



# 認知症 あんしん ガイド

認知症のやさしい深谷市をめぐり



「認知症あんしんガイド」は、認知症に関して、どこに相談すればよいのかわからない時の手引きです。

認知症の概要や、認知症の人への接し方の心得、早期発見のための簡単なチェックリスト、介護保険サービスなど利用できる公的なサービス等について掲載しています。

認知症についての不安を解消して、皆さまが深谷市で安心して暮らしていくことができるよう、「認知症あんしんガイド」をご活用ください。



## 目次

	ページ
1. 認知症の基礎知識	
認知症を正しく知りましょう／「認知症」の原因は？	・・・ 1
軽度認知障害（MCI）をご存知ですか？	・・・ 2
早期発見・早期受診が大切です	・・・ 2
家族が作った認知症早期発見の目安	・・・ 3
認知症簡易チェック	・・・ 3～4
認知症の方への接し方	・・・ 5～6
2. ご活用ください	
わたしメモ	・・・ 7～10
受診メモ	・・・ 11～12
3. 社会資源・相談機関一覧	
認知症の度合いに応じた社会資源の種類	・・・ 13
相談機関① 深谷市内の地域包括支援センター	・・・ 14
相談機関② 深谷寄居医師会内の医療機関	・・・ 15
相談機関③ 埼玉県内の認知症専門相談機関	・・・ 16
4. 利用できるサービス	
深谷市の介護予防事業	・・・ 17
認知症初期集中支援チーム／介護者マーク／認知症サポーター	・・・ 18
深谷市の高齢者向け福祉サービス①・②	・・・ 19～20
成年後見制度など	・・・ 21
高齢者の交通手段サポート	・・・ 22
介護保険を利用した介護（介護予防）サービス	・・・ 23
介護休業制度について	・・・ 24

自分の状況や気持ちをまとめる「わたしメモ（本人またはご家族記入用）」（7～10ページ）は、ご自分の考えていることを周りの人に伝えるときにお使いください。

また、実際に専門機関に相談する際には「受診にあたってのメモ」（11、12ページ）をご利用ください。ご家族が相談前にあらかじめ状況をまとめておくことで、状況を伝えやすくなり、スムーズな対応につながります。



## 「認知症」を正しく知りましょう

「認知症」は、誰でもかかる可能性がある「脳の病気」です。高齢化が進むにつれて、誰もが関わる身近な問題となっています。

自分は認知症に関係ないと思わずに認知症について正しく知り、早めに認知症予防に取り組むことをおすすめします。

## 「認知症」の原因は？

「認知症」を発症すると考えられる原因はさまざまで、認知症の種類によって異なります。

### 1 加齢による脳の老化

年を重ねると、脳内に異常なたんぱく質が増加、蓄積し、これが脳細胞を死滅させ、脳の働きにダメージを与えます。

(異常なたんぱく質が増える原因はまだはっきりしていません。)

### 2 ケガや脳血管の病気

頭にケガをしたり、脳血管の病気などにより、脳細胞がダメージを受け、理解力・判断力・記憶力が低下することがあります。ケガや病気の治療によって、回復する可能性もあります。

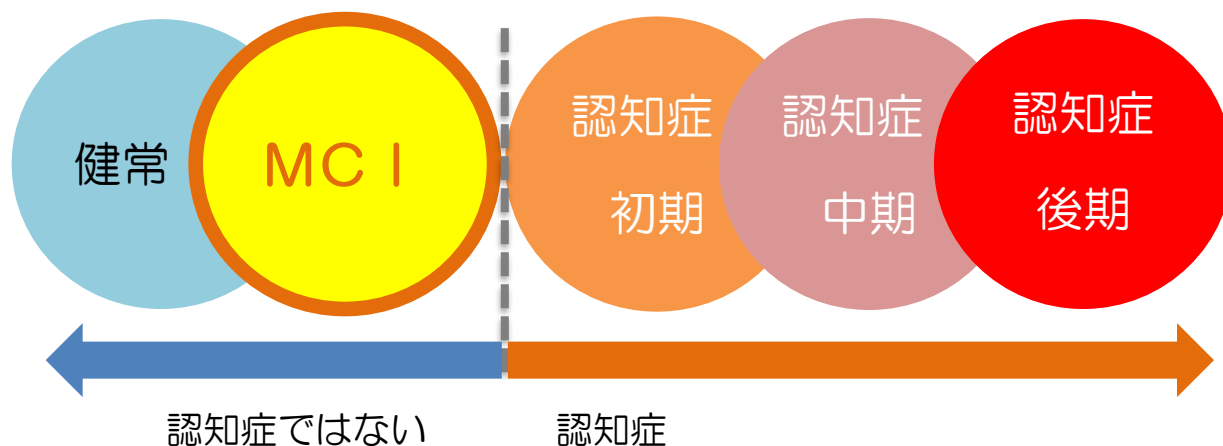
### 3 生活習慣病（高血圧症・糖尿病・肥満など）

認知症と生活習慣病は、深い関連があることがわかっています。生活習慣病により、脳血管に障害が起きたり、脳の機能自体が低下し「認知症」を発症しやすくなります。

### 4 その他

長期的なストレスやうつなど精神的な負担や、難聴などによって、他者との会話が少なくなったり、閉じこもりになったりすることで、軽度認知障害（MCI）になることもあります。

## 軽度認知障害（MCI）をご存知ですか？



軽度認知障害（以下、MCI）とは、認知症になる前の段階のことを言います。

「物忘れが目立つ」「注意力が低下する」「見たものをうまくとらえられない」などの軽い症状が見られますが、日常生活に支障はない状態で、認知症ではありません。

MCIの段階で、兆候に気づき、早期から予防対策を行うことで、認知症の症状が出ずに済むケースもあります。気づいた時に放置しないことが大切です。

## 早期発見・早期受診が大切です

認知症の早期発見、早期受診・診断、早期治療はその後の認知症の人の生活を左右する非常に重要なことです。

主治医や専門の医療機関へ、早めの相談をお勧めします。

⇒P.15、P.16参照

### <早期受診のメリット>

- 病気が理解できる時点で受診し、少しずつ理解を深めていけば生活上の障害を軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。
- 任意後見制度等の準備や手配をしておき、自分らしい生き方を全うすることが可能です。
- 認知症の種類によっては、薬で進行を遅らせることができる場合もあります。
- 認知症の診断は初期ほど難しく、高度な検査機器と熟練した技術を要する検査が必要です。

## 家族が作った認知症早期発見の目安

下記の「認知症簡易チェック」は、日常の暮らしの中で認知症の始まりではないかと思われる言動を、「公益社団法人 認知症の人と家族の会」の会員の皆さんが、経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。いくつか思い当たることがあれば、専門家に相談してみることがよいでしょう。その結果、何もなければ安心ですし、他の病気が見つければ、それはそれで早期対応ができます。

どんな病気でもそうですが、認知症も早く見つけて早く対応すれば、本人にとっても家族にとっても、それ以後の生活は大きく変わります。

### 認知症簡易チェック

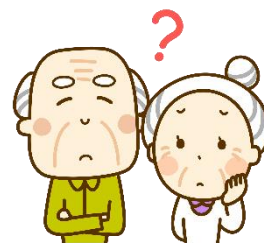
出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会

思い当たることがあれば、専門医に相談してみingことをお勧めします。

(注意：これは認知症を診断するものではありません)

#### もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



#### 判断力・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった



#### 時間や場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

## 人柄が変わる

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



## 不安が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

## 意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎこんで、何をするのも億劫がり、嫌がる



ここからも  
チェックできます

### \*\* 認知症簡易チェックシステム \*\*

パソコンをご利用のかたは下記へアクセスしてください。

<http://fishbowlindex.net./fukaya/>

携帯電話・スマートフォンでQRコード対応の機種を  
お持ちの方は、右のQRコードをご利用ください。



## 認知症の方への接し方

認知症の方は、「何もわからない」「どうせ忘れてしまう」と思われがちです。しかし、最近のことを忘れてしまっても、古い記憶は残っていることが多く、感情も豊かです。

認知症になったご本人は、戸惑いや不安を感じ、ストレスを抱えていることを理解しましょう。

認知症だからといって、特別に接するのではなく、その人らしさを大切にできるような心配りをしましょう。



### 本人のペースに合わせる

ご本人のペースを乱されると、パニックに陥ることがあります。言葉や態度で急かしたりせず、ご本人のペースに合わせてるようにします。話をさえぎったり、言葉を先取りしないようにし、気長に待つことも大切です。

### わかりやすい言葉で簡潔に伝える

一度に多くの話をするとう、理解しづらく、混乱してしまいます。短く区切って、時間や場所を意識づけるようにして、わかりやすく伝えます。

### その人らしさを大切にする

「わからないこと」「できないこと」ばかりに目を向けずに、慣れ親しんだことは続けていき、「わかること」「できること」をご本人の自信につなげるようにします。

### スキンシップを図る

不安や疎外感を感じやすく、冷たい態度に敏感です。視線を相手と同じ高さに合わせ、必要時はスキンシップを心がけます。



## ～ 症状に応じた接し方の例 ～

決して相手を困らせようとして起こす行動ではなく、脳の病気の症状であることを理解して、受け止めましょう。

### 被害妄想

「お財布が盗まれた」等の訴えは、否定しないでご本人の話をよく聞くようにします。「一緒に探してみましよう」などと対応し、別の話題にそらせたりします。

### 徘徊

外に出ていこうとする時には、ご本人なりの理由や目的があるので、責めたり無理に止めようとするのは、逆効果になります。

徘徊センサーやGPS付き発信機などを使ったり、近所の方や交番に協力してもらう準備も必要です。

### 何度も同じ話を繰り返す

出来事の記憶が途切れると前後のつながりがわからなくなり、不安を覚えて、何度も同じ話を繰り返してしまいます。このような時は、初めて聞いたように答えます。同じことの繰り返しは、聞く側もストレスになりますので、4、5回目には話題をそらせたり、その場を離れるなどします。



# わたしメモ

記入した日： 年 月 日

「わたしメモ」は、ご自分の生活のこと、ご自分の考えていること、困った時の連絡先など、いざというときに、周りの人に伝えたい内容を記入しておく、役立ちます。ご本人だけでなく、ご家族など、状況がわかる方が記入していただいてもかまいません。

## 【わたしのこと】

名前： \_\_\_\_\_

住所： \_\_\_\_\_

電話番号（自宅）： \_\_\_\_\_

電話番号（携帯）： \_\_\_\_\_

生年月日： \_\_\_\_\_

## 【困ったときの連絡先】

名前： \_\_\_\_\_ 続柄 \_\_\_\_\_

住所： \_\_\_\_\_

電話番号（自宅）： \_\_\_\_\_

電話番号（携帯）： \_\_\_\_\_

## 【担当ケアマネジャー】 ※ 介護保険サービスを利用している場合

名前： \_\_\_\_\_

住所： \_\_\_\_\_

電話番号（ ）： \_\_\_\_\_

電話番号（ ）： \_\_\_\_\_

利用しているサービス（利用しているものに  を入れる）

通所介護（デイサービス）週（    ）回

訪問介護（ヘルパー）      週（    ）回

訪問看護                      週（    ）回

福祉用具貸与

短期入所

配食サービス                  週（    ）回

【かかりつけの病院】

病院名： \_\_\_\_\_

診療科： \_\_\_\_\_

医師名： \_\_\_\_\_

病 名： \_\_\_\_\_

病院名： \_\_\_\_\_

診療科： \_\_\_\_\_

医師名： \_\_\_\_\_

病 名： \_\_\_\_\_

【わたしの家族や生活のこと】

①わたしは、.....県.....市で、.....人兄弟の.....番目に  
生まれました。

②住んだことがある場所は、.....、.....、  
.....です。

③今の住まいは、（ 大正 ・ 昭和 ・ 平成 ・ 令和 ）.....年から住んでいます。

④.....歳で結婚しました。 結婚歴はありません。

⑤  子どもはいません。  息子がいます。  娘がいます。

⑥今は、（誰）.....と一緒に生活しています。  ひとり暮らしです。

⑦仕事は、.....で.....歳まで働いていました。

⑧現在の収入は、ひと月 約.....円です。

⑨家族や友人と.....（ 日 ・ 週 ・ 月 ）に1回、連絡を取り合っています。

⑩わたしの趣味・特技は、.....です。

⑪大切にしたいことは、.....です。（価値観、宗教など）

⑫今の生活で楽しみにしていることは、.....です。

⑬地域での活動に（ 参加しています ・ 参加していません ）

活動内容：

【 自治会 ・ 老人クラブ ・ 通いの場 ・ サロン ・ その他（ ..... ）】



## 【毎日の生活のこと】

①朝は、【           】時頃起き、夜【           】時頃休みます。  
睡眠導入剤を  飲んでいますが。  飲んでいません。

②夜間、トイレに起きることが  あります。【           】回  ありません。

③食事は、1日【           】食です。  
食事の支度は、（ 私 ・ 家族 ・ ヘルパー ・ その他 ）がしています。

④入浴は、毎日・週に【           】回、（ 自宅 ・ 自宅外 ）で、  
方法は（ 入浴 ・ シャワー ・ 清拭 ）です。

⑤トイレ・浴室の掃除は、（ 私 ・ 家族 ・ ヘルパー ・ 【           】）が  
しています。

⑥居室の掃除は、（ 私 ・ 家族 ・ ヘルパー ・ 【           】）がしています。

⑦ゴミ出しは、（ 私 ・ 家族 ・ ヘルパー ・ 【           】）がしています。

⑧買い物は、（ 私 ・ 家族 ・ ヘルパー ・ 【           】）がしています。

⑨洗濯は、（ 私 ・ 家族 ・ ヘルパー ・ 【           】）が、       日に1回して  
います。

⑩外出の頻度は、（ ほぼ毎日 ・ 週2～3回 ・ 週1回 ・ 月に2～3回 ）です。

⑪外出の目的は、（ 通院 ・ 趣味活動 ・ 地域の活動 ・ ボランティア ・ 仕事  
・ 買い物 ）です。

⑫移動手段は、（ 徒歩 ・ 自転車 ・ 車（運転） ・ 車（同乗） ・ タクシー  
・ バス ・ 電車 ）です。



## 受診メモ

受診の際、困っている症状を伝えるために、日頃から気づいた点をメモに残すなどしてみましょう。

### 【受診前チェックリスト】

日付 日付 日付

最近の本人の様子について、あてはまるものに☑をつけてみましょう。

	日付	日付	日付
最近の本人の様子について、あてはまるものに☑をつけてみましょう。	/	/	/
同じことを何度も言う、聞く	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
しまい忘れ、置き忘れが増え、いつも探し物をしている	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
財産・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
料理、片づけ、計算などのミスが多くなった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
新しいことが覚えられない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
話のつじつまが合わない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
約束の日時や、場所を間違えるようになった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
慣れた道でも迷うことがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
些細なことで怒りっぽくなった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
周りの人への気遣いがなくなり、頑固になった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
自分の失敗を人のせいにする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
「この頃、様子がおかしい」と周囲から言われる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ひとりになると、怖がったり、寂しがったりする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
外出時、持ち物を何度も確かめる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
趣味や、好きなテレビに興味を示さなくなった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
「頭が変になった」と本人が訴える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
身だしなみを構わなくなった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
趣味や好きなテレビに興味を示さなくなった	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ふさぎこんで何をするにも億劫がり、嫌がる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 【家族構成】

名前	続柄	生年月日	連絡先

困っていること、医師に相談したいことを書いておきましょう。

気づいたときに書いておくことで、診察の時に、症状を伝えることができます。

(いつ、どのような時、どのようなことを具体的に書いておきましょう。)

例) 最近、夕方になるとソワソワして落ち着きがなくなったり、少しの  
ことで声を荒げたりするようになった。

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

※ 受診の際は、おくすり手帳を持参しましょう。

# 認知症の度合いに応じた社会資源の種類

認知症の症状は、人それぞれで経過は異なり、必ずしもこのとおりの経過をたどるわけではありませんが、今後の経過の中で大まかな状態を知り、今後を見通す参考となれば幸いです。

健康      MCI      認知症初期      認知症中期      認知症後期

本人の様子	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	常時、介護が必要	介護がないと生活できない
	物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め、日常生活は自立している	買い物や事務、金銭管理等にミスがみられるが、日常生活はほぼ自立している	服薬管理ができない、電話の対応や訪問者の対応などが1人では難しい	着替えや食事、トイレ等がうまくできない	ほぼ寝たきりで意思の疎通が困難である
本人の気持ち	いろいろなことがうまくいかない、不安な気持ち	人に迷惑をかけたくない、孤立した気持ち	自分の失敗を認めたくない、失敗して情けない気持ち	自分の感情や気持ちをうまく言葉にできず、いらいらや不安を感じる	
家族の気持ち	<b>とまどい・否定</b> 認知症の人の異常な言動に戸惑い、否定しようとする。	<b>混乱・怒り・拒絶</b> 認知症の理解が不十分のため、どう対応してよいかわからず混乱。	<b>割り切り・あきらめ・否定</b> 怒ったりイライラするのは損になると思い始め、割り切るようになる。	<b>受容</b> 認知症に対する理解が深まり、家族の一員として受け入れられるようになる。	
認知症の方を支えるサービス等	相談	相談機関① 【地域包括支援センター】 P 1 4 ★認知症初期集中支援チーム P 1 8			
	介護予防・悪化予防	深谷市の介護予防事業 P 1 7	介護保険サービス P 2 3		
	医療機関	相談機関②【医療機関】、埼玉県内の認知症専門相談機関 P 1 5			
	在宅介護	介護保険サービス P 2 3			
	生活支援・家族支援	高齢者向け福祉サービス P 1 9～ 高齢者の交通手段サポート P 2 2			
	住まい	サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム 認知症対応型共同生活介護（グループホーム） ※介護老人福祉施設 介護老人保健施設			

※介護老人福祉施設・介護老人保健施設は介護保険で利用できる施設です。詳しくはP 2 3をご覧ください。



## 相談機関① 【地域包括支援センター】

### ◎大里広域地域包括支援センター

地域にお住まいの高齢者やそのご家族、地域住民の皆さまの介護や福祉などについてのさまざまな相談に対応しています。

名 称	所 在 地	電話番号	担当地域
		FAX 番号	
大里広域地域包括支援センター エンゼルの丘	深谷市今泉 625	048-546-1216	岡部地域
		048-546-1218	
大里広域地域包括支援センター 深谷市社会福祉協議会	深谷市本住町 12-8	048-573-6869	深谷、大寄地域
		048-573-0806	
大里広域地域包括支援センター 医師会なごみ	深谷市新戒 413-1	048-577-5371	幡羅、明戸、豊里、八基地域
		048-577-5372	
大里広域地域包括支援センター はなみずき	深谷市柏合 1041-1	048-551-1113	南地域、上柴町西 1～7、 秋元町、上野台の一部
		048-551-0553	
大里広域地域包括支援センター あねとす病院	深谷市人見 1975	048-577-3201	藤沢地域、上野台の一部、 東方の一部、上柴町東 1～7
		048-577-3261	
大里広域地域包括支援センター ふじさわ苑	深谷市人見 2028-3	048-571-1234	川本、花園地域
		048-571-1446	

### 地域包括支援センターとは？

心身の状態に不安がある時、介護予防の訓練を受けたい時、悪徳商法の被害が心配である時など、地域の高齢の皆さまの相談を引き受けます。

地域包括支援センターのスタッフは、主任ケアマネジャー、保健師（または経験のある看護師）、社会福祉士を中心に構成されています。専門職が皆さまの暮らしを支援します。

## 相談機関② 【深谷寄居医師会内の医療機関】

### ◎認知症の相談（診療）ができる深谷寄居医師会内の医療機関

（深谷市）

令和4年8月24日現在

医療機関名 (受付担当窓口等)	所在地	電話番号 (048)
あさみ医院	深谷市黒田 340-1	584-5565
あねとす病院 (相談室)	深谷市人見 1975	571-5311
いしばし脳神経内科 クリニック	深谷市宿根 1430-2	598-7878
磯部クリニック (もの忘れ外来)	深谷市新井 926	575-1131
岩崎医院	深谷市東方 3688-5	572-8181
内田ハート クリニック	深谷市東方町 2-15-6	574-0040
緒方医院	深谷市血洗島 182-1	587-2013
上柴メンタル クリニック	深谷市上柴町西 2-14-43	551-7000
北深谷病院	深谷市江原 350	573-0801
小暮医院	深谷市中瀬 1216	587-1262
佐々木病院	深谷市西島町 2-16-1	571-0242
清水クリニック	深谷市畠山 1709	583-3245
しょうのもり クリニック	深谷市岡 336-1	501-5553
上武内科 クリニック	深谷市本田ヶ谷 210-2	572-5588

医療機関名 (受付担当窓口 等)	所在地	電話番号 (048)
高田医院	深谷市原郷 4-14	573-1244
ふかやクリニック	深谷市宿根 245-1	574-0022
深谷赤十字病院	深谷市上柴町西 5-8-1	571-1511
深谷メンタル クリニック	深谷市西島町 3-17-47	573-2520
益岡医院	深谷市岡部 1249-10	585-5657
柳田医院	深谷市榛沢新田 858-2	585-2391
楽仙堂病院	深谷市東方 2100	571-0205

（寄居町）

おぶすま診療所	寄居町赤浜 965-2	582-2211
くじらおか ハートクリニック	寄居町赤浜 1157	577-0010
埼玉よりい病院	寄居町用土 395	579-2788
はらしま医院	寄居町保田原 163-7	586-0081
藤野クリニック	寄居町寄居 1153-1	581-1035

- ・受診の日時や方法について、各医療機関に確認のため事前に問合せの電話をしましょう。
- ・各病院の流れにそって、ご本人と一緒に、健康保険証をご持参のうえ、受診してください。

※なお、個別の対応については、各医療機関へお尋ね下さい。



## 相談機関③ 【埼玉県内の認知症専門相談機関】

### ◎埼玉県認知症疾患医療センター

電話相談・面接相談や専門医師による鑑別診断を行う、認知症の専門医療機関です。

医療機関名	所在地	電話番号
西熊谷病院	熊谷市石原572	048-599-0930
埼玉県済生会鴻巣病院	鴻巣市八幡田849	048-501-7191
丸木記念福祉 メディカルセンター	入間郡毛呂山町毛呂本郷38	049-276-1486
つむぎ診療所	秩父市寺尾1404	0494-22-9366
埼玉精神神経センター	さいたま市中央区本町東6-11-1	048-857-6817
戸田病院	戸田市新曽南3-4-25	048-433-0090
武里病院	春日部市下大增新田9-3	048-738-8831
菅野病院	和光市本町28-3	048-464-6655
あさひ病院	狭山市大字水野592	04-2957-1202
久喜すずのき病院	久喜市北青柳1366-1	0480-23-3300

### ◎「認知症の人と家族の会」埼玉県支部

1980年に結成され現在全国47都道府県に支部があり、「認知症があっても安心して暮らせる社会」を目指して活動している会です。また、県より若年性認知症支援コーディネーター設置事業の委託を受け、若年性認知症支援コーディネーターを配置しご本人やご家族からの相談（社会保障・医療・サービス受給・就労支援等）に応じます。若年性認知症のご家族やご本人ほか、医療機関や地域包括支援センターなどの支援関係者からのご相談も受けます。



機関名	電話相談	所在地
公益社団法人 認知症の人と家族の会 埼玉県支部	月～土（木曜・年末年始・祝日除く） 午前10時～午後3時 ☎ 048-814-1210 FAX 048-814-1211	さいたま市浦和区常盤 3-12-17 日建プリムローズ常盤第3-1F
若年性認知症サポート センター	月～金 午前9時～午後4時 ☎ 048-814-1212 FAX 048-814-1211	

※本人・家族のつどい（交流集会）も開催しています。

開催案内や参加申し込みは、上記の電話番号までお問い合わせください。

# 深谷市の介護予防事業

問い合わせ

長寿福祉課 介護保険係

☎ 048-574-8544、FAX 048-574-6667

## 元気ふっかつ教室

高齢者のための筋力トレーニング（深谷ふっかつ体操）を中心に、介護予防について総合的に学び自宅で実践できるようアドバイスする教室です。3か月間、連続12回のプログラムです。

●対象者

市内にお住いの65歳以上のかた

## 家族介護者教室

介護に関する講話と参加者同士の交流を行います。

●対象者

市内にお住いのかたで、家庭で介護しているかたや、これからの家族介護に備えたいかた、高齢者の介護に関心をお持ちのかた

## 介護予防教室

老人クラブなどの団体を対象に、運動教室、栄養教室及び口腔教室などを開催し、介護状態となることを予防し、住み慣れた地域で生活が継続できるようにすることを目的とします。

●対象者

市内にお住いのおおむね65歳以上のかた

## 認知症家族のつどい

認知症のかたを介護している家族のかたを対象に、日頃の悩みや思いを、語りあうことができる場です。

●対象者

認知症のかたを介護している家族

## 深谷ふっかつ体操

市内の集会所や自治会館等で継続して体操（深谷ふっかつ体操）を行うことで、高齢者の閉じこもりや介護予防、地域における見守りや支えあいを目的に行います。

●対象者

市内にお住いのおおむね65歳以上のかた

## 認知症カフェ

認知症のかたやその家族、認知症に関心のあるかた、介護の経験のあるかたなどが安心して集うことのできる交流の場です。

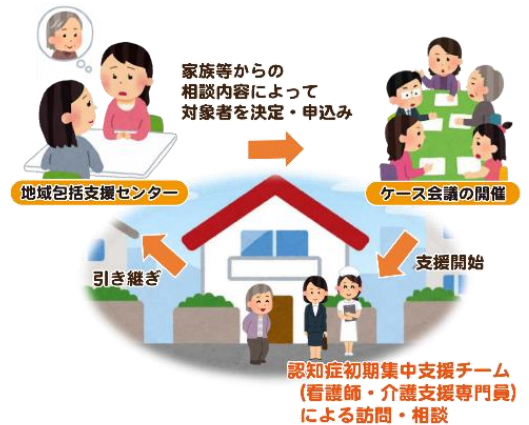
※詳しくは、毎月発行の「広報ふかや」、深谷市ホームページをご覧ください。

## 認知症初期集中支援チーム

『認知症初期集中支援チーム』とは、認知症サポート医、看護師、介護支援専門員、社会福祉士などの医療・介護の専門職で構成される、深谷市が設置した、認知症の支援チームです。

### ★認知症は早期発見、早期対応が重要です

認知症のかた、またはその疑いのあるかたや、ご家族を認知症初期集中支援チーム員（看護師、介護支援専門員、社会福祉士など）が訪問し、認知症についての困りごとや心配ごとなどをうかがい、ご本人やご家族の状況に合わせた、病院受診やサービス利用、ご家族の介護負担軽減などの支援を行います。



## 介護者マーク



▲介護者マーク

深谷市に住所を有する認知症高齢者や障害者等を在宅で介護するかたが、周囲から偏見や誤解を受けることがないように「介護者マーク」を貸し出します。  
※利用申請書の記入が必要です。

### こんなときに

- ・介護していることを周囲にさりげなく知ってもらいたいとき
- ・駅やサービスエリアなどのトイレで付き添うとき
- ・男性介護者が女性用下着を購入するとき

## 認知症サポーター

市では、認知症のかたやその家族を地域全体で支え合うために、認知症についての正しい知識を学ぶ『認知症サポーター養成講座』の支援をしています。

認知症サポーターとは、認知症に対して偏見を持たず、認知症の人やその家族に対して暖かい目で見守り支援を行う応援者です。





## 深谷市の高齢者向け福祉サービス ①

問い合わせ

長寿福祉課

●長寿福祉係 ☎ 048-574-6645

●介護保険係 ☎ 048-574-8544

FAX 048-574-6667

各総合支所

岡部市民生活課 ☎048-585-2214、FAX048-585-0255

川本市民生活課 ☎048-583-2532、FAX048-583-2794

花園市民生活課 ☎048-584-1121、FAX048-584-0929

### 高齢者配食サービス

食生活の改善と、特に安否確認を目的とし、毎週月曜日～土曜日のうち希望する曜日に、自宅へ昼食を手渡しします。  
(利用負担あり)

●対象者

- ①65歳以上の一人暮らしのかた
- ②65歳以上のみの世帯のかた  
(同一敷地内に親族が居住していない)

### おでかけ見守りシール

洋服や靴、バッグなどさまざまな素材のものに貼り付けることができる、「おでかけ見守りシール」を無料交付します。

●対象者

- ①要介護・要支援認定があり、徘徊の症状があるかた
- ②認知症と診断されたかた

### 徘徊者探索システム

対象者が業者の端末機を常時所持することにより、対象者の位置情報がインターネット検索または電話連絡で確認できます

●対象者

在宅で徘徊行動があり、外出時に家に帰ることのできない以下のかた

- ①65歳以上の認知症高齢者
- ②要介護認定のある40歳以上のかた
- ③知的障害児(者)※③のかたは障害福祉課  
(☎048-571-1011)へお尋ね下さい。



## 深谷市の高齢者向け福祉サービス ②

問い合わせ

深谷市社会福祉協議会 地域福祉係

☎ 048-573-6563、FAX 048-573-0806

### 安否確認

安否確認を目的として、民生委員・児童委員が月1回自宅へ訪問します。

対象者：深谷市に住所を有する65歳以上の一人暮らしのかたで、安否確認の必要があると認められるかた（在宅一人暮らし高齢者福祉票の提出があるかた）

※ただし、対象外要件あり



### 有償家事援助サービス

協力会員の活動できる範囲でサービスを提供します（身体に触れる行為は対象外）。

活動内容：①部屋の掃除 ②洗濯、布団干し ③ゴミ出し ④食事の支度 ⑤買い物 など

費用：30分 450円（1日の最長利用時間は90分）

時間：午前8時～午後5時まで

対象者：社会福祉協議会の会員であり、次のいずれかに該当する世帯

- ①65歳以上のかたがいる世帯
- ②ひとり親世帯
- ③就学前の乳幼児がいる世帯
- ④障害のあるかたがいる世帯
- ⑤ケガや病気により一時的に援助が必要な世帯

### 深谷市社会福祉協議会の会員になるには・・・

社会福祉協議会会員とは、会費を納めることによって、地域福祉推進に取り組む社会福祉協議会の運営やサービスの参加・協力をお願いするものです。

「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」を目指す社会福祉協議会の事業にご賛同いただき、入会をお願いしています。

（毎年7月・8月に自治会を通じて、各家庭に入会をお願いしています）

年会費 普通会員 1口300円

## 成年後見制度 など

問い合わせ

深谷市社会福祉協議会 支援係  
☎ 048-573-6561、FAX 048-573-0806

### 成年後見制度とは

認知症などにより、物事を判断する能力が十分ではないかたについて、本人の権利を守る援助者（成年後見人等）を選ぶことで、本人を法律的に支援（財産管理、病院や介護サービス利用の契約など）する制度です。

### 成年後見サポートセンター

成年後見制度に関する相談に応じます。専門的な知識を要する相談に関しては、予約制により法律・福祉の専門家（弁護士・司法書士・社会福祉士）が相談をお受けします。

対象者：市内にお住まいのかたとその関係者

### 法人後見

成年後見人制度（法定後見人制度）の利用が必要であるが、適切な成年後見人等の候補者がいない時に、深谷市社会福祉協議会が成年後見人等（受任候補者）となり、本人の身上保護や財産管理などを行います。

対象者：成年後見人等が必要である市内にお住まいのかたで、親族や専門職による適切な成年後見人等が得られないかた

### 福祉サービス利用援助事業（あんしんサポートねっと）

判断能力の不十分な高齢者や知的障害・精神障害のあるかたなどが、安心して生活が送れるように、定期的にご訪問し、福祉サービスの利用の援助や暮らしに必要なお金の出し入れのお手伝いをします。

対象者：一人で判断することに不安のある高齢者や知的障害・精神障害のあるかたなどです。

※利用者本人と深谷市社会福祉協議会が契約を結び、援助を開始します。

その際には、利用者本人が契約内容に合意し、理解などを行っているか確認をします。

サービス内容：基本サービス：福祉サービス利用援助

選択サービス：①日常生活上の手続き援助

②日常的金銭管理

③書類等預かりサービス

※注意・・・選択サービスのみの利用はできません。



## 高齢者の交通手段サポート

事業名	対象者	内容	問合せ・窓口
シルバー・サポーター制度	免許を返納し、運転経歴証明書をお持ちのかた	運転免許経歴証明書の提示で、各協賛事業所のさまざまな特典例) タクシー代金 10%引きなど。詳しくは問合せ窓口へ。	埼玉県警察本部 交通総務課 ☎048-832-0110
くるりん割引 ※定時定路線型バスとデマンドバス	免許を返納し、運転経歴証明書をお持ちのかた	運転経歴証明書を有しているかたを対象に料金を 50%引き	深谷市役所 都市計画課 ☎048-571-1092
福祉タクシー 利用料金助成 ※介護認定あり	市内に住む70歳以上のかたで、次の①②要件のいずれも該当するかた ① 要支援認定1,2または要介護認定1,2,3 ② 介護保険料の算定基準第1から第3段階	タクシーの初乗相当額を補助する利用券を1年間あたり最大28枚交付	深谷市役所 長寿福祉課 ☎048-574-6645
ねたきり高齢者 移動支援 ※介護認定あり	市内に住む要介護認定4,5のかた。	寝台(ストレッチャー)車両による移動サービスの料金の全部又は一部を1年間あたり24回助成 ※助成額には上限があります)	社会福祉協議会 ☎048-573-6563
福祉車両貸出事業 ※介護認定あり	要介護認定を受けているかた。	通院や公共交通機関への諸手続き等の交通手段を目的として福祉車両の貸し出しや運転ボランティアの派遣 ・利用料…無料 ※車両返却時には燃料を満タンにして返却	深谷市役所 障害福祉課 ☎048-571-1011
福祉有償運送事業 ※介護認定あり	単独での移動が困難なかたで、要介護・要支援認定を受けているかた	NPO法人や社会福祉法人等が行う送迎サービス ・料金…事業所によって異なります(概ねタクシー料金の1/2の範囲内で設定) ※詳細は問い合わせ先へ	

※2017年の道路交通法の改正で、免許更新時等における認知機能検査の結果、専門医の受診が必要となり、認知症と診断された人の自動車運転は認められていません。

## 介護保険を利用した介護（介護予防）サービス

介護保険で介護サービスを利用するためには、本人が介護や支援が必要な身体的・精神的状態であることの認定を受けること（要介護・要支援認定）が必要です。

申請窓口：大里広域または各介護保険事務所（市役所または各総合支所）

対象者：① 65歳以上のかたで、介護が必要となったかた

② 40～64歳のかたで、特定疾病により介護が必要となったかた

通所介護 （デイサービス）	デイサービスセンターで、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。
認知症対応型 通所介護	認知症の高齢者が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。
通所リハビリテーション （デイケア）	介護老人保健施設や病院・診療所で、日帰りの機能訓練などが受けられます。
訪問介護 （ホームヘルプ サービス）	ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。 身体介護…食事・入浴・排泄のお世話や衣類・シーツ交換など 生活援助…住居の掃除・洗濯・買い物・食事の準備や調理など
訪問看護	看護師に訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理をしてもらいます。
定期巡回・随時対応型 訪問介護看護	介護職員と看護師が一体または密接に連携し、定期的に訪問します。 また、利用者の通報や電話などに対して随時対応します。
短期入所生活介護 （ショートステイ）	介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。
小規模多機能型 居宅介護	小規模な住宅型の施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスを柔軟に受けられます。
認知症対応型 共同生活介護 （グループホーム）	認知症の高齢者が共同で生活しながら、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。
介護老人福祉施設 （特別養護老人ホーム）	つねに介護が必要で、自宅では介護ができないかたが対象の施設です。 食事・入浴など日常生活の介護や健康管理を受けられます。
介護老人保健施設	病状が安定し、医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリを受けて家庭への復帰を目指す施設です。

- \* 掲載されている介護サービスについては、すべてではありません。  
また、要介護度に応じて利用できるサービスや利用料が異なります。  
詳細は担当のケアマネジャー、または地域包括支援センター等へご相談ください。
- \* 介護予防サービスについては、内容等が一部異なります。

### 地域支援事業（総合事業）

要介護・要支援認定を受けていないかたで、基本チェックリストにより一定の項目に該当した場合、通所型介護と訪問型介護のサービスを受けることができます。

地域支援事業（総合事業）による通所型介護、訪問型介護の利用については、地域包括支援センターまたは居宅介護事業所（ケアマネジャー）へご相談ください。

## 介護休業制度について（介護する家族のかたへ）

問い合わせ

埼玉県産業労働部勤労者福祉課（☎048-830-4518）  
埼玉県労働局雇用環境・均等室（☎048-600-6210）

介護のための休業や休暇等は、育児・介護休業法により、労働者の権利として定められています。介護休業や介護休暇を取得したり、仕事を続けながら介護を行うために、まず、勤務先に相談することが大切です。

### 介護休業について

労働者は、事業主に申し出て、要介護状態（負傷、疾病又は身体上若しくは精神上的の障害により、2週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態）にある対象家族を介護するため、休業することができます。

- 対象家族の範囲 配偶者、父母、子、祖父母、兄弟姉妹及び孫、配偶者の父母。
- 休業できる期間 対象家族1人につき通算93日まで（分割取得は3回まで可能）。

### 介護休暇について

介護休暇は、要介護状態にある対象家族の介護や世話をを行う労働者に対し与えられる休暇です。

- 休暇日数 1年に5日（対象家族が2人以上の場合は10日）まで取得できます。
- 半日または時間単位で取得することも可能です。

### 介護のための所定労働時間の短縮措置等

事業主は、要介護状態にある対象家族の介護を行う労働者について、介護休業とは別に、就業しながら介護を行うことを容易にする措置として、次の中からいずれかの措置を講ずる必要があります。

労働者は、事業主が講じた措置を利用することができます。

（利用開始から3年の間で2回以上の利用が可能）

- ①所定労働時間の短縮措置（短時間勤務）
- ②フレックスタイムの制度
- ③始業または終業の時刻を繰り上げまたは繰り下げる制度（時差出勤の制度）
- ④労働者が利用する介護サービスの費用の助成その他これに準ずる制度

### 所定外労働の制限（残業の免除）

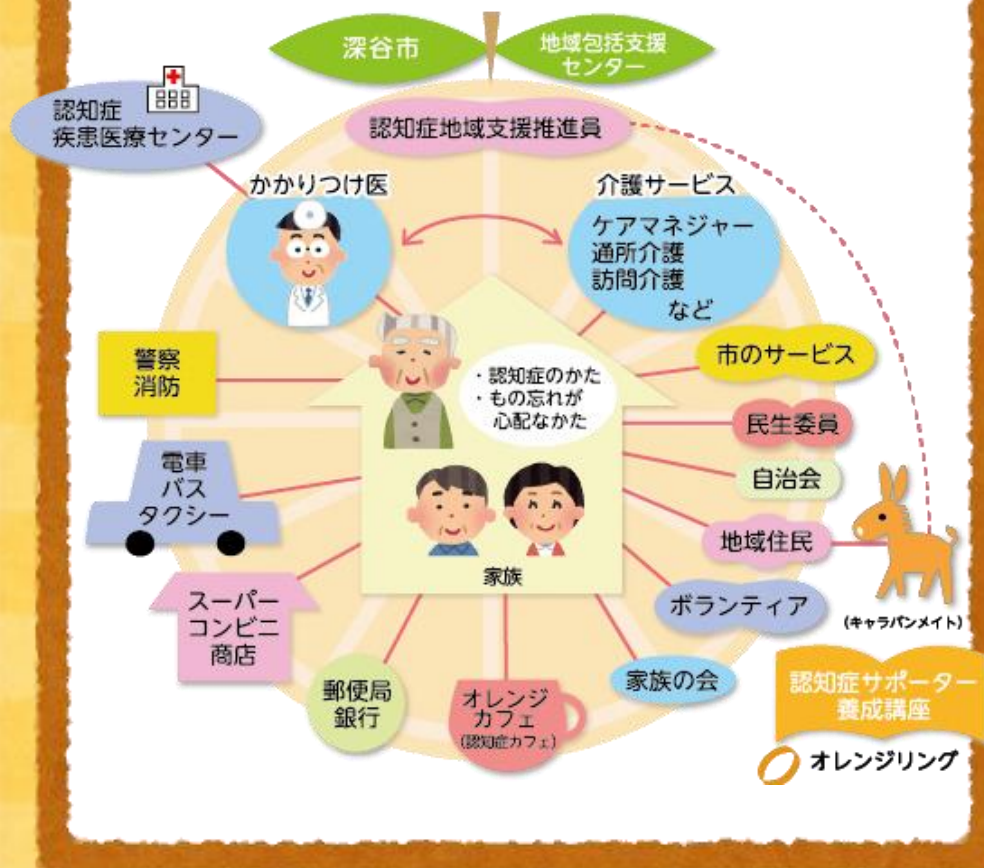
事業主は、要介護状態にある対象家族を介護する労働者が請求した場合は、事業の正常な運営を防げる場合を除き、所定労働時間を越えて労働させてはいけません。

あなたの介護を応援  
してくれる仲間を見つ  
けることも大切です。





## 認知症になっても住み慣れた深谷市で安心して暮らすために…



この認知症あんしんガイドは、深谷市長寿福祉課と認知症地域支援推進員が作成しています。認知症に関する、ご相談は、地域包括支援センターでお受けします。詳しくは14ページをご覧ください。

深谷市認知症あんしんガイド（認知症ケアパス）

第7版 令和4年9月

深谷市役所 福祉健康部 長寿福祉課

（大里広域深谷介護保険事務所）

深谷市仲町11-1

☎ 048-574-8544

☎ 048-574-6667