

# 白河市

## 認知症ケアパス(第7版)

～認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らすために～



アルツハイマー月間に合わせて実施した小峰城オレンジライトアップ



白河市高齢福祉課  
令和4年5月

## 「認知症ケアパス」ってなに？



「認知症ケアパス」とは、認知症の発症により、生活に様々な支障が出てくる中で、その進行状況に合わせて、認知症の方や介護者がいつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいかを標準的に示したもので、全国各市町村で作成されています。

「認知症になったら何もできなくなる」「施設に入るようになる」と思っていないですか？そんなことはありません。認知症は早く気づいて対応することで、症状を軽くしたり、進行を遅らせることができます。また、介護サービスや地域の支援など様々な周囲のサポートを受けながら、慣れ親しんだ自宅での生活を続ける方もたくさんいます。

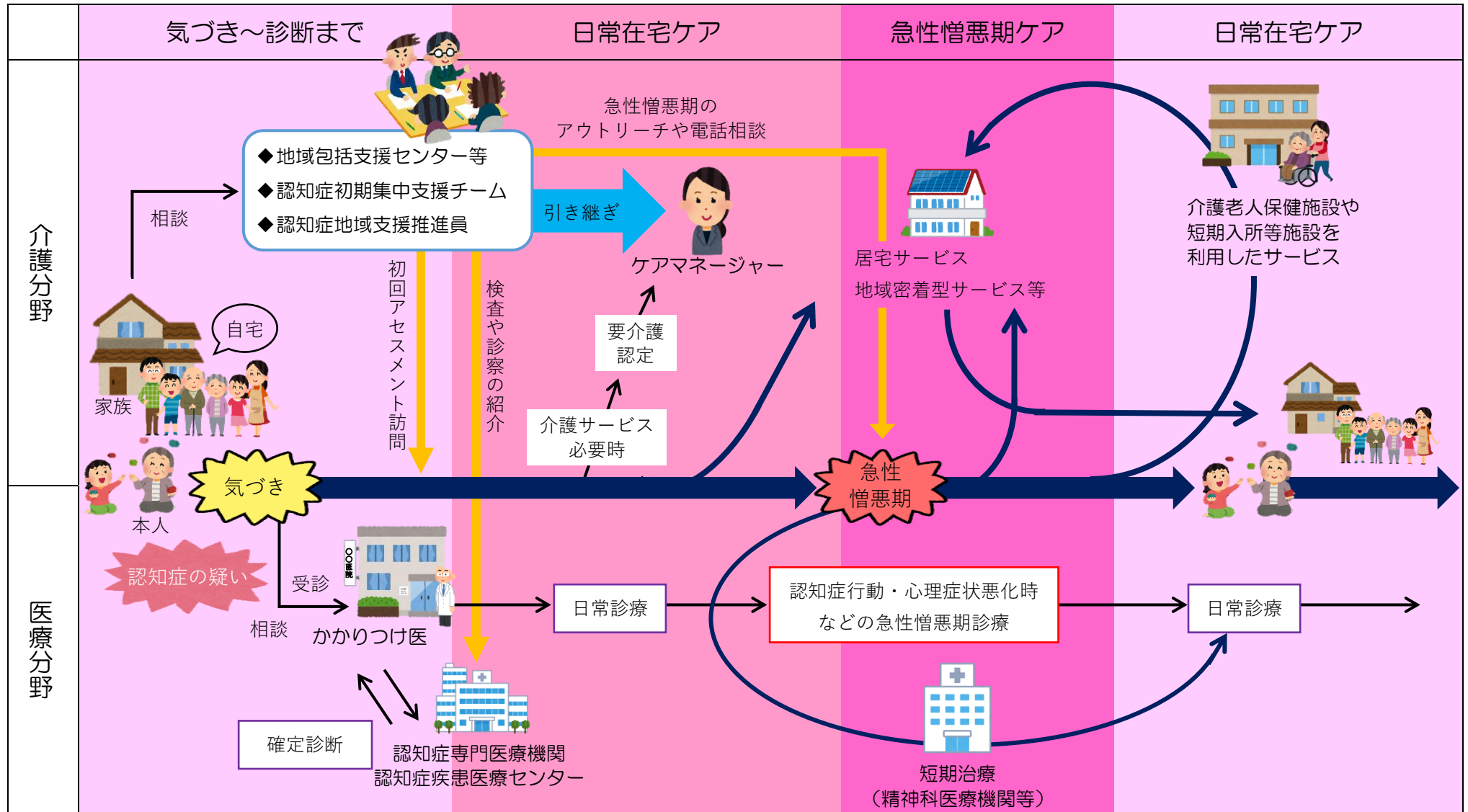
認知症は誰にでもなる可能性があります。認知症になっても住み慣れた白河市で安心して暮らしていくために、この「認知症ケアパス」をご活用ください。

なお、このケアパスは本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、各地域包括支援センター等に設置しています。

# 目次

1. 白河市認知症ケアパス概念図	…P1
2. 認知症とは	
(1) 中核症状と周辺症状	…P2
(2) 主な認知症の種類と特徴	…P3
3. 早期発見・早期治療	…P4
4. 生活習慣病を予防し、脳の活性化を図りましょう	…P5
5. 認知症サポーター養成講座を受講しませんか	…P8
6. 認知症の方への接し方	…P9
7. 認知症の容態と対応	…P10
8. 白河市認知症ケアパス一覧表	…P11
9. 相談窓口・ケアパス一覧の各種サービス	
(1) 相談窓口	…P13
(2) 白河市のサービス	…P15
(3) 介護保険サービス	…P19
(4) その他の相談機関やサービス	…P20
(5) 認知症の診療を行っている専門の医療機関	…P23
(6) 認知症対応薬局	…P24
10. 自分でできる気づき「白河市認知症チェックシート」	…P25

# 1. 白河市認知症ケアパス概念図





## 2. 認知症とは？

脳の細胞がさまざまな原因で減少したり、働きが悪くなったりすることによって、記憶や判断力の障害などが起こった状態が、一時的ではなく継続的に(およそ 6 か月以上)生活上で様々な支障が出ている状態のことをいいます。「認知症」は病名ではなく、特有の症状を示す状態を総称する言葉です。

認知症を引き起こす病気はたくさんありますが、代表的なものは「アルツハイマー病(アルツハイマー型認知症)」「(脳)血管性」「レビー小体型認知症」「前頭側頭型認知症(ピック病)」の4つです。

### (1) 中核症状と周辺症状

## 中核症状

➤ 脳の障害によっておこる直接的な症状で認知症の多くの方に表れます

### 記憶障害

- 同じことを何度も言う、聞く
- すぐ前のことを忘れてしまう

### 見当識障害

- 時間や場所、季節が分からなくなる
- 家族のことが分からなくなる

### 理解・判断力の低下

- 考えるスピードが遅くなる
- 新しい機械が使えない

### 実行機能障害

- 物事を順序良く進められない

本来の性格

環境

心理状態

人間関係



中核症状

多くの方に表れる

周辺症状

性格や環境などにより表れ方が変わる

## 周辺症状（行動・心理症状（BPSD））

➤ 中核症状に付随して起こる二次的な症状を指します。人それぞれ症状に違いがあり、周囲の対応や環境により落ち着くこともあります

- ◆ うつ状態（興味・関心が低下する）
- ◆ 幻覚・妄想（見えないものが見える、物盗られ妄想）
- ◆ 興奮・暴力（大声をあげたり、暴力をふるう） ◆ 徘徊（外を歩き回る）
- ◆ 過食（食べ過ぎてしまう）・拒食（食べることを拒否する）
  - 異食（食べものではない物を食べてしまう）
- ◆ 睡眠障害（夜に起きていて、活動し、昼間眠ってしまう） など



## (2) 主な認知症の種類と特徴

認知症を引き起こす病気はたくさんあります。その中でも代表的なものは、アルツハイマー型認知症・レビー小体型認知症・(脳)血管性認知症・前頭側頭型認知症です。

### アルツハイマー型認知症

最も多い病型です。脳の中にアミロイドβという蛋白質が溜まり、脳の神経細胞を壊して脳を萎縮させる病気で、徐々に進行します。短期記憶を司る海馬にも起こると、体験したこと自体を忘れてしまう記憶障害が起こります。記憶障害が起こると、新しいことを覚えられなくなります。また、見当識障害といわれる年月日や時間、季節などの感覚が薄れていきます。さらに進むと、今自分がどこにいるのか分からなくなったり、知人や家族を見ても誰なのか分からなくなったりします。その他、理解力や判断力が低下していきます。



### レビー小体型認知症

レビー小体とは、神経細胞に出来る特殊なたんぱく質です。レビー小体が脳の大脳皮質（人がものを考える役割を持っている場所）や、脳幹（呼吸や血液の循環に携わる生きる上で重要な場所）にたくさん集まります。レビー小体がたくさん集まっている場所では、神経細胞が壊れて減少するので、神経を上手く伝えられなくなり、認知症の症状が起こります。記憶障害を中心とした認知症と、動作が遅くなり転びやすくなるパーキンソン症状、繰り返す幻視がみられます。



### (脳) 血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの脳の血管障害によって、脳細胞に十分な血液が行き渡らなくなり、脳細胞が死滅することにより起きます。症状の表れ方は特徴的で、突然症状が出現したり、落ち着いていると思うと急に悪化することを繰り返したりします。また、ある分野のことはしっかりできるのに、他のことでは何もできないなど、まだら認知と呼ばれる特徴があります。脳血管障害を起こした場所や回数、障害の程度によって、症状が異なります。認知症の症状以外に、尿失禁、言語障害、手足のまひなどが起こることもあります。軽い脳梗塞をくり返すことが多く、その場合は階段状に症状が進行します。



### 前頭側頭型認知症

脳の神経細胞が前頭葉と側頭葉を中心に変性し壊れたり、萎縮することによって起きます。いろいろな症状が出てくる認知症です。脳の中で、前頭葉は「人格・社会性・言語」を、側頭葉は「記憶・聴覚・言語」を主につかさどっています。これらが正常に機能しなくなることにより、他人に配慮することができない、周りの状況にかかわらず自分が思った通り行動してしまう、常識ではない行動といった性格変化や行動異常がみられます。



### 3. 早期発見・早期治療

早期発見！  
早期治療！



「認知症はどうせ治らないから、医療機関にかかっても仕方ない」という考えは間違いです。認知症は早期に発見すれば、治療によっては進行を遅らせることや、症状を軽くすることができる場合もあります。

#### 軽度認知障害（MCI）と診断される方も増えています

記憶などの能力が低下し、正常とも認知症ともいえない状態である「軽度認知障害（MCI）」と診断される方も増えています。MCI の方の約半数は5年以内に認知症に移行するといわれています。「認知症じゃないと思うけど、最近物忘れが増えたな・・・」と気になる場合は念のために専門医を受診しましょう。

#### 早い時期に受診することのメリット

アルツハイマー型認知症は、薬で進行を遅らせることができ、健康な時間を長くすることができます。病気がことが理解できる時点で受診し、認知症についての理解を深めておけば、本人、家族が生活上の障がいを軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。また、症状の軽いうちに後見人を自分で決めておく（任意後見制度）等の準備をしておけば、認知症になっても自分らしい生き方を送ることが可能となります。

#### 治る病気や一時的な症状の場合もあります

正常圧水頭症、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などによる認知症様の症状は、外科的処置で劇的に良くなる場合もあります。甲状腺ホルモンの異常の場合は、内科的な治療で改善されることもあります。また、薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出る場合もあります。このため、早期受診、早期治療が大切になってきます。

認知症の診断は早期ほど難しく、熟練した技術と高度な検査機器を要しますので、専門の医療機関への受診が不可欠です。

受診の際は、家族が診察に立ち会うことをお勧めします。本人が受診を嫌がる場合は、家族のみでも外来診察を受けることができます。認知症の診療を行っている専門の医療機関についてはP24をご覧ください。また、白河市認知症初期集中支援チームが作成した「情報提供シート」もご活用ください（希望される方は高齢福祉課までご連絡ください）。

家族が認知症ではないか？  
病院受診  
を考えているご家族へ

◎ 認知症による変化は、とてもささいな事から始まります。  
◎ このような変化に初めに気付くのは、本人をよく知っているご家族や、ごく親しい人です。  
◎ しかし、本人をよく知らない人から見ると、「年のせい」「何でもない」と思われてしまうこともあります。  
◎ このような生活の様子の変化に関する情報は、診察に役立つ場合があります。  
◎ 病院受診を考えている方は、3ページの「情報提供シート」をご活用ください。

情報提供シート  
「1年前と違うと感じること」の使い方

- ◆ あなたがご家族のことを「認知症ではないか？」と思った理由は、生活の中で何らかの変化が見られたからだと思います。
- ◆ このシートに書かれている1箇所の質問について、1年前と比べて変化したと感じるかどうかを教えてください。
- ◆ さらに、質問の下の欄には、具体的にどんな出来事があったかを、必ず、できるだけ多く書いてください。
- ◆ 記入にあたっては、「ご本人に質問するのではなく、ご家族だけで記入してください。」
- ◆ このシートは、受診の際に、医師の受付でお渡しください。又は、受診日より前に、ご家族があらかじめ病院に置いておくことも可能です。

【作成】白河市認知症初期集中支援チーム

情報提供シート「1年前と違うと感じること」

● 認知症による変化の表現は、ささいなことから始まります。このような変化は、家族や身近な人が気付くことが多くあります。ご本人が気付くことが少ない場合があります。

● ご本人の生活の様子について「記憶を頼り」に話したい、お話を聞いていただくことも、このシートに記入して、医師の問診「あなたに話したいこと」の欄に記入してください。

記入者氏名	ご本人との関係	記入日	年	月	日
ご本人					
家族					

1. 気が遠くなるほど、もの忘れが増えたことはありませんか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
2. 道迷いや物忘れ、顔が覚えにくく見分けられず、顔しりもちや声かけが必要になることはありませんか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
3. 外出先や帰宅まで、道に迷うことが増えたり、道が覚えにくくなったり、歩行が不安定になることはありませんか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
4. 認知・判断力、記憶力などで、手帳やスケジュールなどが保てなくなったりいませんか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
5. 気が付くと、あるものに同じ物を書き、間違えておいていたり、忘れたい物を書き、間違えておいたりしていませんか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
6. 日常生活の中で物忘れや物置きの間違いが頻りに発生していませんか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
7. 認知症検査などの医師や介護福祉士が関与した検査はありますか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
8. 医師の診断が不明確なまま日常生活を送っていますか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
9. 認知症検査の結果が不明確なまま日常生活を送っていますか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
10. 認知症検査の結果が不明確なまま日常生活を送っていますか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない
11. 認知症検査の結果が不明確なまま日常生活を送っていますか？  
でも感じない / 少し感じる / 感じない

【医師の欄】で、主治医の診断内容、認知症検査の結果、医師の関与の有無を記載してください。

【記入例】本日前半本人が歩行に不安定な状態を訴え、医師より判断が不明確と診断されました。このため、認知症検査が実施され、診断も不明確です。

【作成】白河市認知症初期集中支援チーム (2020.03)



## 4. 生活習慣病を予防し、脳の活性化を図りましょう



### 生活習慣病（高血圧・糖尿病・脂質異常症など）を予防しましょう

アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症は、生活習慣病が発症リスクを高めることがわかっています。バランスの良い食生活を心掛けたり、無理のないウォーキングなどの有酸素運動を行って生活習慣病を予防しましょう。

### 脳の活性化を図りましょう

体操やダンス・散歩などの体を動かす行動や、絵画・日曜大工・園芸など想像力を働かせる趣味など、楽しみながら脳に刺激を与える活動に取り組みましょう。仲間や家族と一緒に楽しむことで、効果はさらに高まります。

普通に生活を送る中でも、新しい食事メニューを考えたり散歩や買い物などで普段と道順を変えてみたり、生活に変化を加えることで、判断力や想像力が刺激され脳が鍛えられます。

#### 【高齢者サロン】

市内の集会所等を利用して、月に1～2回、地域のサポーターを中心に体操や季節の行事を行います。詳しい開催場所や内容についてはP6～7、P15をご参照ください。

問い合わせ先 高齢福祉課 電話：22-1111（内線2156）

#### 【居場所づくり事業】

いつでもだれでも、何をしてもいい。自由に集まりゆっくりとした時間を過ごすふれあいの場です。詳しい開催場所や問い合わせ先についてはP7、P17をご参照ください。

#### 【らく楽健康体操】

高齢者の心身の健康の保持促進と、高齢期にこそ伸びる能力を引き出すトレーニングを町内会や高齢者サロンなどで行います。詳しい内容についてはP18をご参照ください。

問い合わせ先 高齢福祉課 電話：22-1111（内線2156）

#### 【健康づくり】 ◆ いきいき健康チャレンジ相談会 ◆ 元気アップ講座 ◆ 健康講話

市保健センターや地区集会所等を会場として、糖尿病や高血圧などの生活習慣病予防に関する講話や教室を実施しています。

問い合わせ先 健康増進課 電話：27-2114



高齢者サロン



らく楽健康体操



健康づくり





## 【高齢者サロン一覧表】

※サロンによっては休止中の場合もありますので、高齢福祉課までお問い合わせください。

	高齢者サロン名		会 場
1	あったかセンター	らいふぱーく	新白河ライフパーク集会所
2	あったかセンター	白寿園	白河市中心老人福祉センター
3	あったかセンター	マイタウン	本町集会所
4	あったかセンター	新白河	高山コミュニティセンター
5	あったかセンター	いきいきサロン緑ヶ丘	緑ヶ丘集会所
6	あったかセンター	あったかサロン小田の里	小田川集会所
7	あったかセンター	あったかサロン昭和町	昭和町自治会館
8	あったかセンター	なかよしサロン北真舟	北真舟町内会館
9	あったかセンター	なごやかサロン大町	大町会館
10	あったかセンター	あったかサロン天神町	天神町会館
11	あったかセンター	のんびりサロン女石	女石集会所
12	あったかセンター	久田野	久田野集会所
13	あったかセンター	白坂	泉岡集会所
14	あったかセンター	いきいきサロン西三坂	西三坂集会所
15	あったかセンター	関辺	上ノ原集会所
16	あったかセンター	さわやかサロン十文字	十文字集会所
17	あったかセンター	城東	田町集会所
18	あったかセンター	むかいでら	向寺集会所
19	あったかセンター	南湖サロン	南湖集会所
20	あったかセンター	あったかサロン双石	双石集会所
21	あったかセンター	立教館	会津町集会所
22	あったかセンター	舟田サロン	舟田集会所
23	あったかセンター	ひまわり板橋サロン	板橋集会所
24	あったかセンター	芳賀須内サロン芳寿の会	芳賀須内集会所
25	あったかセンター	かたくり	旗宿コミュニティセンター
26	あったかセンター	みさか	みさかコミュニティセンター
27	あったかセンター	あったかサロン童里夢	表郷 深渡戸集会所
28	あったかセンター	ほのぼのサロンビャッコイ	表郷 竹ノ内集落センター
29	あったかセンター	あったかサロン上羽郷	表郷 上羽郷公民館
30	あったかセンター	なかよしサロン内松	表郷 内松集会所
31	あったかセンター	あったかサロン三森月桜	表郷 三森公民館
32	あったかセンター	下羽原	表郷 下羽原総合研修センター
33	あったかセンター	サロンでホット上願	表郷 上願ふれあいセンター

	高齢者サロン名		会 場
34	あったかセンター	桜サロン小松	表郷 小松集会所
35	あったかセンター	ふれあい菅辻サロン	表郷 菅辻集落農事集会所
36	あったかセンター	中新城	大信 中新城構造改善センター
37	あったかセンター	はなみずき	大信 田園町府コミュニティセンター
38	あったかセンター	大屋サロン	大信 白河市大信老人福祉センター
39	あったかセンター	にこにこサロン堂山	大信 堂山集会所
40	あったかセンター	ひだまり	東 坂本集会所
41	あったかセンター	いきいきサロンきずな	東 北町営農計画センター
42	あったかセンター	岩井戸	東 岩井戸集会所
43	あったかセンター	いきいきサロン深仁井田	東 深仁井田転作促進技術研修センター
44	あったかセンター	いきいきサロン板倉	東 板倉集会所



## 【居場所づくり事業】

### みんなの茶の間

- ✿ 開催日時：月曜～土曜 午前 10 時～午後 4 時
- ✿ 場 所：マイタウン白河内（白河市本町 2）
- ✿ 問い合わせ先：NPO 法人 しらかわ市民活動支援会 電話：23-8909



### くつろぎルーム

- ♣ 開催日時：月曜～土曜 午前 10 時～午後 4 時
- ♣ 場 所：表郷ボランティアネットワーク 1 階（白河市表郷金山字越掘 151-1）
- ♣ 問い合わせ先：NPO 法人 表郷ボランティアネットワーク 電話：29-8010

### ギャラリーカフェ 楽々（らら）

- ♠ 開催日時：月・木・金・土・日曜 午前 10 時～午後 4 時
- ♠ 場 所：白河市東文化センター エントランスホール（白河市東釜子字狐内 47）
- ♠ 実施主体：ボランティア団体「ひがし世話やく会」
- ♠ 問い合わせ先：白河市社会福祉協議会東事務所 電話：34-1081  
白河市東庁舎地域振興課 電話：34-2116

### 田舎の小さな居場所「ことら」

- ◆ 開催日時：木・金・土・日曜 午前 9 時～午後 3 時
- ◆ 場 所：農業加工物店「ことら」内（白河市双石日向 1）
- ◆ 問い合わせ先：双石居場所づくり協議会 電話：22-3434  
白河市高齢福祉課 電話：22-1111（内線 2156）



## 5. 認知症サポーター養成講座を受講しませんか



認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活を送るためには、地域の方々の認知症への理解と協力が必要です。また、日常生活に関わる方の理解と協力は、認知症の方やその家族の大きな支えとなります。

### 認知症サポーターとは

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、認知症の方やその家族に対して、自分ができる範囲の活動で認知症の方やその家族を支えていただく、地域のサポーターです。

たとえば・・・

- 友人や家族に学んだ知識を伝える
- 認知症になった方や家族の気持ちを理解するように努める
- 近所に住む認知症の方に困った様子が見られたら、優しく声をかける など

### 認知症サポーター養成講座について

研修を受けたキャラバンメイトが講師となり、認知症サポーターとは・認知症の基礎知識・認知症の方への接し方・家族の気持ちを学びます。

市で開催するほか、町内会や老人クラブ、企業などに出向き「認知症サポーター養成講座」を行っています（5名程度以上）。夕方以降や土曜、日曜も対応できる場合がありますので、詳しくは高齢福祉課までご相談ください。



受講終了された方には、オレンジリングと認知症サポーターカードをお渡しします。



### ♥ 認知症地域支援推進員 (P14)

認知症の方や周囲の方の相談を受けたり、必要な医療・介護等の関係機関と連携を図るためのお手伝いをします。

### ♥ 認知症高齢者等ボランティア「あんしんメイト」 (P16)

認知症サポーターを対象に市が開催している養成講座を受講した方が「あんしんメイト」になります。認知症の方や介護されているご家族を支援するための活動（あったかカフェ運営補助・居宅訪問・施設訪問・イベント等の補助など）を行っています。

### ♥ 認知症コミュニティルーム「あったかカフェ」(認知症カフェ) (P20)

どなたでも参加のできる、認知症などの相談ができる集いの場です。「あんしんメイト」が中心となり開催しています。

## 6. 認知症の方への接し方



認知症の症状が進むと、段取りがうまくできないため、今までできていたのにできなくなることが徐々に増えてきます。また、認知症特有の、言われても思い出せない「もの忘れ」が重なると、多くの方は“何かが起こっている”という不安を感じ始めます。

誰よりも心配し、苦しみ、悲しんでいるのは認知症になった本人だということを考えながら、感情を傷つけず接することが大切です。

### ● 認知症の方への対応の心得 3つの「ない」

- ① 驚かせない
- ② 急がせない
- ③ 自尊心を傷つけない



### ● 具体的な対応のポイント

#### 1. まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守りましょう。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

#### 2. 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

#### 3. 声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声をかけましょう。

#### 4. 後ろから声をかけない

一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけましょう。認知症の方は、視野が狭いといわれています。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

#### 5. 相手に目線を合わせて優しい口調で

相手が小柄な方の場合には、体を低くして目線を同じ高さにして対応しましょう。

#### 6. おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくりとはっきりした滑舌を心がけましょう。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

#### 7. 相手の言葉に耳を傾けて、その人の言葉を使ってゆっくり対応する

認知症の方は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応をうかがいながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。

参考：全国キャラバン・メイト連絡協議会「認知症を学び地域で支えよう」

## 7. 認知症の容態と対応



		初 期		中 期		後 期	
認知症の容態 支援の内容	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 や介護が必要	常に介護が必要		
	本人の様子 (見られる症状 や行動の例)	<ul style="list-style-type: none"> <li>物忘れは多いが、金銭管理や買い物・書類の作成などを含め、日常生活は自立している</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>物忘れが多くなり、金銭の管理や買い物などにミスが見られるようになるが、日常生活は自立している</li> <li>新しいことがなかなか覚えられなくなったり、約束したことを忘れてしまう</li> <li>やる気がなくなったり不安が強くなるなど、うつ病のような症状が見られることがある</li> <li>失敗したことを指摘すると怒り出すことがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>服薬管理ができない</li> <li>電話の対応や訪問者の対応が1人では難しくなる</li> <li>道に迷うようになる</li> <li>買い物など今までできてきたことにミスが目立つ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>着替えや食事、トイレなど日常生活に支障をきたす</li> <li>「財布をとられた」「お金がなくなった」と言い出す</li> <li>自宅が分からなくなり、目的地にたどり着けないことが増える</li> <li>時間・日時・季節がわからなくなる</li> <li>ついさっきのことも忘れてしまう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ほぼ寝たきりで意思の疎通が難しくなる</li> <li>尿や便の失禁が増え介護の手間が増えたり、飲み込みが悪くなり食事に介護を要するなど日常生活全般にわたり介護が必要になる</li> <li>言葉によるコミュニケーションが難しくなる</li> <li>家族の顔や使い慣れた道具がわからなくなる</li> </ul>	
ご家族への お願い	<ul style="list-style-type: none"> <li>規則正しい生活を心がけ、悪化を予防しましょう</li> <li>認知症に関する正しい知識や理解を深めましょう</li> <li>今後の介護や金銭管理などについて家族間で話し合っておきましょう</li> <li>老人クラブ・高齢者サロン・サークル活動など社会参加を働きかけましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>医療や介護について理解を深めましょう</b> 認知症を引き起こす病気により今後の経過が異なります。対応の仕方によっては、本人の症状を悪化させてしまうこともあります。周囲の適切な対応により、穏やかな経過をたどることも可能です。接し方のコツや基本などを学び理解しましょう。</li> <li><b>失敗しないように手助けしましょう</b> 今までできていたことが少しずつできなくなり失敗が増えてきます。失敗体験は本人の自信を喪失させ、症状の悪化につながります。できるだけ失敗しない、失敗を最小限にするようなさりげないフォローをしましょう。</li> <li><b>介護保険サービスなどを利用しましょう</b> 症状が進むにつれ、戸惑うような出来事が増え、介護が難しくなってきます。介護をしているご家族が休息する時間も必要です。介護をする方の健康管理のためにも介護保険制度を上手く利用し、介護の負担を軽くしましょう。また、同じ立場の人の集まり〔認知症の人と家族の会（P20、P22）など〕で、話を聞いたり自分の気持ちを話すことも重要です。</li> </ul>					

## 8. 白河市認知症ケアパス一覧表

※各項目の番号は P13～P21 の“ケアパス一覧番号”です。

認知症の容態 支援の内容	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	日常生活に手助けや 介護が必要	常に介護が必要
◇相談	地域包括支援センター①・白河地域在宅医療拠点センター②・認知症地域支援推進員④・若年性認知症相談窓口⑥・福島県認知症コールセンター⑦・あったかカフェ⑧				
	認知症初期集中支援チーム③	居宅介護支援事業所⑦			
◇仕事 ◇役割支援	シルバー人材センター④⑥				
◇介護予防 ◇悪化予防 ◇他者との つながり	高齢者サロン⑨・介護支援いきいき長寿ポイント事業⑩ ・通所型介護予防事業⑪・居場所づくり事業⑫ ・らく楽健康体操⑬・老人クラブ⑭		通所介護⑮・認知症対応型通所介護⑯・通所リハビリテーション⑰・訪問リハビリテーション⑱ ・訪問看護⑲・小規模多機能型居宅介護⑳・看護小規模多機能型居宅介護㉑		
	認知症高齢者等支援ボランティア「あんしんメイト」⑫				
◇安否確認 ◇見守り ◇生活支援 ◇介護	認知症サポーター⑬・高齢者等見守り事業⑭・高齢者等あんしん見守り事業⑮・認知症徘徊 SOS ネットワーク事業⑯・民生児童委員⑰				
	お元気コール⑱-1				
	あったかランチお届けサービス事業⑲・あったか訪問収集事業⑳・買い物支援⑱-2・寝具乾燥事業㉑				
	高齢者サロン⑨			要介護高齢者巡回理・美容券交付事業⑲・在宅高齢者介護用品支給事業㉒ 在宅高齢者紙おむつ用ごみ袋支給事業㉓	
			通所介護⑮・認知症対応型通所介護⑯・訪問介護⑰・短期入所生活介護㉔ 短期入所療養介護⑰・小規模多機能型居宅介護⑳・看護小規模多機能型居宅介護㉑・特定施設入居者生活介護㉒		
訪問入浴介護⑳					

認知症の容態 支援の内容	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	日常生活に手助けや 介護が必要	常に介護が必要
◇権利擁護	日常生活自立支援事業（あんしんサポート） <sup>49</sup>		成年後見制度 <sup>50</sup>		
	白河市消費生活センター <sup>51</sup>				
◇医療	白河地域在宅医療拠点センター <sup>2</sup> ・ 認知症疾患医療センター <sup>5</sup> ・ 福島県在宅歯科医療連携室 <sup>8</sup>				
	かかりつけ医 ・ かかりつけ歯科医				
	通所リハビリテーション <sup>30</sup> ・ 訪問リハビリテーション <sup>32</sup> ・ 訪問看護 <sup>34</sup> ・ 居宅療養管理指導 <sup>35</sup>				
◇家族支援	地域包括支援センター <sup>1</sup> ・ 認知症地域支援推進員 <sup>4</sup> ・ 福島県認知症コールセンター <sup>7</sup> ・ 認知症のひとと家族の会 <sup>17</sup>				
	認知症高齢者等ボランティア「あんしんメイト」 <sup>12</sup> ・ あったかカフェ <sup>46</sup> ・ 認知症高齢者保険加入事業 <sup>25</sup>				
◇緊急時支援 （精神行動障害が 見られる時）	認知症疾患医療センター <sup>5</sup>				
	訪問介護 <sup>31</sup> ・ 訪問看護 <sup>34</sup> ・ 短期入所生活介護 <sup>36</sup> ・ 短期入所療養介護 <sup>37</sup> ・ 小規模多機能型居宅介護 <sup>38</sup> ・ 看護小規模多機能型居宅介護 <sup>39</sup> ・ 介護老人保健施設 <sup>42</sup>				
◇住まい	自宅				
	軽費老人ホーム <sup>52</sup> ・ サービス付き高齢者向け住宅 <sup>53</sup> ・ 有料老人ホーム <sup>54</sup>				
	認知症対応型共同生活介護（グループホーム） <sup>40</sup>				
	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） <sup>43</sup>				

※この表を参考に医療や介護サービス、その他様々なサービスを検討してください。まずは1人で悩まず、かかりつけ医や認知症地域支援推進員、地域包括支援センターに相談しましょう。なお、各種サービスの内容やお問い合わせ先は「ケアパス一覧の各種サービス」に掲載してあります



## 9. 相談窓口・ケアパス一覧の各種サービス

### (1) 相談窓口



#### ■ 行政機関(市)



担当部署名	相談先 ・ 内容
保健福祉部 高齢福祉課	保健・医療・福祉に関する総合的な相談のほか、各種介護保険サービス・介護予防・高齢者福祉サービスに関する相談。 電話：22-1111（内線 2154・2155・2156）
保健福祉部 健康増進課 （中央保健センター内）	健康づくりに関する相談。 電話：27-2114

#### ■ ケアパス一覧の相談窓口(P11~12 参照)

ケアパス 一覧番号	相談先 ・ 内容															
①	<b>地域包括支援センター</b> 認知症介護のアドバイスや医療機関の受診、地域のサポートを受ける方法など、できる限り自宅で生活ができるためのお手伝いをします。 															
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>センター名</th> <th>電話番号他</th> <th>担当地域</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>白河市地域包括支援センター （白河市明戸 56-12）</td> <td>電話 21-0332 FAX21-0336</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>中央中学校区の内、第一小学校区</li> <li>第三小学校区</li> <li>東北中学校区</li> </ul> </td> </tr> <tr> <td>白河市地域包括支援センター大信サブセンター （白河市大信増見字八幡山 55 大信福祉センター内）</td> <td>電話 21-9565</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>大信中学校区</li> </ul> </td> </tr> <tr> <td>白河市西部地域包括支援センター （白河市新白河二丁目 212）</td> <td>電話 21-6032 FAX21-6072</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>白河第二中学校区</li> </ul> </td> </tr> <tr> <td>白河市東部地域包括支援センター （白河市関辺川前 88）</td> <td>電話 31-8889 FAX31-8833</td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>中央中学校区の内、関辺小学校区</li> <li>五箇中学校区・南中学校区</li> <li>表郷中学校区・東中学校区</li> </ul> </td> </tr> </tbody> </table>	センター名	電話番号他	担当地域	白河市地域包括支援センター （白河市明戸 56-12）	電話 21-0332 FAX21-0336	<ul style="list-style-type: none"> <li>中央中学校区の内、第一小学校区</li> <li>第三小学校区</li> <li>東北中学校区</li> </ul>	白河市地域包括支援センター大信サブセンター （白河市大信増見字八幡山 55 大信福祉センター内）	電話 21-9565	<ul style="list-style-type: none"> <li>大信中学校区</li> </ul>	白河市西部地域包括支援センター （白河市新白河二丁目 212）	電話 21-6032 FAX21-6072	<ul style="list-style-type: none"> <li>白河第二中学校区</li> </ul>	白河市東部地域包括支援センター （白河市関辺川前 88）	電話 31-8889 FAX31-8833	<ul style="list-style-type: none"> <li>中央中学校区の内、関辺小学校区</li> <li>五箇中学校区・南中学校区</li> <li>表郷中学校区・東中学校区</li> </ul>
	センター名	電話番号他	担当地域													
	白河市地域包括支援センター （白河市明戸 56-12）	電話 21-0332 FAX21-0336	<ul style="list-style-type: none"> <li>中央中学校区の内、第一小学校区</li> <li>第三小学校区</li> <li>東北中学校区</li> </ul>													
	白河市地域包括支援センター大信サブセンター （白河市大信増見字八幡山 55 大信福祉センター内）	電話 21-9565	<ul style="list-style-type: none"> <li>大信中学校区</li> </ul>													
	白河市西部地域包括支援センター （白河市新白河二丁目 212）	電話 21-6032 FAX21-6072	<ul style="list-style-type: none"> <li>白河第二中学校区</li> </ul>													
白河市東部地域包括支援センター （白河市関辺川前 88）	電話 31-8889 FAX31-8833	<ul style="list-style-type: none"> <li>中央中学校区の内、関辺小学校区</li> <li>五箇中学校区・南中学校区</li> <li>表郷中学校区・東中学校区</li> </ul>														
②	<b>白河地域在宅医療拠点センター</b> 白河医師会において、医療や福祉、介護の情報の拠点として、地域の社会資源に関する情報収集や在宅医療・介護に関する相談を実施しています。また、往診医や在宅での看取りについての相談も行います。 															
	所在地：白河市大手町 3-8    電話：21-8923    FAX：21-9267															








ケアパス 一覧番号	相談先 ・ 内容
③	<p><b>認知症初期集中支援チーム</b></p> <p>認知症専門医と医療・保健福祉の専門職が認知症の方やその家族に早期に関わり、早期診断・早期対応に向けての体制を構築します。 初期の支援を包括的・集中的に行なうことで自立生活のサポートを行ないます。</p> <p>相談窓口：各地域包括支援センターへご相談ください。</p> <p>電 話：白河市地域包括支援センター 21-0332 大信サブセンター 21-9565 白河市西部地域包括支援センター 21-6032 白河市東部地域包括支援センター 31-8889</p>
④	<p><b>認知症地域支援推進員</b></p> <p>認知症の方の状態に応じて必要なサービスが適切に提供されるように、介護サービスや医療機関、地域の支援機関との連携支援や、認知症の方やその家族を対象とした相談業務などを行います。気軽に相談してください。</p> <p>また、認知症高齢者等ボランティア「あんしんメイト」が楽しく、無理なく活動できるよう活動の調整等を行っています。</p> <p>問い合わせ先 高齢福祉課 地域包括ケア推進係 電話：22-1111（内線 2153）</p>
⑤	<p><b>認知症疾患医療センター</b></p> <p>かかりつけ医や地域包括支援センターなど関係機関と連携して、認知症に関する鑑別診断や専門医療相談などを行います。</p> <p>医療機関名：福島県立矢吹病院 地域医療連携室（矢吹町滝八幡 100） 電 話：0248-42-2051 受 付 時 間：月曜から金曜の午前 8 時 30 分～午後 5 時</p> 
⑥	<p><b>若年性認知症相談窓口（福島県）</b></p> <p>若年性認知症支援コーディネーターが、若年性認知症の方、家族、関係機関及び雇用している企業等からの相談に応じます。相談内容や状況に応じて、必要な専門医療機関や支援サービスを紹介します。</p> <p><b>【福島県若年性認知症相談窓口】</b> 設置場所：（公財）星総合病院（郡山市向河原町 159-1） 電 話：024-983-8406 開 設 日：月曜～金曜（祝日・年末年始を除く） 受付時間：午前 9 時～午後 5 時</p> <p><b>【福島県若年性認知症相談センター】</b> 設置場所：（医）湖山荘 あずま通りクリニック（福島市栄町 1-28 松ヶ丘ビル 1F） 電 話：024-572-4611 開 設 日：月曜～金曜（祝日・年末年始・夏季休業日を除く） 受付時間：午前 9 時～午後 5 時</p> 

ケアパス 一覧番号	相談先 ・ 内容
⑦	<p><b>福島県認知症コールセンター</b></p> <p>認知症の症状と接し方、医療機関の受診、介護保険の利用、本人や家族の心身の問題などについて、認知症介護経験のある相談員が電話又は面接による助言などを行っています。</p> <p>電 話：024-522-1122（認知症ほっと電話相談）  電話受付：月曜から金曜の午前10時～午後4時  ※祝祭日及び年末年始（12月29日～1月3日）は休み  団 体 名：社会福祉法人福島県社会福祉協議会  所 在 地：福島市渡利字七社宮111（福島県総合社会福祉センター内）</p> 
⑧	<p><b>福島県在宅歯科医療連携室</b></p> <p>患者様と歯科医院の仲立ちをします。寝たきりなどにより通院ができない方、病気やけがの治療・リハビリなどにより入院されている方、介護保険施設等に入所されている方で治療を希望される方へ歯科医院を紹介します。往診できる歯科医の紹介もします。</p> <p>電 話：024-523-3268  紹介受付時間：平日の午前8時30分～午後5時  団 体 名：社団法人福島県歯科医師会（福島市仲間町6番6号）</p> 

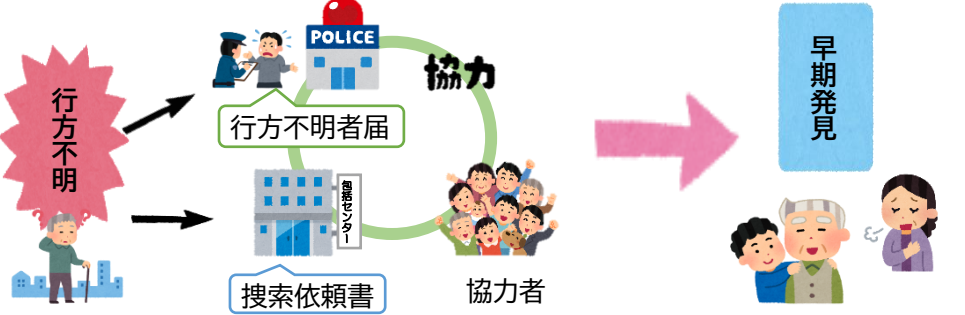


## (2)白河市のサービス

白河市では、生きがいづくりや介護予防、生活支援、地域での見守りの強化のため、以下のサービスを実施しております。

ケアパス 一覧番号	サービス名 (窓口)	内 容
⑨	<b>高齢者サロン</b> (高齢福祉課)	<p>参加者同士が交流し、楽しいひと時を過ごすことができる場所です。高齢者の閉じこもり防止や介護予防を目的に、市の養成講座を受講した「高齢者サポーター」が運営にあたっています。  開催場所等についてはP6をご覧ください。</p> <p>■利用料 無料（ただし活動内容によって参加費の負担があります）</p>
⑩	<b>介護支援いきいき 長寿ポイント事業</b> (高齢福祉課)	<p>市の登録施設や高齢者サロンにおいて施設利用者の歩行やレクリエーションの補助、話し相手などの支援やサロン運営などを行った場合に、換金可能なポイントを付与します。</p> <p>■問い合わせ先 市社会福祉協議会 電話：22-1159</p>
⑪	<b>通所型介護 予防事業</b> (高齢福祉課)	<p>「基本チェックリスト」等により、要介護状態等になることが予想される方を対象に、「運動器の機能向上」、「栄養改善」、「口腔機能の向上」等のプログラムによる集団的支援を通所により実施します。</p> 

ケアパス 一覧番号	サービス名 (窓口)	内 容
⑫	認知症高齢者等 ボランティア あんしんメイト (高齢福祉課)	市で行う養成講座を受講し認知症について学び、認知症の方を対象に活動する市民ボランティアです。認知症コミュニティルーム「あったかカフェ」の運営補助、施設訪問、自宅へ訪問しての傾聴・趣味や生きがい等の手伝い、家族の悩みの傾聴などを行っています。
⑬	認知症 サポーター (高齢福祉課)	認知症の正しい知識や接し方を学び、自分でできる範囲で認知症の方と家族をサポートする認知症サポーターを養成し、地域での見守りを行っています。 
⑭	高齢者等 見守り事業 (高齢福祉課)	郵便局や新聞販売店などの訪問系の事業者や地域の情報が集まりやすい業種である理・美容組合と協定を締結し、一人暮らしの高齢者及び障がい者、高齢者や障がい者のみの世帯等に対する見守りを強化しています。
⑮	高齢者等 あんしん見守り 事業 (高齢福祉課)	65歳以上の一人暮らしの方等を対象に、緊急時に通報できる緊急通報装置の貸与と専門的知識を有するオペレーターによる適切なアセスメントで急病や事故等の緊急事態に対応し、高齢者の自立した在宅生活を支援します。  ■対象者 (1) 65歳以上の一人暮らしの方 (2) 65歳以上の寝たきり又は認知症の高齢者を抱える高齢者世帯 (3) 市民税非課税世帯の一人暮らし重度身体障がい者の方等 ■利用料 1割の自己負担あり
⑯	あったかランチ お届けサービス 事業 (高齢福祉課)	週に3回を限度に昼食の配達及び安否確認を行います。 ■対象者 (1) 65歳以上の一人暮らしの方で、身体の障がい等の理由により食事の用意が困難な方 (2) 65歳以上の方のみの世帯で、身体の障がい等の理由により食事の用意が困難な世帯 ■利用料 1食350円(R3.6月から) 
⑰	あったか 訪問収集事業 (高齢福祉課)	ごみの訪問収集及び安否確認を行います。 ■対象者 (1) 65歳以上の一人暮らしの方で、自力でごみを集積所へ出すことが困難で身近な人の協力が得られない方 (2) 身体障がい者手帳、精神障がい者手帳又は療育手帳の交付を受けている40歳以上の一人暮らしの方で、自力でごみを集積所へ出すことが困難で身近な人の協力が得られない方 (3) 同居者がいる場合でも、同居者が高齢者、虚弱者、年少者等でありごみを出すことが困難な世帯に属する65歳以上の方又は障がいのある方 ■利用料 無料 

ケアパス 一覧番号	サービス名 (窓口)	内 容
⑱	高齢者見守り 生活支援事業 (高齢福祉課)	<p>⑱-1 お元気コール 高齢者相談員が電話による安否確認等を行います。</p> <p>⑱-2 買い物支援 移動販売車で訪問し安否確認と買い物支援等を行います。 申し込みは不要です。</p> <p>■対象者 (1) 70 歳以上の一人暮らしの方 (2) 75 歳以上の方のみの世帯 (3) その他、支援が必要と認められる方</p> <p>■利用料 無料</p>   
⑲	要介護高齢者 巡回理・美容券 交付事業 (高齢福祉課)	<p>家庭で理・美容師に散髪してもらう際に使用できる 助成券(1回 2,500 円)を年間 5 枚交付します。</p> <p>■対象者 要介護 4・5 の認定を受けた 65 歳以上の方 で、在宅の方</p> 
⑳	寝具乾燥事業 (高齢福祉課)	<p>年 4 回、1 回 3 枚を限度に寝具類の丸洗い・乾燥を行います。</p> <p>■対象者 (1) 65 歳以上の一人暮らしの方で自力で布団を干すことが困難な方 (2) 要介護 3・4・5 の認定を受けた 65 歳以上の方で寝たきりの方</p> <p>■利用料 1 割の自己負担あり</p>
㉑	在宅高齢者 介護用品支給 事業 (高齢福祉課)	<p>紙おむつ、尿取りパット、使い捨て手袋、清拭剤、 ドライシャンプーの介護用品と引き換えができるサー ビス券(月 1 回 5,000 円限度)を月数分交付します。</p> <p>■対象者 市民税非課税世帯に属する要介護 4・5 の認定を受けた 65 歳以 上の高齢者を在宅で介護している家族の方</p> 
㉒	在宅高齢者 紙おむつ用 ごみ袋支給事業 (高齢福祉課)	<p>紙おむつ用の燃えるごみの指定袋(小袋)と引き換え ができる支給券(2 カ月分でごみ袋 20 枚)を交付します。</p> <p>■対象者 在宅高齢者介護用品支給事業を利用している方</p> 
㉓	居場所づくり 事業 (高齢福祉課)	<p>高齢者の方が、いつでも自由に集まり、お茶を飲んだりおし ゃべりをしたりしながらゆっくりと自由な時間を過ごすことが できる場所です。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 「みんなの茶の間」 マイタウン白河内</li> <li>● 「くつろぎルーム」 表郷ボランティアネットワーク 1 階</li> <li>● 「ギャラリーカフェ楽々」 白河市東文化センター</li> <li>● 「田舎の小さな居場所「ことら」」 農業加工物店「ことら」内</li> </ul> <p>詳細は P7 をご覧下さい。</p>

ケアバス 一覧番号	サービス名 (窓口)	内 容
②4	認知症徘徊 SOS ネットワーク 事業 (各地域包括 支援センター)	<p>事前に登録をした認知症の高齢者等が行方不明になった時、警察と連携し、地域の方や関係機関の協力を得て地域ぐるみで早期発見するものです。</p>  <p>■問い合わせ先 白河市地域包括支援センター 21-0332 大信サブセンター 21-9565 西部地域包括支援センター 21-6032 東部地域包括支援センター 31-8889</p>
②5	認知症高齢者 保険加入事業 (高齢福祉課)	<p>「認知症徘徊 SOS ネットワーク事業」に登録した認知症の方が、徘徊中などに誤って損害を与え、法律上の損害賠償を負った場合に備えて個人賠償責任保険に加入します。上限を1億円とし、保険金の掛金は市が一部負担します。ただし、加入には要件があります。</p> <p>■対象者 市内在住の認知症の方で「白河市認知症高齢者等 SOS ネットワーク」に登録している方</p> <p>■保険料 自己負担額：500円(年間)</p> <p>■加入申込 高齢福祉課にご相談ください。</p> <p>■補償内容 下記のような場合などに、1億円を上限額として被害者への賠償額が保証されます。※状況により、保険が適用にならないこともあります。</p>  <p>自転車やシニアカーなどに乗っていて、他人にケガをさせた場合など</p> <p>店舗等で、誤って商品や飾り物などを壊してしまった場合など</p> <p>誤って線路に入ってしまったため電車を停止させてしまった場合など</p>
②6	らく楽健康体操 (高齢福祉課)	<p>老化を遅くすることや、脳と身体の機能を維持するというだけでなく、「高齢期にこそ伸びる能力を伸ばす」ということを目的とした体操です。1週間に1回30分以上の体操を集まって行う「らく楽体操クラブ」では、DVDを見ながら体操にとりくみ、定期的に理学療法士による体力測定や助言を受けることができます。</p> <p>※「白河いきいき健康マイレージ」のポイント対象事業です。</p> <p>※見学や参加をご希望の方は、高齢福祉課にお問い合わせください。</p> 

### (3)介護保険サービス

市高齢福祉課又は地域包括支援センターにお問い合わせください。

ケアパス 一覧番号	サービス名	区分	内 容
②7	居宅介護支援 事業所		ケアマネージャーがケアプランの作成や介護サービスを利用する支援を行います。
②8	通所介護 (デイサービス)	通 所	通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の介護や、生活機能向上のため支援を日帰りで行います。
②9	認知症対応型 通所介護		認知症の方のデイサービスを行う施設などで、日常生活上の介護や機能訓練などを日帰りで行います。
③0	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、食事、日常生活上の支援や生活機能向上のためのリハビリテーションを日帰りで行います。
③1	訪問介護 (ホームヘルプ)	訪 問	ホームヘルパーが居宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。
③2	訪問リハビリ テーション		居宅での生活機能を向上させるために、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問によるリハビリテーションを行います。
③3	訪問入浴介護		介護職員と看護職員が居宅を訪問し、浴槽を提供しての入浴介護を行います。
③4	訪問看護		疾患等を抱えている方について、看護師などが居宅を訪問して、療養上の看護や診療の補助を行います。
③5	居宅療養管理指導		医師・歯科医師・薬剤師・歯科衛生士・管理栄養士などが訪問し、薬の飲み方や食事などの療養上の指導を行います。
③6	短期入所生活介護 (ショートステイ)	宿 泊	介護老人福祉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行います。
③7	短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)		介護老人保健施設などに短期間入所し、医療によるケアや介護、機能訓練などを行います。
③8	小規模多機能型 居宅介護	複 合 型	通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問サービスや泊まりのサービスを組み合わせ、多機能な介護サービスを行います。
③9	看護小規模 多機能型居宅介護		利用者の状況に応じて、居住型の施設への「通い」、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスを柔軟に行います。
④0	認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)	居 住	共同生活する住居で、日常生活上の介護や機能訓練などの介護サービスを行います。
④1	特定施設入居者 生活介護		有料老人ホームなどに入居している人が、日常生活上の支援や、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。
④2	介護老人保健施設	施 設	リハビリに重点をおいた施設です。医学的な管理のもとで介護や看護・リハビリを受け、家庭での安定した生活の復帰を支援します。
④3	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方が入所して、日常生活上の支援や介護を行います。




## (4)その他の相談機関やサービス



### 〈 地域での見守り 〉

ケアパス 一覧番号	相談者	役 割
④④	民生児童委員	<p>地域住民の一員として、それぞれが担当する地区において、市民の生活上の様々な相談に応じ、行政や地域包括支援センターとの「つなぎ役」として活動しています。</p> <p>また高齢者や障がい者世帯の見守りや安否確認を行います。</p> <p>■問い合わせ先 市社会福祉協議会 電話：22-1159</p>



### 〈 生きがいづくりと介護予防 〉

ケアパス 一覧番号	サービス名	内 容
④⑤	老人クラブ	<p>老人クラブは、仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする活動を行います。</p> <p>■問い合わせ先 白河市老人クラブ連合会 電話：23-4126</p> 
④⑥	シルバー人材センター	<p>高齢者が、経験と能力を活かしながら働くことを通じて地域社会に貢献し、生きがいと追加的収入を得ることを目的にしています。</p> <p>■問い合わせ先 公益社団法人白河・西郷広域シルバー人材センター 電話：22-9128</p>

### 〈 家族の介護支援 〉

ケアパス 一覧番号	サービス名	内 容
④⑦	公益社団法人 認知症の人と 家族の会	<p>認知症介護という同じ悩みを持つ家族同士、悩みを相談し合い、励ましあう会です。介護についての情報交換や研修会、会報の発行などを通じて認知症の方とその家族への支援を行います。月に1回、中央老人福祉センター「白寿園」(北中川原)にて相談会を実施しています。※P22 もご覧ください。</p> <p>■問い合わせ先 県南地区会事務局 本田 陽子 電話：53-2394</p>
④⑧	あったかカフェ (認知症カフェ)	<p>認知症の方とその家族や、医療・介護の専門職及び地域の誰でも参加することができ、お茶を飲みながら悩みを相談したり、気分転換ができる場所です。</p> <p>■開催日 祝日を除く第1・第3木曜の午後1時半～午後3時半 ■開催場所 マイタウン白河(白河市本町2) 地下1階会議室 ■問い合わせ先 高齢福祉課 地域包括ケア推進係 電話：22-1111(内線2153・2155)</p>

## 〈 権利擁護に関する相談窓口 〉

ケアパス 一覧番号	サービス名	内 容
④9	日常生活 自立支援事業 (あんしんサポート)	<p>物事を理解したり、判断したりすることが難しくなった方が、自立した生活を送れるように、福祉サービス利用援助や日常的な金銭管理のお手伝い、書類等のお預かりなどを行います。※本人の意思に基づく契約となります。</p> <p>■利用料 1時間 1,200円(以降、30分ごとに400円加算) ※上記に加え別途、交通費(実費)がかかります。</p> <p>■問い合わせ先 市社会福祉協議会 電話：22-1159</p> 
⑤0	成年後見制度	<p>成年後見制度は、精神上的の障がい(認知症、知的障がい、精神障がいなど)により判断能力が十分でない方が不利益を被らないように家庭裁判所に申立てをして、その方を援助してくれる人を付けてもらう制度です。</p> <p>成年後見人等は、財産管理や身上監護(介護サービス、施設への入所などの生活に配慮すること)についての契約、遺産分割などの法律行為を本人に代わって行います。</p> <p>■問い合わせ先 リーガルサポートふくしま支部 電話：024-533-7234 福島県司法書士会 電話：024-533-5539 ※地域包括支援センターや市高齢福祉課でも相談を受け付けます。</p>
⑤1	白河市消費生活 センター	<p>悪質商法や契約トラブル、多重債務などの消費者に関するトラブルの相談を受け付けます。</p> <p>■問い合わせ先 白河市消費生活センター(本庁舎内) 電話：22-1133</p> 

## 〈 住まいに関する情報 〉

市高齢福祉課または地域包括支援センターにお問い合わせください。



ケアパス 一覧番号	名称	内 容
⑤2	軽費老人ホーム	身の回りのことは自分でできるものの、身体機能の低下により自宅での生活に不安がある高齢者が入居し、その自立した生活を支援するための施設で食事や生活相談等のサービスの提供を行います。
⑤3	サービス付き 高齢者向け住宅	安否確認や生活相談などのサービスが提供される高齢者向けの住宅です。
⑤4	有料老人ホーム	食事や日常生活の援助が受けられる高齢者向けの住宅です。



「家族の会」の原点は、介護家族同士が励まし合い、助け合う「つどい」にあります。認知症と初めて向き合う家族の混乱は昔も今も変わらず、介護の話は体験した人でないと分かりません。つどいでは、悩んでいることを話して気をまぎらわせたり、色々な介護・対応の方法があることを知ることができます。

励まし合いは介護する家族にとって最も必要で大切なことです。仲間とのつながり、介護保険などのサービスを使い、疲れ切ってしまう工夫も大切です。頑張りすぎないけどあきらめない。家族の暮らしがあってこそその介護。介護者の体と心のリフレッシュのためにも「つどい」に気軽に参加してください。出かけられない方は電話相談もあります。福島県の電話相談員は、「家族の会」の会員で介護経験のある方が研修を受けて応えています。



どうも最近おかしい…もしかしたら認知症かも…  
他の人はどんなやり方（介護）をしているんだろう…



（介護に）疲れちゃったな…これから先、不安だな…



介護中で悩んでいる方、誰かと話したい方、看取った方、「つどい」に参加してみませんか？認知症の本人や介護者同士が直接話し合うことができます。男性の介護者も参加していますので、介護されている男性の方の参加もお待ちしています。

- ❁ 初めての参加に不安がある方は、家族の会県南地区会事務局（P20）または、認知症地域支援推進員（P14）までご連絡ください。

## 「認知症と診断された母の変化と、家族の会との出会い」

福島県支部県南地区会会員（市内在住）

平成20年秋頃、認知症の症状に気が付いた。この時、母74歳、私47歳。症状は軽く、自立できている部分は多く、母は「誰にでもある年寄りの物忘れ」と受診を嫌がった。

平成25年8月、ご近所さんからの「あんた変だよ」の言葉に不安になった母はやっと「病院に行く」と言った。診断は「アルツハイマー型認知症」。

平成26年7月、症状は徐々に進み、ストレスから帯状疱疹になった。同年11月、近くにデイサービスが開所し契約したが母は拒否。この時期に私は介護離職をした。この冬が私にはとても長く辛かった。寒い部屋に一人ポツンと座る姿に涙が零れた。食事を届けると「何しに来た、帰れ。そんなの頼んでない」と。主治医に状況を伝え薬の調整してもらおうと、少しずつ表情が柔らかくなり笑顔も戻った。

平成27年5月、「風呂に入って髪を洗いたい」と、デイサービスに通うようになった。私は気持ちが少し楽になり母にも変化が見られた。「娘がいてよかった。ありがとう。感謝しているよ。」と母から言われたときは本当にうれしく、デイサービスの職員さんの支援に感謝した。

その後、認知症の症状は進行し、私は一人落ち込んでいった。「認知症の人と家族の会」の存在は知っていたが、参加を勧められてもなかなかその一歩が踏み出せなかった。平成28年11月、母を連れて初参加。「共感できる場」と感じた私はつどいに参加するようになり、救いの場になった。

令和2年9月、脳梗塞を発症し寝たきりになった。想定外の出来事に戸惑ったが、ケアマネージャーと相談し在宅介護を続けることにした。通い慣れたデイサービス、訪問看護やリハビリ、車いす等のレンタルを利用し、介護のプロの助けや刺激を受け、母と私たち家族を支えてもらっている。

認知症発症から約14年。現実はいんどくて心が折れそうになるが、自分たちだけで頑張ろうとせず、家族の会で相談したり、福祉の力を借りたりして、母も私たち家族も笑顔で過ごせている。

## (5) 認知症の診療を行っている専門の医療機関

No.	医療機関名	所在地	電話番号	診療科
1	福島県立矢吹病院 (認知症疾患医療センター)	矢吹町滝八幡100	42-3111 (代表)	精神科
		相談窓口：地域医療連携室44-2051		
2	ありがクリニック	白河市北中川原183-1	21-1311	精神科、 心療内科
3	(医) 信慈会 くにい増見クリニック	白河市大信増見字下ノ田45	46-2258	神経内科
4	福島県厚生農業協同組合連合会 白河厚生総合病院	白河市豊地上弥次郎2-1	22-2211	心療内科
5	(医社) 恵周会 白河病院	白河市六反山10-1	23-2700	脳神経外科
6	敦記念 田口医院	白河市郭内11	24-1111	脳神経外科
7	(医) 公翁会 千葉医院	白河市外薄葉43-1	24-2080	精神科
8	(医) 昭寿会 つかはら内科クリニック	白河市郭内12-14	24-1011	心療内科
9	(医) 慈泉会 南湖こころのクリニック	白河市関辺引目橋33	23-4401	精神科 心療内科
10	野村貫成堂クリニック	白河市新白河四丁目59	23-3071	精神科 心療内科
11	(医社) 博英会 かねこクリニック	西郷村字道南東11	24-3111	脳神経外科
12	(医社) 博英会 ニューロクリニック	西郷村下前田東5-1	24-4111	脳神経外科、 神経内科
13	(福) 福島県太陽の国クリニック	西郷村大字真船字芝原29-4	25-3111	精神科
14	泉崎南東北診療所	泉崎村大字泉崎字山ヶ入56	53-2415	脳神経外科

15	(公財) 会田病院	矢吹町本町216	42-2121	精神科 脳神経外科
16	(医) 櫻仁会 西白河病院	矢吹町井戸尻445	42-3711	精神科 心療内科
17	福島県厚生農業協同組合連合会 塙厚生病院	塙町大字塙字大町一丁目5	43-1145	精神科、脳神経 外科、神経内科、 心療内科

※ 詳細につきましては、直接、医療機関へお問い合わせください。

## (6) 認知症対応薬局

県が認定した「認知症対応薬局」では、認知症に対する3つのキーワード「気づき」、「つなぎ」、「ささえ」の実践により、早期発見、早期対応を行います。



No.	薬局名	所在地	電話番号
1	さくら薬局 横町店	白河市横町5-2	31-2511
2	ファーコス薬局 めぐみ北	白河市外薄葉17-5	21-1887
3	ファーコス薬局 めぐみ	白河市六反山10-26	31-2101
4	ファーコス薬局 白河	白河市六反山10-36	27-1185
5	ファーコス薬局 つくし	白河市大鹿島前25-1	21-0381
6	ローズ薬局	白河市金鈴4-5	24-0030
7	いずみざき薬局	泉崎村大字泉崎字山ヶ入69-6	54-1840

※福島県薬剤師会ホームページより



認知症対応薬局は  
このステッカーが  
目印です。

## 10. 自分でできる認知症の気づき「白河市認知症チェックシート」

人は誰でも、年をとるにしたがって、若い頃と比べて記憶力などの認知機能が衰えます。しかし、認知機能が衰えるのは「年をとったから」だけではなく、脳の機能障害が原因かもしれません。以下の質問に答えて、簡単に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。）



本人氏名		生年月日	
住 所		連 絡 先	

### チェック1

チェックした人は誰ですか？○を付けてください。【本人・家族など】

カレンダーを見ないで、今日の日付を書いてください。	年	月	日	曜日
昨日の夕食に食べたものを全て書いてください。				

### チェック2

チェックした人は誰ですか？○を付けてください。【本人・家族など】

■最近1ヵ月以内のことを思い出してご回答ください。

No.	質問内容	1点	2点	3点	4点
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。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
2	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
3	自分の生年月日がわからないときがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
4	今日が何月何日かわからないときがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
5	自分のいる場所がどこかわからなくなることがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
6	道に迷って家に帰ってこれなくなることはありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
7	電気やガスや水道が止まってしまったときに、自分で適切に対処できますか。 ※自分で電気会社などに連絡をしたり、滞納している料金を払いにいたりできますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
8	一日の計画を自分で立てることが出来ますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
9	季節や状況に合った服を自分で選ぶことが出来ますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
10	一人で買い物は出来ますか。 ※一人で買い物に行かなければならない場合、必要なものを必要な量だけ買うことが出来ますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
11	バスや電車、自家用車などを使って一人で外出出来ますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない

No.	質問内容	1点	2点	3点	4点
12	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。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
13	電話をかけることができますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
14	自分で食事の準備はできますか。 ※自分の食事の準備をしないといけない場合は、必要な食材を自分で調理または惣菜を買って準備することはできますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
15	自分で、薬を決まった時間に、決まった分量飲むことはできていますか。	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	まったくできない
16	入浴は一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
17	着替えは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
18	トイレは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
19	身だしなみを整えることは一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
20	食事は一人でできますか。 ※食事は、介助がなくても一人で食べることができますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
21	家のなかでの移動は一人でできますか。	問題なくできる	見守りや声かけを要する	一部介助を要する	全介助を要する
小 計		1点×( ) =( )	2点×( ) =( )	3点×( ) =( )	4点×( ) =( )
No.1~21 (21項目) の合計点			点/84点		

【チェック2の出典】  
兵庫県版認知症チェックシート (DASC®-21:©地方独立法人東京都健康長寿医療センター研究所)

「**チェック2**」の合計点が、「**31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。

「**チェック1**」で、大幅に答えられなかった場合にも、認知機能が低下している可能性が考えられます。

**かかりつけ医や認知症相談医療機関を受診してください**  
 ※医療機関を受診される場合は、この「認知症チェックシート」をご持参ください。  
 ※合計点が31点未満でも、気になることがある場合は、かかりつけ医や認知症相談医療機関、その他相談窓口にご相談ください。

【白河市認知症初期集中支援チーム作成】

※ご自身・ご家庭でチェックした結果は、あくまでも参考としてご活用ください。  
 ※「白河市認知症チェックシート」をご希望の方は高齢福祉課へお問い合わせください。



# 白河市公式LINE はじめました！

新型コロナ ウイルス関連	イベント	子育て
暮らし	仕事を探す	受信設定

最新情報を  
配信！

便利な  
サービスも！

地域情報 マップ	図書館	公共施設予約
観光情報	まちなび白河	Q&A

ホームページ	広報しらかわ	公式SNS
--------	--------	-------

## 友だち募集中です

QRコードを読み取るか、IDを検索して  
友だちを追加してください

ID @shirakawa.city

問市秘書広報課 ☎ 0248-22-1111



# POLICEメールふくしま

福島県警察では、皆さんが安全で安心な生活を送るために参考としていただきたい情報をパソコンや携帯電話(スマートフォン)に、メール配信します。

手続きは簡単です！ぜひ、登録をしてください！

## 配信開始!



ポリス  
「POLICEメールふくしま」に登録すると、  
下記の情報がメールで配信されます。

- なりすまし詐欺情報
- 交通安全情報
- 犯罪発生情報
- 防災情報
- 不審者情報
- お知らせ
- 地域安全情報



カクニンジャー<sup>ふく</sup>福くん



## 登録方法

### ① 右記のQRコードを読み込んで、空メールを送信

※QRコードが読み込めない方は、下記の登録用アドレスに空メールを送信してください。

登録用アドレス [pmf01@uh28.asp.cuenote.jp](mailto:pmf01@uh28.asp.cuenote.jp)

### ① QRコード



### ② 返信されてきたメールのURLをクリック

### ② 仮登録メール

CLICK! <https://~>

### ③ 登録フォームで、次の項目にチェックを入れる

- ▶ 配信希望警察署： 白河警察署
- ▶ 配信希望情報： 犯罪発生情報等
- ▶ お住まいを管轄する警察署： 白河警察署

### ③ 登録フォーム

配信希望警察署	<input checked="" type="checkbox"/> 白河警察署
配信希望情報	<input checked="" type="checkbox"/> 犯罪発生情報等
お住まいを管轄する警察署	<input checked="" type="checkbox"/> 白河警察署

CLICK!

### ④ パスワード(好きな数字4桁)を入力

### ④ パスワード

パスワード

### ⑤ 登録ボタンをクリックで登録完了!!

### ⑤ 登録

CLICK!



お問い合わせは、白河警察署まで ☎0248-23-0110

白河地区防犯協会連合会・白河警察署

## 白河市認知症ケアパスに関する問い合わせ先



### 白河市 保健福祉部 高齢福祉課 地域包括ケア推進係

〒961-8602 福島県白河市八幡小路7番地1

電話：0248-22-1111（内線2155） FAX：0248-23-1255

Eメール：[koreifukushi@city.shirakawa.fukushima.jp](mailto:koreifukushi@city.shirakawa.fukushima.jp)

### 表郷庁舎 地域振興課 市民福祉係

〒961-0416 福島県白河市表郷金山字長者久保2番地

電話：0248-32-2114 FAX：0248-32-2234

### 大信庁舎 地域振興課 市民福祉係

〒969-0392 福島県白河市大信町屋字沢田15番地1

電話：0248-46-2114 FAX：0248-46-2409

### 東庁舎 地域振興課 市民福祉係

〒961-0392 福島県白河市東釜子字殿田表50番地

電話：0248-34-2116 FAX：0248-34-3584