具体的には、認知症に関する相談に対して、チーム員が自宅を訪問し認知症が疑われる方や認知症の方、そのご家族から現在の状況や困っていることを聞き、適切な医療や介護に繋げる支援を行います。

対象者：40 歳以上の、認知症が疑われる人や認知症の人で在宅生活をしている、以下に該当する方

- ・医療・介護サービスを受けていない、または中断している
- ・認知症の診断を受けていない
- ・継続的な医療サービスを受けていない
- ・適切な介護保険サービスに結び付いていない
- ・診断されたけど介護サービスが中断している人
- ・医療・介護サービスを受けているけど、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

お問い合わせ： 電話 0973-76-3863

九重町地域包括支援センター 受付時間：月～金曜/8時30分～17時

## ●もの忘れ相談室



もの忘れや認知症に関する相談がしたい、認知症のことを知りたい、聞きたい方のための相談の場です。認知症地域支援推進員が相談に応じます。

お問い合わせ：電話 0973-76-3863

九重町地域包括支援センター 受付時間：月～金曜/8時30分～17時

## ●大分県こころとからだの相談支援センター

必要に応じて、医師や臨床心理士による相談を受けることができます。完全予約制になっていますので、必ず予約・相談電話で概要をお話して予約してください。

予約・相談電話：097-541-6290

受付時間：月～金曜/8時30分～12時、13時～17時

## ●認知症の人と家族の会(大分県支部)

認知症の人とその家族が安心して暮らせる社会をめざして活動する公益社団法人です。大分県を含む全国各県に支部があり、電話相談を受け付けています。また、認知症の人や家族が集まってお互いの経験や悩みなどを話し合う「つどい」などを定期的を開催しています。

電話相談：097-552-6897

受付時間：火～金曜/10時～15時



抱え込まずに、誰かに相談しましょう。

ひとりで考え込んだり、悩みや思いを一人で抱え込まずに、周囲に相談しましょう。がんばりすぎないで、自分をいたわる心を忘れずに、周囲の人に協力をお願いしましょう。自分のための時間を作ることも大切です。



# 予防



九重町の介護・認知症予防の取り組みを紹介します。住み慣れた九重町で自立した生活を続けていくために、元気なうちから介護予防に取り組みましょう。認知症においても、認知機能低下を予防し、最終的には認知症の発症を抑制したり、先送りにすることによって、生活を維持することが重要です。

## ① いきいき“夢”サロン



公民館など身近な場所で、地域に住む高齢者が誰でも、気軽に楽しく参加できる「交流・ふれあいの場」です。体操やレクリエーション、講話を行ったりして、健康な心と体の憩いの場づくりをしています。

お問い合わせ:電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

## ② ふれあいプラザサロン

男性の介護予防を目的としたサロンを開催しています。めじろん元気アップ体操や脳トレゲーム、囲碁などを行っています。男性中心のサロンですが、女性も参加できます。(送迎あり、お弁当のみ必要です)

お問い合わせ:電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会



## ③ ほほ笑み教室

自立した生活が送れるよう、みんなで集まって運動、栄養、口腔の介護予防について学ぶ教室です。

内容:健康チェック、体力測定、筋力向上のための運動、  
栄養等の学習

場所:各地区公民館

対象者:九重町在住の65歳以上の方

定員:各会場20名(送迎あり、参加費無料)



お問い合わせ:電話 0973-76-3821 九重町役場 健康福祉課  
電話 0973-76-3863 九重町地域包括支援センター

## ④ 短期集中リハビリ教室

生活不活発病などにより生活機能が低下した方を対象に、自立した生活が送れるように、理学療法士などの専門職の指導のもと体力アップと生活機能の向上を行います。

お問い合わせ:電話 0973-76-3863  
九重町地域包括支援センター

## 医療



多くの病気と同じように、認知症も病気のひとつです。病気だからこそ、認知症も早期発見と早期の治療が大切です。まずはかかりつけ医に相談しましょう。かかりつけ医より診断や治療、必要に応じてオレンジドクター(もの忘れ・認知症相談医)のいる医療機関への紹介など連携を行っています。医療機関によって、曜日や時間の指定がある場合がありますので、受診前に必ず電話でお問い合わせください。

### 近隣の認知症疾患医療センター

認知症疾患における識別診断、地域における医療機関等の紹介、認知症に関する相談の受付などを行う専門医療機関です。

#### 【近隣の認知症疾患医療センター】

| 医療機関      | 所在地             | 電話番号         |
|-----------|-----------------|--------------|
| 上野公園病院    | 日田市大字高瀬2226番地1  | 0973-23-6603 |
| 向井病院      | 別府市大字南立石241番地15 | 0977-23-2200 |
| 緑ヶ丘保養園    | 大分市大字丹生1747番地   | 097-593-3888 |
| 河野脳神経外科病院 | 大分市大字森町250番地7   | 097-521-5111 |

### 玖珠郡内の認知症サポート医

認知症の専門的な研修を受けた医師です。



#### 【医師が在籍している医療機関】

| サポート医 | 医療機関名 | 所在地          | 電話番号         |
|-------|-------|--------------|--------------|
| 武田 大威 | 武田医院  | 玖珠町大字森955番地  | 0973-72-0170 |
| 山下 太郎 | 高田病院  | 玖珠町大字帆足259番地 | 0973-72-2135 |

認知症の方が受診を拒否、嫌がったりする時は、無理に受診せず、ご家族が医療機関に相談することもできます。(その際は費用が生じることがあります)

### 玖珠郡内のオレンジドクター

認知症の早期発見・早期診断と認知症医療の研修を受けた医師で、「大分県オレンジドクター(もの忘れ・認知症相談医)」です。

#### 【医師が在籍している医療機関・事業所】

| オレンジドクター | 医療機関                 | 所在地            | 電話番号         |
|----------|----------------------|----------------|--------------|
| 友成 一英    | 友成医院                 | 九重町大字町田557番地1  | 0973-78-8811 |
| 矢原 敏郎    | 矢原医院                 | 九重町大字右田        | 0973-77-6121 |
| 矢原 淳郎    | 介護老人保健施設<br>ケアポート 溪和 | 九重町大字町田5481番地3 | 0973-78-8000 |
| 小中 敏生    | 小中病院                 | 玖珠町大字塚脇123番地   | 0973-72-2167 |
| 武田 大威    | 武田医院                 | 玖珠町大字森955番地    | 0973-72-0170 |
| 山下 太郎    | 高田病院                 | 玖珠町大字帆足259番地   | 0973-72-2135 |
| 長 益悦     | 長内科小児科<br>胃腸科医院      | 玖珠町大字帆足232番地8  | 0973-72-2143 |
| 寺脇 信二    | 老人保健施設<br>はね         | 玖珠町大字山田2696番地  | 0973-72-5550 |

### もの忘れ外来

認知症に関する専門外来を行っている医療機関です。大分県内にはもの忘れ外来が20カ所以上あります。玖珠郡外のもの忘れ外来の受診を希望される方は、九重町地域包括支援センターにご相談ください。



# 介護

## ●訪問介護(ホームヘルプ)



ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事や入浴、排泄の介助や調理・洗濯・掃除といった家事など日常生活の手助けを行います。

## ●訪問入浴介護



移動入浴車などで訪問し、入浴の介助を行います。

## ●訪問リハビリテーション

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が自宅を訪問して、リハビリテーションを行います。



## ●訪問看護

看護師などが家庭を訪問して、主治医の指示や連携により行う療養上のお世話や必要な診療の補助を行います。

## ●居宅療養管理指導



医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが通院困難な人の家庭を訪問し、指導などをします。

## ●通所介護(デイサービス)



通所介護事業所(デイサービスセンター)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支援を日帰りで行います。

## ●通所リハビリテーション(デイケア)



介護老人保健施設や医療機関などで、理学療法士や作業療法士などによる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。

## ●短期入所生活介護(ショートステイ)



短期間施設へ入所して、食事、入浴など日常生活上の支援や機能訓練などを受けることができます。

## ●短期入所療養介護(ショートステイ)

短期間施設へ入所して、医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療などを受けることができます。

## ●地域密着型通所介護



定員 19 名未満の小規模な通所介護(デイサービス)です。

## ●認知症対応型通所介護

認知症高齢者に対象にした通所介護(デイサービス)です。

## ●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、訪問や泊まりのサービスを組み合わせて利用することができます。

## 家族支援・見守り・生活支援など

### ～つながり・交流～

認知症を心配して引きこもりがちな生活をしていると、人とのかかわりが少なくなったり、周囲の人の対応によっては認知症がさらに進んでしまうこともあります。

各種サービスの利用や相談に加え、日ごろの地域活動に参加して、絆をつくり、支え合いの芽を育てましょう。

#### ●オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症の人やその家族、地域住民、専門職など、誰でも自由に参加して気軽に交流や相談ができる集いの場です。

各地域でオレンジカフェが開催できるよう、地域でオレンジカフェを開催したい方やオレンジカフェを手伝ってくださるボランティアの方を募集しています。



お問い合わせ：電話 0973-76-3863  
九重町地域包括支援センター

#### ●介護者家族の会

認知症の方などを介護しているご家族が集い、日ごろの介護での悩みや体験等を話す交流の場です。

お問い合わせ：電話 0973-76-3863  
九重町地域包括支援センター

#### ●ふれあい食堂(こども食堂)

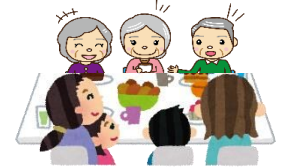
地域住民や自治体が主体となり、無料または低価格で子どもたちに食事を提供するコミュニティの場です。また、子どもたちだけでなく親や地域住民などのコミュニケーションの場になっています。アットホームな雰囲気の中で温かい食事をとることで、その時間を楽しみながら過ごすことができます。



お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

#### ●寄り合いカフェ

友人とおしゃべりをしたりして時間を過ごすことができます。また、様々な理由で働くことができず、家に引きこもりになっている方々の、地域の居場所としても活用します。カフェの売上金は自立支援事業対策の方たちの就労準備支援に充てます。ふれあい食堂の前日にオープンしています。



お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

## ～見守り～

### ●民生委員

担当する区域において、住民の生活上のさまざまな相談に応じ、行政をはじめ適切な支援やサービスへの「つなぎ役」としての役割を果たすとともに、高齢者や障がい者世帯の見守りや安否確認などにも重要な役割を果たしています。

お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

### ●認知症サポーター



何か特別なことをする人たちではありません。

認知症の方やその家族を地域や職域で温かく見守る“応援者”です。まずは、認知症について正しく理解し、温かく見守ることから始めてみましょう。

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」を受ければ、どなたでもなることができます。認知症のことについて一緒に学びましょう。

認知症サポーター養成講座は、地区やサロン、職域団体等で住民講座や学習会等として開催しています。



お問い合わせ：電話 0973-76-3863  
九重町地域包括支援センター

### ●小地域ネットワーク活動

一人暮らし・寝たきり・認知症など、不安な状況の中で暮らしている援助を必要とする高齢者等(要援護者)を、近所の人々が支え合いながら、地域で安心した暮らしができるように福祉委員、民生委員児童委員、協力員の方々のご協力により、地区での見守りを行っています。

お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

### ●給食サービス

ひとり暮らしや高齢者世帯などに見守りかねて昼食(お弁当)を届けています。

地区ごとに配達日が異なります。



お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

### ●ふれあい郵便

70歳以上の一人暮らし高齢者の見守り活動として行っています。ボランティアが書き手となり、ハガキを送ります。安否確認の意味もあり、郵便配達員が必ず手渡しで届けてくれています。



お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

## ～見守り～

### ●緊急キット設置

高齢者や障がい者などの安全・安心を確保するため、かかりつけ医や緊急連絡先などの救急医療活動に必要な情報が記載されたノートを容器に入れ冷蔵庫で保管しておくことで、万が一の緊急時に駆け付けた人がキットの情報を見て対応することができます。

対象者：65歳以上の一人暮らし高齢者、高齢者のみ世帯、障がい者のみ世帯、日中高齢者のみになる世帯、その他町長が必要と認めた者

お問い合わせ：電話 0973-76-3821 九重町役場 健康福祉課

### ●緊急通報システムの貸与

緊急通報システムは一人暮らし高齢者の緊急時をサポートするための事業で、高齢者の緊急時にコールセンターへ通報するための装置です。コールセンターに専門的知識を有するオペレーターを24時間365日配置し、一人暮らしの高齢者などの家庭内の事故・病気などによる通報を受けつけ、緊急対応(消防署通報、家族や関係者への連絡)を行います。さらに毎日ボタンを押す安否確認を行っています。

対象者：75歳以上の一人暮らしの高齢者、65歳以上で特に見守りが必要な方(重度心身障がい者など)

利用料・装置費：無料

※町が装置は無料で貸与、毎月の使用料も負担します。ただしボタンの押下等は電話回線を利用するため、1回に約8円かかります。

お問い合わせ：電話 0973-76-3821 九重町役場 健康福祉課

### ●九重町高齢者等 SOS ネットワーク事業(事前登録制度)

認知症により、記憶力や判断力が低下し、道に迷ったり、自分の家が分からなくなったり、外出したまま家に戻れなくなる場合があります。認知症で行方不明になる恐れのある方の情報を事前に登録して、もしもの場合に登録された情報を関係機関に提供し、早期の発見・保護に繋げる制度です。

対象者：九重町内に在住で、認知症などにより行方不明になる恐れのある人

お問い合わせ：電話 0973-76-3821 九重町役場 健康福祉課

### ●九重町認知症高齢者等個人賠償責任保険

認知症の方が他人にけがをさせたり、他人の財物を壊したり傷つけてしまったり、法律上の損害賠償を負った場合、保険金の支払いを受けることができます。保険料全額を町が負担するため、自己負担はありません。

対象者：以下の条件を満たす方

九重町高齢者等 SOS ネットワークに事前登録している40歳以上の方、九重町に居住している方、本人が在宅生活している方、要介護認定を受けており認知症高齢者の「日常生活自立度」がⅡa以上の方または、医師の診断により加入が必要と認められる方

お問い合わせ：電話 0973-76-3821 九重町役場 健康福祉課

## ～生活支援～

### ●福祉器具の貸出



一時的で緊急に福祉器具を必要とする方に、健康の増進と家族の身体的・精神的介護負担を軽減することを目的として、貸出条件のもと、ベッド等の貸出を無料で行っています。ただし、介護保険及び支援費を利用している人は、その制度が優先されるため該当しない場合があります。

お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

### ●福祉車両の貸出



要介護状態にある高齢者、重度の障害者の方の通院・入退院やリフレッシュ等のために、福祉者車両貸出を無料で行っています。ただし、ガソリン代、有料道路料金は個人負担となります。

お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

### ●支え合い訪問サービス

「誰もが住み慣れた地域で、安心して住み続けられる町づくり」を推進するため、地域の方の協力で行っている訪問型のサービスです。サービスは有料となります。

お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

### ●日常生活自立支援事業(安心サポート)



福祉サービスを利用したいけれど、どうしてよいかわからない。計画的にお金を使いたいけれど、いつも迷う。介護保険の書類がくるけど、どう手続きしてよいかわからない。最近物忘れが多くて、預金通帳をちゃんとしまったかいつも心配という方をお手伝いします。毎日の金銭管理や日常の契約事に不安のある高齢者の方や心配しているご近所の方からも相談をお受けします。またプライバシーに配慮し秘密は必ず守ります。

お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

### ●軽度生活援助事業



在宅の一人暮らし高齢者等の自立した生活が継続できるように、軽易な日常生活上の援助を行い、要介護状態への進行防止、併せてサービスの担い手として住民組織等の参加を促すことで、福祉にあふれた町づくりを目指すことを目的に行っています。1時間程度でできる「作業」が対象です。サービス内容は、家周りの手入れ(草刈り等)や軽微な修繕、家屋内の整理(重い物の運搬等)などの援助です。

お問い合わせ：電話 0973-76-2500 九重町社会福祉協議会

## ～生活支援～

### ●成年後見制度

認知症により判断力が低下すると、契約内容を理解して契約を結ぶことや、財産管理などが難しくなります。そのため悪質な訪問販売に狙われたり、詐欺にあう危険性が高くなります。成年後見制度は、認知症・知的障がい・精神障がい等の理由で判断能力が十分でない人たちを保護し、生活面や法律面で支援する制度です。

お問い合わせ：電話 **0973-76-3863**  
九重町地域包括支援センター

### ●高齢者虐待について

高齢者に対する虐待を見たり、聞いたり、虐待があると思われた時は、迷わず地域包括支援センターに連絡してください。  
※通報した人の「個人情報」は厳守しますので、ご安心ください。

お問い合わせ：電話 **0973-76-3863**  
九重町地域包括支援センター



## ～その他～

### ●高齢者運転免許証自主返納支援事業



高齢者の自動車の運転に不安を感じる方の運転免許の自主支援を支援します。

対象：九重町に住民票を有し、運転免許証返納時に満70歳以上の方で、全ての運転免許証を返納された方  
(※自主返納日から90日以内が対象)

助成内容：九重町コミュニティバスの回数乗車券または大分交通共通回数乗車券 1万円相当分

お問い合わせ：電話 **0973-76-3801**  
九重町役場 危機管理情報推進課

### ●運転免許証の自主返納



運転適性相談窓口：

加齢に伴う身体機能の低下等のため、自動車等の安全な運転に不安のある高齢ドライバーやそのご家族、身体の障害や一定の症状を呈する病気等による症状のため自動車等の安全な運転に支障のある方等が、相談することができる窓口として、運転免許センターや警察署に運転適性相談窓口を設けています。

お問い合わせ：電話 **097-528-3000** 大分県運転免許センター  
または  
電話 **0973-72-2131** 玖珠警察署

# 住まい

介護保険サービスの詳しい内容は、担当のケアマネージャー、九重町地域包括支援センター、九重町役場健康福祉課へお尋ねください。

## ●認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症を有する高齢者が、共同生活住居で入浴・排泄・食事などの介護などの日常生活上の世話と、機能訓練などの介護サービスを受けることができます。

## ●介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

常時介護が必要で、居宅での生活が困難な人が入居して、日常生活上の支援や介護を受けることができます。

## ●介護老人保健施設(老人保健施設)

病状が安定期にあり、看護、医学的管理下での機能訓練などを受けることができます。在宅復帰を目指したサービスが提供されます。

## ●介護療養型医療施設

急性期の治療が終わり、長期の療養を必要とする利用者などが入院し、医療や療養上の管理、看護、機能訓練などが受けられます。

## ●地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

常時介護が必要で、自宅では介護が困難な人が入所し、食事、入浴、排泄などの介護を受けたり機能訓練を行います。

※入所定員が 29 人以下の小規模な介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)です。

## ●有料老人ホーム

①入浴、排泄または食事の介護、②食事の提供、③洗濯、掃除等の家事、④健康管理のいずれかの事業を提供する施設です。

## ●サービス付き高齢者住宅

安否確認、生活相談などのサービスを提供する住宅です。

## ●養護老人ホーム

おおむね 65 歳以上で、環境上の理由及び経済的理由により、居宅での生活が困難な人が入所する施設です。

## ●生活支援ハウス

60 歳以上のひとり暮らしの人、または夫婦世帯のみの世帯に属する人、および家族による援助を受けることが困難な人が利用する施設です。

## ●軽費老人ホーム(ケアハウス)

60 歳以上で、身体機能の低下により日常生活を営むことについて不安があると認められ、家族の援助を受けることが困難な人が利用する施設です。認知症が進行している場合は、入居困難です。

## ●福祉用具の貸与や購入

介護保険のサービスで、日常生活の自立を助ける車椅子や特殊寝台(ベッド)などの必要な福祉用具の貸与が受けられます。また、入浴や排泄用の福祉用具の場合は、その購入費が、1 年度につき 10 万円を上限に支給されます。

## ●住宅改修

介護保険サービスで、在宅の人などが床段差を解消したり廊下や階段に手すりをつけるといった小規模の改修を行った場合、住宅改修費が 20 万円を上限に支給されます。

※工事着工前に「事前の申請」が必要です。

## 玖珠郡内の施設サービス

令和5年1月31日現在

### 【通所介護事業所(デイサービス)】

| 事業所名                  | 郵便番号       | 住所                | 電話      |
|-----------------------|------------|-------------------|---------|
| ここのえ介護事業センター          | 〒 879-4803 | 九重町大字後野上 17 の 1   | 76-3267 |
| デイサービスセンター 春日荘        | 〒 879-4601 | 九重町大字右田 3156-7    | 76-2100 |
| デイサービスセンター ともだち村(休止中) | 〒 879-4801 | 九重町大字右田 914 番地の 3 | 77-7001 |
| 明友サービスセンター 通所介護       | 〒 879-4724 | 九重町大字菅原 739-219   | 78-9765 |
| 玖珠園デイサービスセンター         | 〒 879-4414 | 玖珠町大字大隈 315-5     | 72-1649 |
| 玖珠町介護保険サービス通所介護       | 〒 879-4405 | 玖珠町大字岩室 24-1      | 72-9225 |
| デイサービスセンター はるかぜ       | 〒 879-4403 | 玖珠町大字帆足 2189-1    | 72-7020 |
| デイサービス きりかぶ           | 〒 879-4413 | 玖珠町大字塚脇 678-10    | 72-4580 |
| デイサービスセンター れざんの木      | 〒 879-4402 | 玖珠町大字綾垣 1086-1    | 72-3211 |

### 【通所リハビリテーション事業所(デイケア)】

| 事業所              | 郵便番号       | 住所             | 電話      |
|------------------|------------|----------------|---------|
| 介護老人保健施設 ケアポート溪和 | 〒 879-4723 | 九重町大字町田 5481-3 | 78-8000 |
| 通所リハビリテーション ウォーク | 〒 879-4413 | 玖珠町大字塚脇 113-13 | 72-5050 |
| 通所リハビリテーション はね   | 〒 879-4412 | 玖珠町大字山田 2696   | 72-5550 |
| 高田病院 通所リハビリテーション | 〒 879-4403 | 玖珠町大字帆足 259    | 72-3665 |

### 【介護老人保健施設(老健)】

| 事業所               | 郵便番号       | 住所             | 電話      |
|-------------------|------------|----------------|---------|
| 介護老人保健施設 ケアポート溪和  | 〒 879-4723 | 九重町大字町田 5481-3 | 78-8000 |
| 玖珠郡医師会立 老人保健施設 はね | 〒 879-4412 | 玖珠町大字山田 2696   | 72-5550 |



### 【介護老人福祉施設(特養)】

| 事業所                        | 郵便番号       | 住所             | 電話      |
|----------------------------|------------|----------------|---------|
| 介護老人福祉施設 シルバーランドメルヘン       | 〒 879-4601 | 九重町大字右田 3156-7 | 76-2100 |
| 地域密着型介護老人福祉施設 シルバーランドメルヘン  | 〒 879-4601 | 九重町大字右田 3156-7 | 76-2100 |
| 介護老人福祉施設(特養) 玖珠園           | 〒 879-4414 | 玖珠町大字大隈 325    | 72-3413 |
| 介護老人福祉施設 共生の里メルヘン          | 〒 879-4403 | 玖珠町大字帆足 2189-1 | 72-1515 |
| 介護老人福祉施設 共生の里メルヘン 森栄館(休止中) | 〒 879-4404 | 玖珠町大字森 690-3   | 72-0077 |

### 【グループホーム】

| 事業所                | 郵便番号       | 住所            | 電話      |
|--------------------|------------|---------------|---------|
| グループホーム 笑みの里       | 〒 879-4414 | 玖珠町大字大隈 322-2 | 72-7777 |
| NPO 法人 グループホーム なごみ | 〒 879-4412 | 玖珠町大字山田 2734  | 72-7534 |

### 【有料老人ホーム】

| 事業所                | 郵便番号       | 住所                 | 電話            |
|--------------------|------------|--------------------|---------------|
| グループリビング みなみの風     | 〒 879-4723 | 九重町大字町田 52-3       | 78-8383       |
| 住居型有料法人ホーム リビング山茶花 | 〒 879-4801 | 九重町大字右田 926 番地の 2  | 77-7001       |
| 宅老所 明友             | 〒 879-4724 | 九重町大字菅原 739 の 219  | 78-9765       |
| 有料老人ホーム 溪和         | 〒 879-4726 | 九重町大字町田 5481 番地の 3 | 080-8587-8000 |
| 住居型有料老人ホーム れざんの木   | 〒 879-4402 | 玖珠町大字綾垣 1086-1     | 72-3211       |
| グランドヒルズ アウルの丘      | 〒 879-4331 | 玖珠町大字戸畑 6498 番地 4  | 77-2722       |

### 【その他の施設】

| 事業所                | 郵便番号       | 住所             | 電話      |
|--------------------|------------|----------------|---------|
| 亀鶴苑(養護老人ホーム)       | 〒 879-4724 | 九重町大字町田 46-1   | 78-8832 |
| サービス付き高齢者向け住宅 きりかぶ | 〒 879-4413 | 玖珠町大字塚脇 678-10 | 72-4500 |

## わが家の連絡先メモ

|            |       |      |
|------------|-------|------|
| かかりつけ医     | 病院名   | 電話番号 |
| 薬局         | 薬局名   | 電話番号 |
| かかりつけ歯科医   | 病院名   | 電話番号 |
| 地域包括支援センター | センター名 | 電話番号 |
| ケアマネジャー    | 担当名   | 電話番号 |
| 民生委員       | 氏名    | 電話番号 |
| 緊急連絡先      | 氏名    | 電話番号 |
| 緊急連絡先      | 氏名    | 電話番号 |
| サービス事業提供者  | 名称    | 電話番号 |
| サービス事業提供者  | 名称    | 電話番号 |

# 【 メモ 】



発行:令和3年3月

九重町役場 健康福祉課 ・九重町地域包括支援センター