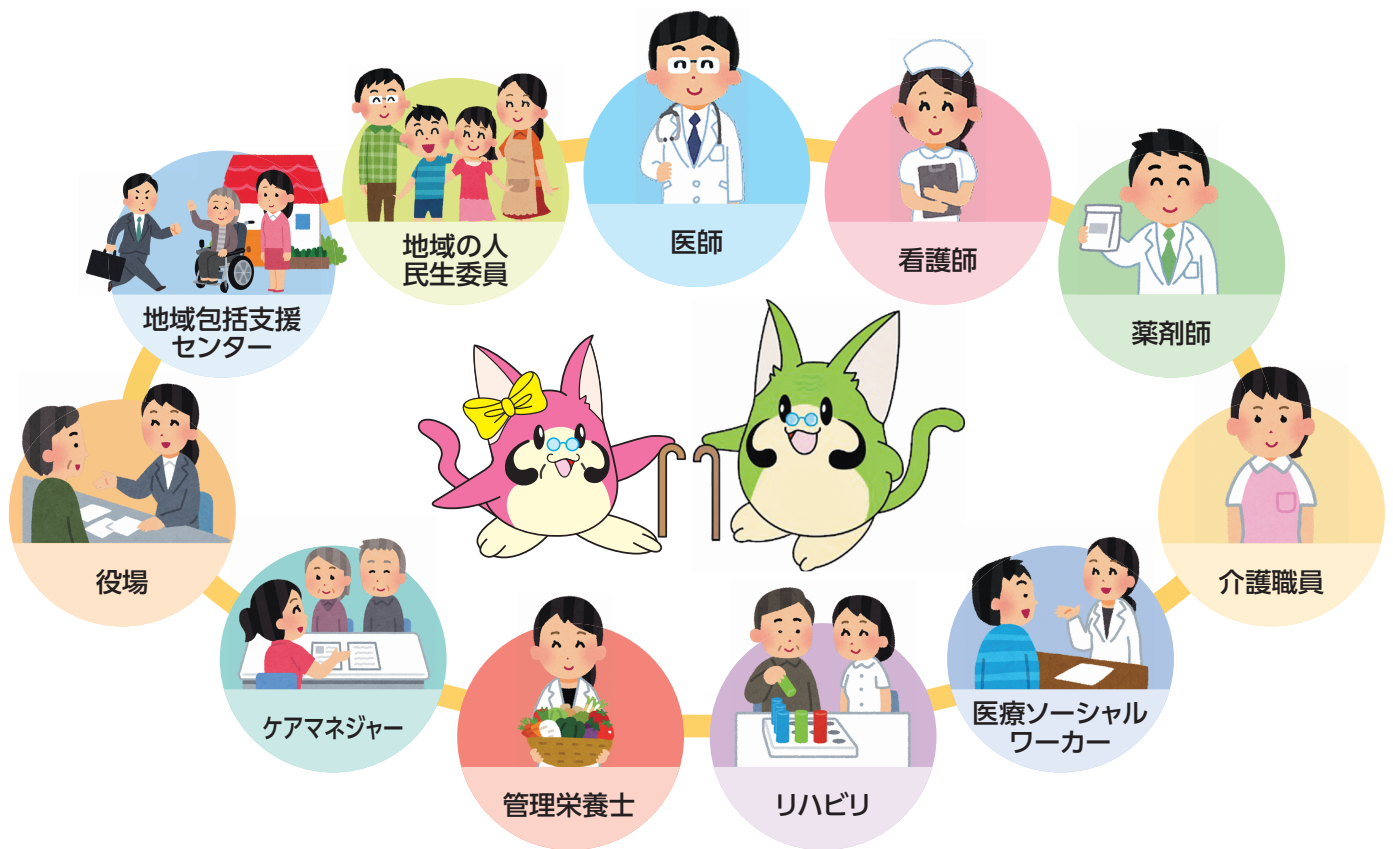


認知症サポート ガイドブック

～ 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

もの忘れが
ひどい

- 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

判断・
理解力が
衰える

- 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

時間・
場所が
わからない

- 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

人柄が
変わる

- 11. 些細なことで怒りっぽくなった
- 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

不安感が
強い

- 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

意欲が
なくなる

- 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 20. ふさぎ込んで何をするのも億劫がいやがる

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	軽度の認知障害 (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"> ○「何かがおかしい」と不安に感じている。 ○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。 	<ul style="list-style-type: none"> ○失敗する場面が増え、自信を失いがち。 ○「しっかりして」と周りに言われて不安が強くなる。 ○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。
家族の気持ち	<ul style="list-style-type: none"> ○年齢のせいだろう。 ○言えばできるはず。 ○たいしたことではないだろう。 ○しっかりしてくれよ。 	<ul style="list-style-type: none"> ○何回、同じことを言わせるの。勘弁してくれよ。 ○こんなに説明しているのになんで分からないんだ。 ○まさかうちの家族が認知症になる訳がない。 ○恥ずかしくて近所や知り合いに相談できない。 ○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。
やっておきたいこと 決めておきたいこと	<ul style="list-style-type: none"> ○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) ○認知症、介護保険の事を学ぶ機会を持ちましょう。(P11) ○詐欺に気をつけましょう。(P15) ○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。 ○地域の方と交流を持ちましょう。 ○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) 	<ul style="list-style-type: none"> ○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) ○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。 ○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。 ○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。(P12・13)

※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、孤独が強くなる <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
<input type="checkbox"/> 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なる。 <input type="checkbox"/> 「叱られた」「馬鹿にされた」などの嫌な感情が強くなる。		<input type="checkbox"/> 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。
<input type="checkbox"/> 本人の変化が増え、戸惑う。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 相手のペースに振り回され、疲れ切ってしまう辛い時期。 <input type="checkbox"/> 一気に認知症が進んだ感じがする。 <input type="checkbox"/> この先がどうなるのか不安。	<input type="checkbox"/> 自宅で介護は難しいと感じる時期。 <input type="checkbox"/> 認知症なんだとあきらめ、割り切る。 <input type="checkbox"/> 元気だったころと比べて落胆。	<input type="checkbox"/> 受容。
<input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 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) <input type="checkbox"/> 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。(P14)	<input type="checkbox"/> 介護する家族の健康や生活を大切にしましょう。 <input type="checkbox"/> 「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) <input type="checkbox"/> 医師などと今後の対応について話をしておきましょう。	

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、脳細胞が破壊されてしまう病気。



- 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んでしまう病気。



- 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、人物などが分からない
- 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できる場合があります。

3. 今後の生活の準備をすることができます

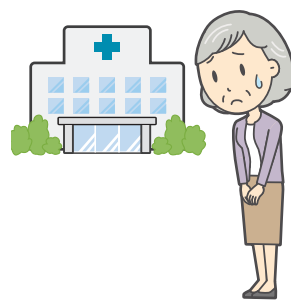
早期に診断を受け、症状が軽いうちに本人や家族が認知症への理解を深め、病気と向き合い、話し合うことで今後の生活の備えができ、自分らしい生き方をすることができます。

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。

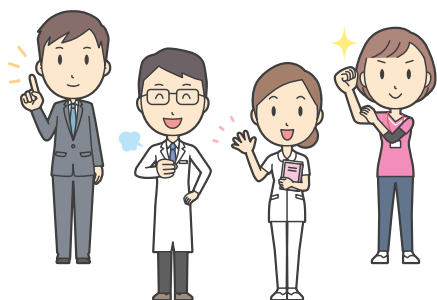
スムーズに受診するコツ

- 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、医師から勧めっ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、受診に失敗したけど、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照ください。

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。一人で抱え込まず、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

◇「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
- 高根沢東地域包括支援センター 住所：花岡2158番地10
- 福祉センター 住所：石末1825番地
- 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。

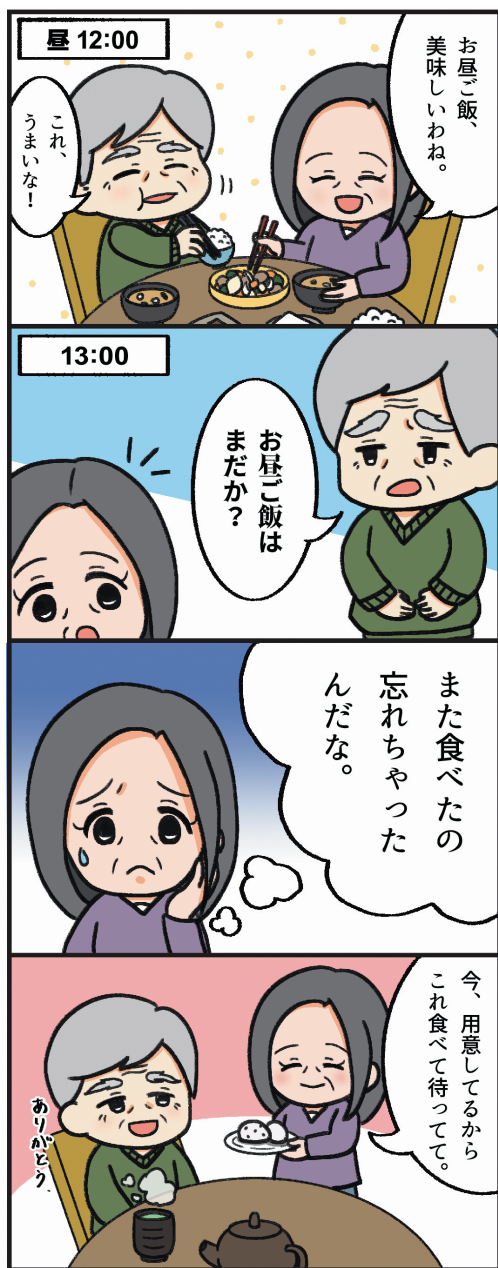
https://www.town.takanezawa.tochigi.jp/kenko/korei/endingnote_watasinokotonote.html



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。

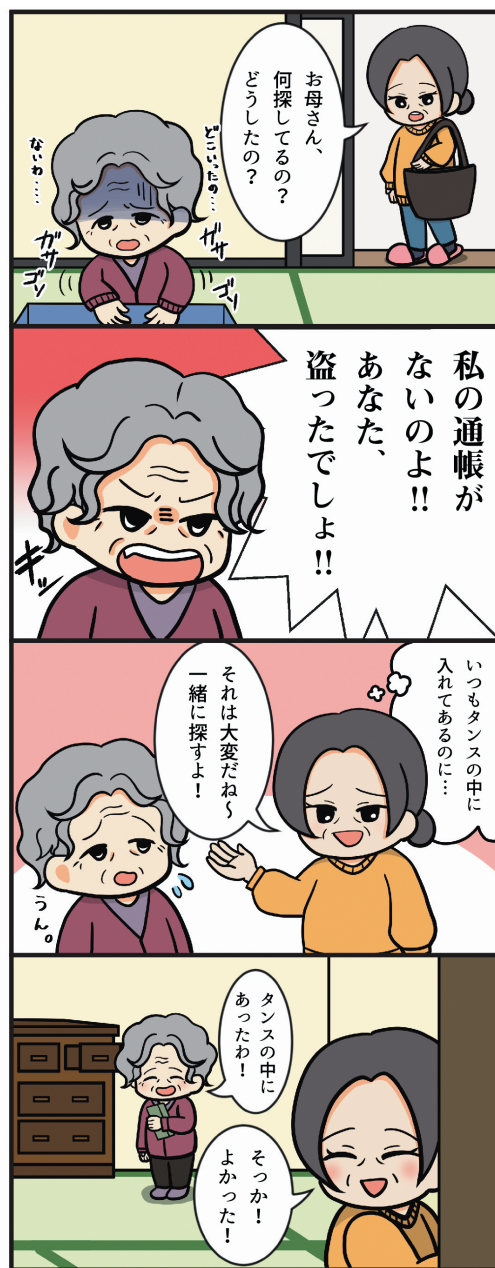
ごはんはまだ？



- ・「もうすぐできるから少し待ってね」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、満腹を感知するセンサーの働きが悪くなって満腹感が持たずに「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。

通帳がない！

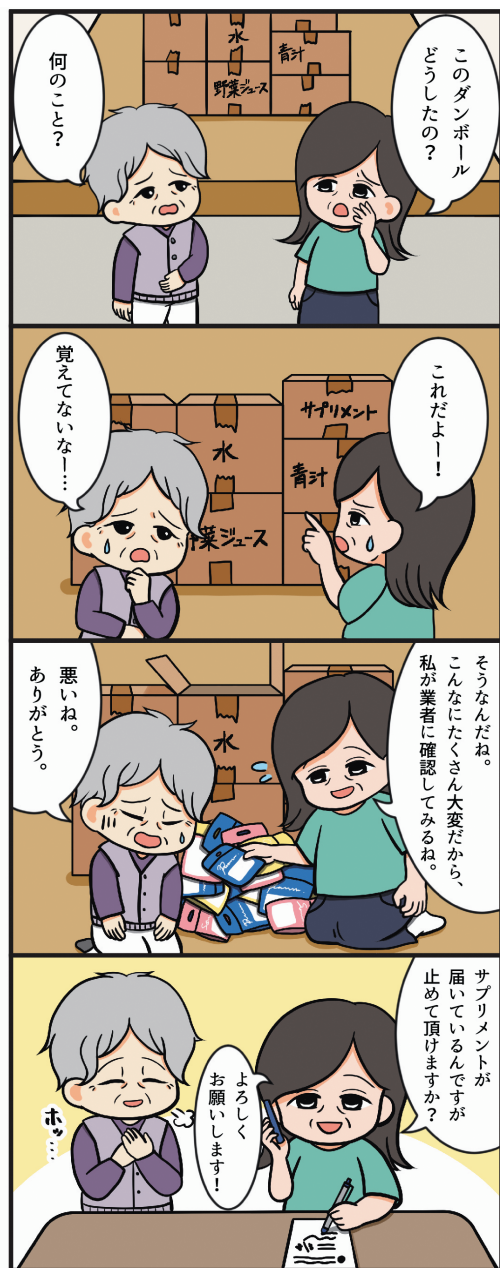


- ・「それは大変」と共感して一緒に探してみましょう。
- ・本人が見つけ出せるように「ここを探してみましょう」と誘導したり、見つかったら一緒に喜んだりするのも効果的です。
- ・探しても見つからない時は「お茶を飲んでからまた探しましょう」と関心の方向を変えてみましょう。

・「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れば「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となります。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、本人が使用する電話の発信制限をしておくなどの対応方法もあります。
 - 判断が不十分で、日常生活上の様々の契約が困難な場合は、成年後見制度を活用する方法もあります。
 - 認知症状として、同じものを何度も購入したり、金銭管理が不得意になることがあります。買い物をしたことについて本人を責めずに対応しましょう。
- P15 消費者トラブル予防についてをご参照ください。

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。興奮状態のときに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ば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 まなか医院	石末2093番地10	675-4123
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 在宅ほすぴす	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

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。



高根沢中央病院 | 青木 洋 医師

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場合があります。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。



菅又病院 | 福田 澄子 医師

認知症かも…と思ってもご本人が受診を拒むことも多いです。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よう。

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	真岡市中郷271	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

高根沢町の認知症施策事業



■やわらぎの会

- 認知症の方を介護しているご家族向けに、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。

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



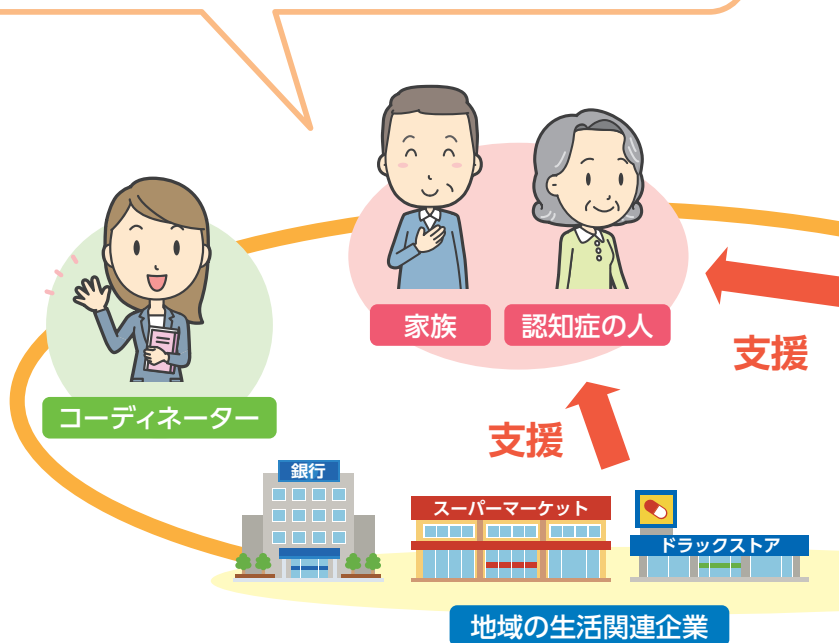
■オレンジカフェ

- 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。
- 『認知症になっても安心して暮らせる町』を目指し、認知症に関する講座や座談会、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。

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



認知症の人の見守り・話し相手・困りごとのお手伝い等、チームオレンジの運営と関係機関との連携体制づく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、実行する活動を行っています。
- 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、見守りや外出支援をまた、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。

■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。
- 受講対象者：誰でも参加できます。
すでに認知症の方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。

■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。
- 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を育成しています。



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

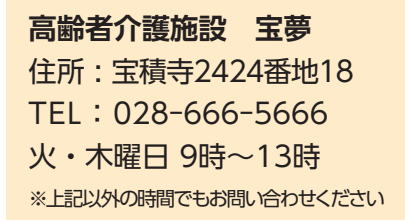
■もの忘れ相談センター

- 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。



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

のぼりが
目印!!



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



グループホーム高根沢
住所：石末1005番地8
TEL：028-680-2231
水曜日 13時～17時 / 金曜日 9時～13時
※随時お問い合わせください



慣れた地域で安心して
のことをいいます。
推進員、認知症サポー
行っています。
場などの本人に合った

- 【その他の相談機関】
- | | |
|---------------------------------|------------------|
| 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 |
| 高根沢町 健康福祉課 | TEL：028-675-8105 |
| 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) | TEL：028-612-3440 |

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	花岡2158番地10	676-0148	地域包括支援センター	
ケアハウス フローラ	上柏崎551番地1	676-3300	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			認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	
在宅介護支援センター フローラ		676-3310	☆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	花岡1503番地3	676-1100	☆居宅介護支援事業所 訪問介護	
④ エプロン デイサービスセンター		676-1143	デイサービス	
木の香	花岡1503番地9	688-7951	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	光陽台三丁目15番地1	680-1701	訪問看護	
老人デイサービスセンターのぞみ			☆居宅介護支援事業所	
老人介護支援センターのぞみ	花岡2158番地10	676-3366	デイサービス	
⑥ 特別養護老人ホーム高根沢のぞみ苑			☆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)	
デイサービスセンターフローラりんくる	宝積寺2240番地1	680-3555	認知症対応型デイサービス	
⑦ 特別養護老人ホームフローラりんくる			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ろ (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	
グループホーム高根沢		680-2231	認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	
⑪ ツクイ高根沢	宝石台三丁目10番地5	680-2003	デイサービス	
⑫ デイホーム照和	宝積寺1214番地3	611-1662	デイサービス	
⑬ かなうホーム照和	石末2859番地1	678-3842	デイサービス	
⑭ 照和の訪問介護	光陽台一丁目1番地2 高根沢サンヒルシティ	612-1841	訪問介護	
ケアプラン照和			☆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	宝積寺2424番地18	666-5666	☆小規模多機能型居宅介護 (P13参照)
	認知症グループホーム大地			認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)
⑯ 菅又病院	花岡2351番地	676-0311	介護医療院	
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	宝石台五丁目15番地4 ランドハウス福田B棟	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	

☆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。

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。



⑮認知症グループホーム大地



⑩グループホーム高根沢



③グループホーム フローラ

認知症対応型デイサービス

認知症の人を専門としたデイサービスです。自宅から施設までの送迎を行い、生活のお手伝いやレクリエーションを行います。



⑦デイサービスセンターフローラりんくる

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サービスを受けられます。



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。



⑬菅又病院

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。



⑩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。



⑥特別養護老人ホーム高根沢のぞみ苑



⑦特別養護老人ホームフローラりんくる

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ってきます。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 安全運転相談係

住所：鹿沼市下石川681 TEL：0289-76-0110

相談受付時間：平日 8時半～16時半

高根沢町は高齢者運転免許自主返納を支援します！

ぜひご利用ください！

●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」の写しと返納前の「運転免許証」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

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

●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・手続きなどに援助が必要な人が対象です。中核機関では、本人や家族に成年後見制度について説明し、寄り添った相談支援を行います。

※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

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。

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



後犬ちゃん

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

高根沢町では、特殊詐欺等被害防止対策機器の購入・設置を支援します！



●特殊詐欺等被害防止対策機器とは？

- ・事前に登録していない電話番号からの着信に注意を促します。
- ・着信の相手方に対し、録音を行う旨の応答を自動的にを行います。
- ・通話の内容を自動的に録音する機能があります。
- ・被害を起こす可能性のある電話の着信を自動的に切断する機能があります。

●申請の流れ

1. 町地域安全課に募集状況を確認します。
2. 町内の販売店で対象機器を購入します。
3. 「高根沢町特殊詐欺等被害防止対策機器設置補助金申請書」を記入し、領収書（原本）と購入した機器の説明書または保証書等の写し、振込先通帳の写しを町地域安全課に提出します（取付工事を行った場合は、工事の名称と日付が記載された領収書も提出が必要です）。
4. 後日、可否の決定通知書が届き、交付が決定されたら指定の口座へ補助金が振り込まれます。

●利用できる方

- ・本町の住民であり、65歳以上の方。
- ・町内の販売店から特殊詐欺等被害防止対策機器の購入及び取付工事をした方。
- ・本人及びその同一世帯の家族が本町の町税を滞納していない方。

●事業の内容

特殊詐欺等被害防止対策機器の購入及び設置に要した費用について対象者に補助金を交付します。

ただし、対象経費の合計額（消費税込み）の2分の1の額とし、3,000円を限度とします（2分の1の額に1,000円未満の端数がある場合は切り捨てとします）。

特殊詐欺等被害防止対策機器設置補助金交付事業に関するお問い合わせ
高根沢町 地域安全課 TEL：028-675-8110



- ①～⑭ P8 高根沢町の医療機関を参照
- ①～⑰ 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
高根沢東地域包括支援センター	TEL : 028-676-0148

- 《 発行日 》 令和6 (2024) 年3月 (第1版)
- 《 発行 》 高根沢町
- 《 編集 》 高根沢版認知症ケアパス製作委員会
- 《 協力 》 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/index.html>



TAKANEZAWA TOWN

高根沢

自然を吸い込む
街の音が聴こえる