

東かがわ市 認知症SOS便利帳

認知症になっても安心して暮らせるために・・・



■「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」をやってみよう！・・・	1ページ	■タイプ別サービス早わかり表・・・・・・・・・・・・・・・・・・	7ページ
■タイプ別早わかり表・・・・・・・・・・・・・・・・・・	2ページ	■認知症の進行に合わせて受けられるサービスの内容・・・・・・・・	8～12ページ
■Aタイプ（境界状態）の具体的な対応ポイントと支援体制・・・・・・・・	3ページ	■介護保険で利用できる市内の指定居宅サービス事業所・・・・・・	13ページ
■Bタイプ（軽度認知症）の具体的な対応ポイントと支援体制・・・・・・・・	4ページ	■市内の高齢者施設（入所施設）・・・・・・・・・・・・・・・・・・	14ページ
■Cタイプ（中程度認知症）の具体的な対応ポイントと支援体制・・・・・・	5ページ		
■Dタイプ（重度認知症）の具体的な対応ポイントと支援体制・・・・・・・・	6ページ		

「自分でできる認知症の気づき チェックリスト」をやってみよう！



「あれ？最近もの忘れが多くて心配…」
 気になり始めたら自分で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。

自分でできる 認知症の気づきチェックリスト

最もあてはまるところに○をつけてください。

チェック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

まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1点	2点	3点	4点

チェック②



5分前に聞いた話を
思い出せないことが
あります

まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1点	2点	3点	4点

チェック③



周りの人から「いつも同じ
事を聞く」などのもの忘れ
があると言われますか

まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1点	2点	3点	4点

チェック④



今日が何月何日か
わからないときが
あります

まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1点	2点	3点	4点

チェック⑤



言おうとしている
言葉が、すぐに出てこ
ないことがあります

まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1点	2点	3点	4点

チェック⑥



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	できない
1点	2点	3点	4点

チェック⑦



一人で買い物に
行けますか

問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
1点	2点	3点	4点

チェック⑧



バスや電車、自家用車
などを使って一人で
外出できますか

問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
1点	2点	3点	4点

チェック⑨



自分で掃除機や
ほうきを使って
掃除ができますか

問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
1点	2点	3点	4点

チェック⑩



電話番号を調べて、
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	できない
1点	2点	3点	4点

※このチェックリストの結果はあくまでもおおその目安で医学的診断に代わるものではありません。

認知症の診断には医療機関での受診が必要です。

※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

チェックしたら、①から⑩の合計を計算 ▶ 合計点 点

20点以上の場合に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。
 9ページ以降に紹介しているお近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

出典：東京都福祉局高齢者施策推進部在宅支援課「知って安心認知症」(令和3年11月発行)

タイプ別早わかり表

～認知機能低下と生活機能低下のタイプ別による生活上のポイント～

★チェックしたら、「自分にあてはまるタイプ」を家族や友人と一緒に考えてみよう★

タイプは、A～Dまで大きく4つに分かれています。それぞれの傾向に合わせて、生活上のポイントや利用できる様々なサービスを知ることができます。心配なことや相談などがありましたら、お気軽に地域包括支援センターへご連絡ください。



分類	症状	生活上のポイント
A タイプ（境界状態）	★最近物忘れが出てきた ★買い物やお金の管理に不安が出てきた	健康管理をしよう！ ・適度な運動をする ・バランスの良い食事を心がける ・十分な睡眠をとる 生きがいを見つけよう！ ・趣味やボランティア活動を続ける ・外出する機会を自分で見つける 仲間作りをしよう！ ・地域と関わりを持ち、グループ活動に参加する 3ページへ

分類	症状	生活上のポイント
C タイプ（中程度認知症）	★着替えやトイレ、食事は一人では難しい	介護保険サービスを活用しよう！ ・担当ケアマネジャーとサービスの調整をする お金の管理や契約について考えよう！ ・様々な契約等に不安がある場合は、生活サポートセンターや地域包括支援センター（どちらも東かがわ市社会福祉協議会内）や消費者センターに相談する 危険から身を守る方法を考えよう！ ・居場所がわかる携帯用品を準備する ・かかりつけ医や専門の医師に相談する 5ページへ

分類	症状	生活上のポイント
B タイプ（軽度認知症）	★薬を飲んだか分からなくなる時がある ★自宅にお客さんが来た時の対応が難しいことがある	規則正しい生活を送ろう！ ・家族と定期的にコミュニケーションをとる ・理解してくれる人を探す 専門医を活用し、薬を欠かさず飲もう！ ・定期的な受診と服薬を継続する 介護保険サービスを検討しよう！ ・地域包括支援センターや長寿介護課に相談する 4ページへ

分類	症状	生活上のポイント
D タイプ（重度認知症）	★日常動作全般に生活しにくい場面が多い	日常生活全般の支援を受けよう！ ・食事、入浴、排泄、着替えの支援を受ける 住まいを選択しよう！ ・本人や家族の事情も考慮し、自宅か施設等かを選択する 生活環境を整えよう！ ・安全な環境を整える ・季節に合わせ、可能な範囲で外出する 6ページへ

Aタイプ(境界状態)の具体的な 対応ポイントと支援体制

本人の様子为例

- ・ 最近、物忘れが出てきた
- ・ 外出や人付き合いが減ってきた
- ・ 身なりに無頓着になってきた



生活のポイント

健康管理をしよう！

- ・ 適度な運動をする
- ・ バランスの良い食事を心がける
- ・ 十分な睡眠をとる

生きがいを見つけよう！

- ・ 趣味やボランティア活動を続ける
- ・ 外出する機会を自分で見つける

仲間作りをしよう！

- ・ 地域と関わりを持ち、グループ活動に参加する



家族の方へ

- ① 大事な出来事は見てわかるようにメモしよう！
- ② 前向きな表情や態度で接しよう！
- ③ 「おはよう」「ありがとう」などのあいさつをしよう！
- ④ 認知症や介護について勉強しよう！

★間違った対応や介護で、本人の症状が悪化することもあります。認知症について正しく理解し関わりましょう。

- ⑤ 身内や親しい人に、本人の病気を伝えておこう！

★病気のことを知らずに、心ない言葉がけに本人が傷つくことがあるかもしれません。病気であることを理解してもらうのは大切なことです。

普段の生活はまだまだ問題なくできます！

家族や友人、地域の方々との関係、趣味やボランティアなど、今までどおりの生活ができます。運動、食事、睡眠などの生活習慣を整え、必要な時には医師に相談し、健康管理をすることで、今の状態を長く維持することができます。

支援体制

※各支援内容の詳細は8ページから記載

社会参加・仲間づくり

P8へ

- 公民館等での自主活動
- サロン、老人クラブ
- 認知症カフェ(結の会)
- 一般介護予防事業
 - ・ 地域ふれあい(元笑気)教室
 - ・ 特化型介護予防(ぷらす・10)
 - ・ 居場所づくり(憩いの場)
 - ・ 輝きクラブ 等



役割

P8へ

- 介護予防ボランティア
- シルバー人材センター
- 就労支援



上記以外にも…

病院受診、服薬管理、介護保険サービス調整、見守り、生活環境調整、家族支援、権利擁護 等の支援があります。



Bタイプ(軽度認知症)の具体的な 対応ポイントと支援体制

本人の様子为例

- ・薬を飲んだか分からなくなる時がある
- ・約束を忘れる事が増えてきた
- ・「物を盗まれた」などのトラブルが増える



生活のポイント

規則正しい生活を送ろう！

- ・家族とコミュニケーションをとる
- ・理解してくれる人を探す

介護保険サービスを
検討しよう！

- ・地域包括支援センターや長寿
介護課に相談する

専門医を活用し、薬を欠かさず飲もう！

- ・定期的な受診と服薬を継続する

家族の方へ

- ① 前向きな表情や態度で接しよう！
- ② ゆっくり、短い言葉で話しかけよう！
- ③ 気持ちを受け止め、一緒に行動しよう！
- ④ 認知症や介護について勉強しよう！

★間違った対応や介護で、本人の症状が悪化することもあります。認知症について正しく理解し関わりましょう。

- ⑤ 身内や親しい人に、本人の病気を伝えておこう！

★病気のことを知らずに、心ない言葉がけに本人が傷つくことがあるかもしれません。病気であることを理解してもらうのは大切なことです。

私を知ってくれる素敵なサポーターを作ろう♪

家族や友人、地域の方々などの助けを借りながら自宅での生活が続けられます。銀行での手続きや金銭管理、市役所での手続き、電話での対応など一人では難しくなることもあるため、介護サービスなどの支援を受けてみましょう。また、お薬を継続的に飲むための管理について、専門医に相談してみましょう。

支援体制

※各支援内容の詳細は8ページから記載

病院受診

P9へ

- かかりつけ医
- 認知症専門医療機関
- もの忘れ相談医
- 認知症初期集中支援チーム

服薬管理

P9へ

- かかりつけ医及び薬局
- 介護保険サービス
 - ・居宅療養管理指導 等

介護保険サービス調整

P10へ

- 地域包括支援センター
- 居宅介護支援事業所 等

家族支援

P12へ

- 認知症カフェ(結の会)
- 地域資源マップ
- 家族介護教室
- 家族介護者交流会



上記以外にも…

社会参加・仲間づくり、役割、身体的ケア、見守り、
生活環境調整、家族支援、権利擁護 等の支援があります。



Cタイプ(中程度認知症)の具体的な対応ポイントと支援体制

本人の様子为例

- ・落ち着きがなくなったり、思い込みが強くなる
- ・着替えやトイレ、食事は一人では難しい
- ・時間や場所が分からなくなることがある

生活のポイント

危険から身を守る方法を考えよう！

- ・居場所がわかる携帯用品を準備する
- ・かかりつけ医や専門の医師に相談する

介護保険サービスを活用しよう！

- ・担当ケアマネジャーとサービスの調整をする

お金の管理や契約について考えよう！

- ・生活サポートセンターや地域包括支援センター（どちらも東かがわ市社会福祉協議会内）、消費者センターに相談する

家族の方へ

- ① 気持ちを受け止め、一緒に行動しよう！
- ② 昔の出来事や思い出に触れ、不安を軽減しよう！
- ③ 表情やしぐさを注意深く読み取ろう！
- ④ 介護サービスや家族の集いの場を利用しよう！

★服薬管理や入浴・リハビリなどの介護保険制度を利用できます。家族が休息する時間を確保し、本人が家族以外の人の介護に慣れておくのも大切です。

★同じ立場の人の話を聞き、自分の気持ちを話せる場を持つと楽になります。介護職員の力や知恵をうまく借りて、過度の負担にならないようにしましょう。

- ⑤ 今後の生活設計(介護・金銭管理・財産等)についての備えをしておこう！

多くの支援を活用し、私らしく生活しよう！

日々、あらゆる場面において支援が必要となります。家族や友人、地域の方々の見守りに加え、介護保険サービスをより多く活用することで、住み慣れた自宅での生活を続けることができます。自発的に生活を送ることが難しくなりますが、多くの支援を活用することで、より安定した生活を送ることができます。

支援体制

※各支援内容の詳細は8ページから記載

介護保険サービス調整 P10へ

- 地域包括支援センター
- 居宅介護支援事業所 等

見守り P11へ

- みまもりパトロール事業
- みつけてネット
- 緊急通報体制整備事業
- 避難行動要支援者登録制度
- 地域の支援者

(民生委員、福祉委員、自治会、認知症サポーター、安心みまもり隊 等)

権利擁護 P12へ

- 成年後見制度
- 日常生活自立支援事業
- 消費者センター
- 法テラス
- 警察署



上記以外にも…

社会参加・仲間づくり、病院受診、役割、服薬管理、
身体的ケア、生活環境調整、家族支援 等の支援があります。



Dタイプ(重度認知症)の具体的な 対応ポイントと支援体制

本人の様子为例



- ・尿や便の失敗が増える
- ・コミュニケーションが難しい
- ・日常動作全般に生活しにくい場面が多い

生活のポイント

生活環境を整えよう！

- ・安全な環境を整える
- ・季節に合わせ、可能な範囲で外出する

日常生活全般の 支援を受けよう！

- ・食事、入浴、排泄、着替え
の支援を受ける

住まいを選択しよう！

- ・本人や家族の事情も考慮し、住まいを選択する

家族の方へ

- ① 昔の出来事や思い出に触れ、不安を軽減しよう！
- ② 表情やしぐさを注意深く読み取ろう！
- ③ スキンシップを大切にしよう！
- ④ 認知症が進行した後の備えをしておこう！

★終末期の延命措置や栄養補給・医療をどの程度行うか、入院するかどうかなど、最期の時期をどこで迎えるかも踏まえて、できるだけ本人の視点に立って相談しておきましょう。



介護保険サービスを利用し、生活環境を整えよう！

自ら意思を伝えることが難しくなり、体の機能も落ちるため、全面的に介護保険サービスを活用する必要があります。そのため、本人を支援する家族の事情によって、住み慣れた自宅か、施設で生活するかなど、住まいの選択をする場面もあります。日々の生活環境を整え、季節を楽しんだり、食事を楽しむこともできます。

支援体制

※各支援内容の詳細は8ページから記載

身体的ケア

P10へ

- 介護保険サービス
 - ・ホームヘルプサービス
 - ・デイサービス
 - ・デイケア



権利擁護

P12へ

- 成年後見制度
- 日常生活自立支援事業
- 消費者センター
- 法テラス
- 警察署



生活環境調整

P11へ

- 介護保険サービス
 - ・福祉用具(レンタル及び購入)
 - ・住宅改修
- 介護保険施設及び介護福祉施設
 - ・特別養護老人ホーム
 - ・介護老人保健施設
 - ・グループホーム 等

上記以外にも…

社会参加・仲間づくり、病院受診、服薬管理、見守り、
介護保険サービス調整、家族支援 等の支援があります。



タイプ別サービス早わかり表(抜粋)		認知機能低下と生活機能低下のタイプによって、利用できる様々なサービスを一覧でみることができます。タイプ別のサービスはあくまでも目安です。							
支援体制の分類	サービスの内容	Aタイプ(境界状態)		Bタイプ(軽度認知症)		Cタイプ(中程度認知症)		Dタイプ(重度認知症)	
社会参加・仲間作り	・社会の一員として参加し、能力の範囲内で社会貢献する ・生きがいを持って過ごす	自主活動 介護予防ボランティア							
		サロン 老人クラブ 一般介護予防事業							
				デイサービス					
		認知症カフェ(結の会)							
病院受診	・認知症を正しく診断し、病気をわかりやすく説明する ・病気の進行や症状の悪化を可能な限り防ぐ支援を考える	かかりつけ医 認知症専門医療機関							
		もの忘れ相談医(医師相談) もの忘れ外来 認知症疾患医療センター							
		認知症初期集中支援チーム							
見守り	・徘徊などの危機に対する適切な緊急対応をする ・万が一に備えて、居場所がわかる携帯用品を準備する	みまもりパトロール事業							
		緊急通報体制整備事業 避難行動要支援者登録制度・安心キット配布 ヘルプマーク							
		地域の支援者(民生委員、福祉委員、自治会、認知症サポーター、安心みまもり隊 等)							
		サロン活動							
				みつけてネット					
生活環境調整	・安心して、可能な限り自立した生活を継続的に過ごす ・プライバシーが守られ、終末期まで過ごすことができる	見守り付き住宅(ケアハウス シニアホーム 住宅型有料老人ホーム等)							
							特別養護老人ホーム		
				介護老人保健施設 短期入所		グループホーム		小規模多機能型居宅介護	
		高齢者日常生活用具給付等事業							
		福祉用具レンタル・購入		住宅改修					
家族支援	・介護の不安やストレスを軽減する ・介護に対する思いを同じ境遇の家族と話し、共有する ・必要なときは専門家の支援を受け、専門知識や介護方法等について知る	認知症カフェ(結の会)							
			家族介護教室		家族介護者交流		家族会		
		地域資源マップ							
							紙おむつ給付事業		

支援体制	タイプ	A	B	C	D	内容	相談先等
自主活動		●	●			手芸、大正琴、カラオケ、ヨーガ、フィットネスなど様々なジャンルの自主活動に参加できる(有料)	○市交流プラザ Tel:0879-26-1224
サロン活動		●	●			レクリエーションや講話を通じて、高齢者の健康増進や生きがいづくりを行う	○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
老人クラブ		●	●			おおむね60歳以上の方が参加。実りある老後を送るための社会活動や交流を行う	○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
一般介護 予防事業		●	●			介護予防に関する教室や集まりなど ・輝きクラブ ・地域ふれあい(元笑気)教室 ・特化型介護予防教室(ぶらす・10) ・居場所づくり(憩いの場)	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360 【委託先】 ○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
認知症カフェ (結の会)		●	●	●	●	認知症の人と家族、支援者、地域住民などが気軽に集まって交流や情報交換をする場	○絹島荘 Tel:0879-25-6511 ○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
安心みまもり隊		●	●			地域の方の相談相手役となり、暮らしのサポートをする	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360 【委託先】 ○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
介護予防 ボランティア		●	●			介護予防教室や居場所づくりにボランティアとして活動することで、自身の介護予防や生きがいにつながる	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360 【委託先】 ○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122

【P. 8~P. 12 凡例】

支援体制	タイプ	A	B	C	D	内容	相談先等
介護予防 ボランティア	●	●				介護予防教室や居場所づくりにボランティアとして活動することで、自身の介護予防や生きがいにつながる	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360 【委託先】 ○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
シルバー 人材センター	●	●				高齢者が知識や経験、技能を活かして社会のために仕事をすることを目指した組織	○シルバー人材センター Tel:0879-25-6226
ハローワーク	●	●				職業紹介、指導、失業手当等、職業相談を行っている相談窓口	○ハローワーク東かがわ Tel:0879-25-3167

本人の視点重視の支援

認知症本人大使「希望大使」は、全国に5名。
地域版希望大使は、33名(全国と重複あり。R3年9月現在)います。
香川県には、認知症本人大使兼地域版希望大使(かがわ認知症希望大使)と地域版希望大使が2名います。



(3) 病院受診

- ・認知症を正しく診断し、病気をわかりやすく説明する
- ・病気の進行や症状の悪化を可能な限り防ぐ支援を考える



タイプ 支援体制	A	B	C	D	内容	相談先等
かかりつけ医	●	●	●	●	家庭の日常的な診療や健康管理をしてくれる地域にいる身近な医師	各かかりつけ医へご相談ください
認知症専門医療機関 (R3. 4. 1現)	●	●	●	●	認知症の鑑別診断を行い、専門医による認知症診療ができる病院	○医療法人社団聖心会阪本病院 脳神経外科 Tel:0879-25-1121 ○医療法人社団仁愛会三好医院 神経内科 Tel:0879-25-3503 ○さぬき市民病院精神科・心療内科 Tel:0879-43-2521 ○図子メンタルクリニック心療内科・精神科 Tel:087-870-2355 ○こころメンタルクリニック Tel:087-894-0011
もの忘れ相談医 (医師相談) (R3. 3. 12現)	●	●	●	●	本人やその家族から、もの忘れ相談に応じてくれる	○医療法人社団聖心会阪本病院 Tel:0879-25-1121 ○医療法人社団田村内科医院 Tel:0879-25-2868
もの忘れ外来	●	●	●	●	認知症によるもの忘れなのか、他の疾患によるもの忘れなのか鑑別診断や診療を行う	○県立白鳥病院内科 『もの忘れ外来』 Tel:0879-25-4154(要予約) ○さぬき市民病院精神科・心療内科 『もの忘れ外来』 Tel:0879-43-2521(要予約)
認知症疾患医療センター	●	●	●	●	県内に6つある。県の指定を受け、認知症に関する相談窓口を設けて相談に対応し、必要に応じて診察したり、地域の認知症専門医療機関の紹介等を行う	○香川大学医学部附属病院 Tel:087-891-2474 ○いわき病院 Tel:087-879-0275 ○三光病院 Tel:087-816-2170
認知症初期集中支援チーム	●	●	●	●	医療・介護の職員がチームとして自宅に訪問し、医療受診や介護サービスの調整を行う	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360

(4) 服薬管理

- ・苦しさを和らげる薬の調整をする
- ・継続的に服薬ができるような支援を行う



タイプ 支援体制	A	B	C	D	内容	相談先等
かかりつけ医	●	●	●	●	家庭の日常的な診療や健康管理をしてくれる地域にいる身近な医師	各かかりつけ医へご相談ください
かかりつけ薬局	●	●	●	●	薬剤師から薬の効果や飲み合わせ・費用など、様々な薬について身近に相談できる	各かかりつけ薬局へご相談ください
居宅療養管理指導			●	●	医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などに訪問してもらい、薬の飲み方、食事など療養上の管理・指導を受けられる介護保険サービス	○担当ケアマネジャー ○地域包括支援センター Tel:0879-26-1261 ○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
ホームヘルプサービス(※)		△	△	△	ヘルパーが自宅を訪問し食事、入浴、排泄の介助や家事などの日常生活の手助けを行う介護保険サービス	
デイサービス(※) 認知症対応型 デイサービス(※)		△	△	△	日帰りで食事、入浴、リハビリ、レクリエーションなどが受けられる介護保険サービス	
デイケア(※)		△	△	△	リハビリを目的として通い、機能訓練が受けられる介護保険サービス	

(※)P.13参照

(5) 身体的ケア

P.13参照



- ・認知症の症状や心身機能の悪化を可能な限り防ぐ
- ・暮らし方に応じた最適なケアを提供し、生活リズムや体調を整える

タイプ 支援体制	A	B	C	D	内容	相談先等
ホームヘルプサービス	●	●	●		ヘルパーが自宅を訪問し、食事、入浴、排泄の介助や家事などの日常生活の手助けを行う介護保険サービス	○担当ケアマネジャー ○地域包括支援センター Tel:0879-26-1261 ○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
デイケア	●	●	●		リハビリを目的として通い、機能訓練が受けられる介護保険サービス	
デイサービス	●	●	●		日帰りで認知症高齢者のためのプログラムを行ったり、食事・入浴を利用できる介護保険サービス	
認知症対応型 デイサービス	●	●	●			
訪問看護	●	●	●		医師の指示に基づき看護師が訪問して、病状の観察等、療養生活の支援を行う介護保険サービス	

(6) 介護保険サービス調整



- ・日常生活の困り事に対し、迅速にサービスや支援へつなげる
- ・定期的に訪問し、支援の必要なところを確認する

タイプ 支援体制	A	B	C	D	内容	相談先等
地域包括支援センター	●	●	●	●	高齢者に関するさまざまな相談を受け、適切な機関につないだり、必要な支援を行う	○地域包括支援センター Tel:0879-26-1261
居宅介護支援事業所	●	●	●	●	介護を必要とする人が適切にサービスを利用できるよう、介護保険サービスの相談に応じる相談窓口。ケアマネジャーが在籍	○地域包括支援センター Tel:0879-26-1261 ○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
認知症初期集中支援チーム	●	●	●	●	医療・介護の職員がチームとして自宅を訪問し、医療受診や介護サービスの調整を行う	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360



市ホームページに、この認知症SOS便利帳を掲載しています。他にも認知症に関する情報がありますので、ぜひご覧ください。



(7) 見守り



- ・徘徊などの危機に対する適切な緊急対応をする
- ・万が一に備えて、居場所がわかる携帯用品を準備する

支援体制		タイプ	A	B	C	D	内容	相談先
みまもりパトロール事業			●	●	●	●	高齢者等市民の見守りに協力する事業者が自宅へ訪問した時やその道中などに、異変があった場合、市社会福祉協議会等に連絡をする	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360 【委託先】 ○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
みつけてネット				●	●	●	行方不明者の早期発見のために、家族等からの要請でみつけてネット登録者に情報をメール配信し、可能な範囲での協力を呼びかける	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
緊急通報体制整備事業			●	●	●	●	緊急通報装置を設置することにより、安否確認、緊急通報、相談通報、お元気コールのサービスを受ける	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
避難行動要支援者登録制度			●	●	●	●	災害時に障がいや高齢等のため自力で避難行動を取ることが困難な方が「避難行動要支援登録」をし、地域の支援者に協力を求める制度	○福祉課福祉グループ Tel:0879-26-1228
安心キット配布事業			●	●	●	●	避難行動要支援者登録をした方に緊急安心キットを配布する	
ヘルプマーク			●	●	●	●	援助や配慮を必要としていることが外見では分からない方に、援助や配慮が受けやすくなるように身に付けるマークの無償配布	
サロン活動			●	●			レクリエーションや講話を通じて、高齢者の健康増進や生きがいをづくりを行う	○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
地域の支援者	民生委員		●	●	●	●	地域の福祉向上のため、相談援助などの自主的な活動や関係機関への協力活動を行う人	○福祉課福祉グループ Tel:0879-26-1228
	福祉委員		●	●	●	●	高齢者の見守り訪問やサロン活動をしながらか、社会福祉協議会や地域の民生委員等と連携して地域の福祉推進を担う人	○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
	自治会		●	●	●	●	自治会単位で、加入している住民の協力を得ながら地域のつながりをつくる団体	○危機管理課 Tel:0879-26-1235
	認知症サポーター		●	●	●	●	認知症のある人を理解し、見守る人	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
	安心みまもり隊		●	●	●	●	地域で相談相手になり、必要に応じて関係機関に繋ぐ人	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360

(8) 生活環境調整



- ・安心で、可能な限り自立した生活を継続的に過ごす
- ・プライバシーが守られ、終末期まで過ごすことができる

支援体制		タイプ	A	B	C	D	内容	相談先
見守り付き住宅(★)			●	●	●	●	ケアの専門家が常駐し、生活相談、安否確認、緊急対応サービスを受けることができる住宅(ケアハウス、シニアホーム、住宅型有料老人ホーム)	○担当ケアマネジャー ○地域包括支援センター Tel:0879-26-1261 ○長寿保健課 Tel:0879-26-1360 (★)各事業所にもお問い合わせできます。 P.13～14参照
特別養護老人ホーム(★)					●	●	常時介護が必要で、自宅での生活が困難な場合に入所する施設(要介護3以上)	
介護老人保健施設(★)				●	●	●	病状が安定し、自宅へ戻れるようにリハビリを重点においたケアを行う施設(要介護1以上)	
短期入所				●	●	●	短期間、施設に宿泊しながら日常生活上の介護が受けられる	
グループホーム(★)				●	●	●	認知症の高齢者が少人数で共同生活しながら、家庭的な雰囲気の中で支援が受けられる施設(要支援2以上)	
小規模多機能型居宅介護(★)				●	●	●	1か所の事業所内で訪問、通所、宿泊サービスなどの複合的な介護保険サービスが受けられる施設	
福祉用具(レンタル・購入)			●	●	●	●	日常生活における自立支援や介護者の負担軽減を図るための介護保険サービス	
住宅改修			●	●	●	●	生活環境を整える介護保険サービスとして、小規模な介護保険住宅改修に対して、上限20万までの住宅改修費を支給	
高齢者日常生活用具給付等事業			●	●			おおむね65歳以上のひとり暮らし高齢者等へ電磁調理器、火災警報器、自動消火器を給付(要件あり)	

まもロールくん



ふくロールちゃん

(9) 家族支援

- ・介護の不安やストレスを軽減する
- ・介護に対する思いを同じ境遇のご家族と話し、共有する
- ・専門家の支援を受け、専門知識や介護方法等について知る

支援体制	タイプ	A	B	C	D	内容	相談先
認知症カフェ (結の会)		●	●	●	●	認知症の人と家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき、集える場所	○絹島荘 Tel:0879-25-6511 ○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
家族介護教室		●	●	●	●	介護をする家族が必要な知識や技術などを学べる教室	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360
家族介護者交流		●	●	●	●	介護をしている家族同士が交流したり、臨床心理士や看護師等に相談できる集会	
紙おむつ給付事業				●	●	自宅で紙おむつを常時使用している高齢者等を介護している家族に、紙おむつを現物給付する(要件あり)	
家族会		●	●	●	●	介護者の集い、電話相談などができる	○(社)認知症の人と家族の会 香川支部 Tel:087-823-3590
こころの健康相談		●	●	●	●	専門医・保健師・精神保健福祉相談員に相談ができる	○東讃保健福祉事務所(要予約) Tel:0879-29-8263
地域資源マップ		●	●	●	●	移動販売や配食サービスなど、役に立つ情報をまとめたもの。市社会福祉協議会のホームページから閲覧可能。地域包括支援センターや市内の各窓口、公民館、コミュニティセンター等でも閲覧可能	○長寿保健課 Tel:0879-26-1360 【委託先】 ○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122



(10) 権利擁護

- ・虐待や身体拘束を受けず、権利や財産を守る
- ・詐欺にあったかもと不安になったら相談できる



支援体制	タイプ	A	B	C	D	内容	相談先
成年後見制度等		●	●	●	●	高齢者の虐待防止、早期発見や早期対応。成年後見制度の利用支援を行う	○生活サポートセンター(東かがわ市社会福祉協議会内) Tel:0879-26-1122 ○地域包括支援センター Tel:0879-26-1261
日常生活自立支援事業		●	●			判断能力が不十分な人が、自立した日常生活を送れるよう、福祉サービス利用の援助や金銭管理の支援を行う	○東かがわ市社会福祉協議会 Tel:0879-26-1122
消費者センター		●	●	●	●	商品やサービスなど消費生活全般に関する苦情や問合せなど、消費者からの相談を受け付ける	○香川県消費生活センター Tel:087-833-0999 ○香川県東讃県民センター Tel:0879-42-1200
法テラス		●	●	●	●	「借金」「離婚」「相続」など、法的トラブルを解決するための相談ができる	○法テラス香川 Tel:050-3383-5570
警察署		●	●	●	●	市民の安全を守り、各証明手続き、犯罪に関する相談ができる	○警察相談専用電話 #9110 ○東かがわ警察署 Tel:0879-25-0110

(11) その他

- ・交通手段に欠かせない車への支援について



支援体制	タイプ	A	B	C	D	内容	相談先
高齢者運転免許証自主返納支援事業		●	●	●	●	運転に不安を感じている高齢ドライバーの運転免許証自主返納を促進する制度	○危機管理課 Tel:0879-26-1235
高齢者運転卒業者優遇制度		●	●	●	●	運転免許証を自主返納された県内在住の65歳以上の方が、公共交通機関や小売店などで割引など等のお得なサービスが受けられる制度	○香川県危機管理総局 暮らし安全安心課 Tel:087-832-3231
運転適正相談窓口(香川県運転免許センター)		●	●			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家族の方が相談できる窓口	○香川県運転免許センター Tel:087-881-0645 ○高齢者専用ダイヤル Tel:087-881-6110

介護保険で利用できる市内の指定居宅サービス事業所（市外局番 0879）

（令和6年5月1日現在）

○居宅介護支援（ケアマネジャー）			
事業所の名称	電話番号	住 所	
介護老人保健施設 リリック・ケアセンター	25-0103	湊1867-2	
絹島荘老人介護支援センター	25-7711	馬篠1227-20	
居宅介護支援事業所 このみ	26-1133	湊1104-2	
居宅介護支援センターたんぼぼの家	26-3385	湊263-1	
引田荘老人介護支援センター	33-7001	引田922-18	
ひまわり介護支援センター	25-8070	三本松1758	
居宅介護支援 ゆうゆう	25-2036	三本松1199-1	
居宅介護支援事業所 わたなべ	33-5593	坂元106	
居宅介護支援事業所 すずらんの里	25-7017	三本松1530-1	
ケアサポート出晴	25-1038	三本松1896-2	
絆 ケアプランサービス	25-8002	小砂509-1	
ケアプランセンターひとつ	49-0883	引田897-50	
ケアプランセンター 優暖	49-3392	松原475-4	

○通所介護（利用定員19人以上のデイサービス）			
絹島荘デイサービスセンター	25-6511	馬篠1227-20	
サンパール白鳥 デイサービスセンター	23-1400	白鳥436-1	
デイサービス みなみ	26-3450	横内304-8	
引田荘デイサービスセンター	33-7001	引田922-18	
デイサービスセンターたんぼぼの家	26-3385	湊263-1	
みさごデイサービスセンター	23-8022	引田203-1	
デイサービス ふれあいの里	25-3252	三本松1204	
デイサービスはまち	33-7252	引田4268-1	
湊荘デイサービスセンター	25-0674	湊1183-5	
デイサービス 愛華の里	25-7755	落合100-1	

○訪問リハビリテーション			
医療法人社団聖心会 阪本病院	25-1121	川東103-1	
太田病院	25-2673	三本松1758	
香川県立白鳥病院	25-4154	松原963	

○地域密着型通所介護（利用定員19人未満のデイサービス）			
事業所の名称	電話番号	住 所	
通所介護 ファインケア	26-1081	馬篠249-1	
すばるデイサービス松原	25-3272	松原615-1	
デイサービスセンター 町田	25-8428	町田689	
デイサービス笑心	49-1315	坂元106	
デイサービスけんこう倶楽部	24-1250	水主304-1	

○通所リハビリテーション（デイケア）			
太田病院通所リハビリテーションひまわり	25-2665	三本松1758	
介護老人保健施設 ひまわり	25-6600	三本松1665-1	
介護老人保健施設 リリック・ケアセンター	25-0103	湊1867-2	
指定通所リハビリテーション事業所 さかもと	26-1085	川東106-3	

○短期入所生活介護（ショートステイ）			
特別養護老人ホーム 絹島荘	25-6511	馬篠1227-20	
引田荘指定短期入所生活介護事業所	33-7001	引田922-18	
湊荘指定短期入所生活介護事業所	25-0674	湊1183-5	

○訪問介護（ホームヘルプサービス）			
元気クラブ	25-0202	白鳥1681-5	
訪問介護 あいあい	25-2052	三本松1199-1	
ずいしょう指定訪問介護事業所	25-0674	湊1183-5	
指定訪問介護事業所 すばる	25-3271	松原1011-2	
特別養護老人ホーム 絹島荘	25-6511	馬篠1227-20	
ひまわり介護支援センター	25-8070	三本松1758	
ヘルパーステーションたんぼぼの家	26-3385	湊263-1	
訪問介護 ファインケア	26-1069	馬篠249-1	
ヘルパーステーションすずらんの里	25-7017	三本松1530-1	
訪問介護事業所 あどいけ	33-7253	引田4268-1	
訪問介護 愛華の里	25-7755	落合139	

○特定施設入居者生活介護（介護付き有料老人ホーム）			
ケアハウス サンパール白鳥	23-1400	白鳥436-1	
のぞみ	26-0711	三本松1201-1	

○短期入所療養介護（医療型ショートステイ）			
事業所の名称	電話番号	住 所	
介護老人保健施設 ひまわり	25-6600	三本松1665-1	
介護老人保健施設 リリック・ケアセンター	25-0103	湊1867-2	
医療法人社団 阪本病院 介護医療院	25-1121	川東103-1	

○福祉用具貸与			
〈有〉 タムラ家具店福祉用具貸与事業所	25-0603	三本松1903-2	
〈株〉ライフケアサポートアップル	25-7228	三本松1206	

○認知症対応型共同生活介護（グループホーム）			
グループホーム あじさい	33-7001	引田922-18	
グループホーム あすか	26-3015	川東88	
グループホーム たんぼぼの家	26-3385	湊263-1	
グループホーム たんぼぼの家Ⅱ	26-3385	湊319-1	
グループホーム ミモザ園	25-6100	白鳥1754-1	
すばるグループホーム	25-3291	馬篠330-10	

○認知症対応型通所介護（認知症対応型デイサービス）			
グループホーム たんぼぼの家	26-3385	湊263-1	
グループホーム たんぼぼの家Ⅱ	26-3385	湊319-1	

○訪問看護			
訪問看護ステーション 絆	25-7715	小砂509-1	
訪問看護ステーション せきれい	49-2000	白鳥245-7	

○小規模多機能型居宅介護			
小規模多機能型居宅介護事業所 駅前やすらぎ処	26-5650	松原656-1	
丹生の郷	49-0797	土居140-1	

○看護小規模多機能型居宅介護			
ナースホーム 絆	24-9215	小砂509-1	

市内の高齢者施設(入所施設) (市外局番 0879)

- 介護老人福祉施設…要介護3以上の介護認定を持つ人が入所できる施設で生活介護が中心の施設

事業所名	所在地	電話番号	種 別
特別養護老人ホーム 絹島荘	東かがわ市馬篠1227-20	25-6511	特別養護老人ホーム
特別養護老人ホーム 引田荘	東かがわ市引田922-18	33-7001	特別養護老人ホーム
特別養護老人ホーム 湊荘	東かがわ市湊1183-5	25-0674	特別養護老人ホーム

- 介護老人保健施設…要介護1以上の認定が必要。施設内で介護や機能訓練を受けることができる。

介護老人保健施設 リリック・ケアセンター	東かがわ市湊1867-2	25-0103	介護老人保健施設
介護老人保健施設 ひまわり	東かがわ市三本松1665-1	25-6600	介護老人保健施設

- 介護医療院…要介護1以上の認定が必要。医療と介護が一体的に受けられ、長期にわたり療養が必要な方が対象の施設

阪本病院 介護医療院	東かがわ市川東103-1	25-1121	介護医療院
------------	--------------	---------	-------

- 介護付の有料老人ホーム【介護認定(要介護1～5)必要】

ケアハウス サンパール白鳥(一部)	東かがわ市白鳥436-1	23-1400	特定施設入居者生活介護
のぞみ(要介護者のみ)	東かがわ市三本松1201-1	26-0711	特定施設入居者生活介護

- 住宅型有料老人ホーム【介護認定(要介護1～5)必要】

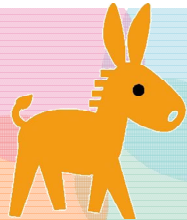
有料老人ホームあどいけ	東かがわ市引田4268-1	33-7250	住宅型有料老人ホーム
有料老人ホーム 愛華の里	東かがわ市落合100-1	25-7755	住宅型有料老人ホーム

- 住宅型有料老人ホーム(介護認定を必要としない)

ケアハウス サンパール白鳥(一部)	東かがわ市白鳥436-1	23-1400	ケアハウス
ケアハウス ひまわり	東かがわ市三本松1684-1	26-0505	ケアハウス
シニアホーム さんさん	東かがわ市三本松1199-1	26-3155	住宅型有料老人ホーム
シニアホームほほえみ	東かがわ市三本松1204	25-5288	住宅型有料老人ホーム H28.2月休止
シニアホームたんぽぽの家	東かがわ市湊263-1	26-3385	住宅型有料老人ホーム

- グループホーム…認知症の方が共同で生活できる住居で、入居しているホームで介護サービスを受けることができる。地域密着型サービスのため、入居は市内の人に限られる。

グループホーム あじさい	東かがわ市引田922-18	33-7001	認知症対応型共同生活介護
グループホーム あすか	東かがわ市川東88	26-3015	認知症対応型共同生活介護
グループホーム たんぽぽの家	東かがわ市湊263-1	26-3385	認知症対応型共同生活介護
グループホーム たんぽぽの家Ⅱ	東かがわ市湊319-1	26-3385	認知症対応型共同生活介護
グループホーム ミモザ園	東かがわ市白鳥1754-1	25-6100	認知症対応型共同生活介護
すばるグループホーム	東かがわ市馬篠333-14	25-3291	認知症対応型共同生活介護



認知症予防のために

元気なうちから、コツコツと。
明るく、楽しく前向きに！

認知症予防といっても、大げさなことをする必要はありません。毎日の生活の中で、簡単な計算や音読をする、外出や近所の付き合いを大切にするなど、今よりもほんの少し生活を楽しむことが、認知症予防につながります。

楽しくないと続けられないし、楽しいと覚えることそのものが認知症予防です！

長寿介護課では認知症の話や、認知症予防教室を随時計画しております。

地域の皆様のご要望があれば、自治会館や公民館に出向いての教室も行いますので、気軽にご相談ください。

一日の計画を立てて
行動してみましょう。

声をだして、新聞を読みましょう。

・たくさんおしゃべりしましょう！
・たくさん笑いましょう。

地域の集まりや趣味の教室など、
積極的に外出しましょう。

散歩や草むしりなど、
楽しく体を動かしましょう。

・頭の中で計算しながら、買い物
してみましょう。
・レシートを見ないで家計簿をつけ
てみましょう。



お問い合わせ先

〒769-2792 東かがわ市湊1847番地1
東かがわ市長寿保健課

TEL:0879-26-1360

FAX:0879-26-1361

〒769-2701 東かがわ市湊1807番地
東かがわ市地域包括支援センター
(東かがわ市社会福祉協議会内)

TEL:0879-26-1261

FAX:0879-26-3016