

自分ノート

自分のことについて書いてみましょう

■氏名 ふりがな

■生年月日 ふりがな ■年齢 歳 ■血液型 型

●家族（緊急連絡先）

■氏名 ふりがな ■続柄 () ☎

住所

■氏名 ふりがな ■続柄 () ☎

住所

●友人や近所で頼れる人

■氏名 ふりがな さん ☎

住所

■氏名 ふりがな さん ☎

住所

●かかりつけ医（一番身近な先生）

1. ◇病院名 ◇医師名 ☎

2. ◇病院名 ◇医師名 ☎

●かかっている病気

◇病気名 お薬（あり・なし）

◇病気名 お薬（あり・なし）

薬のアレルギーなど気をつけること

●よく日用品を買いに行くお店

店名

(誰と) (交通手段) で行くことが多い

●よく使う路線

電車 駅名 タクシー会社

●趣味の活動

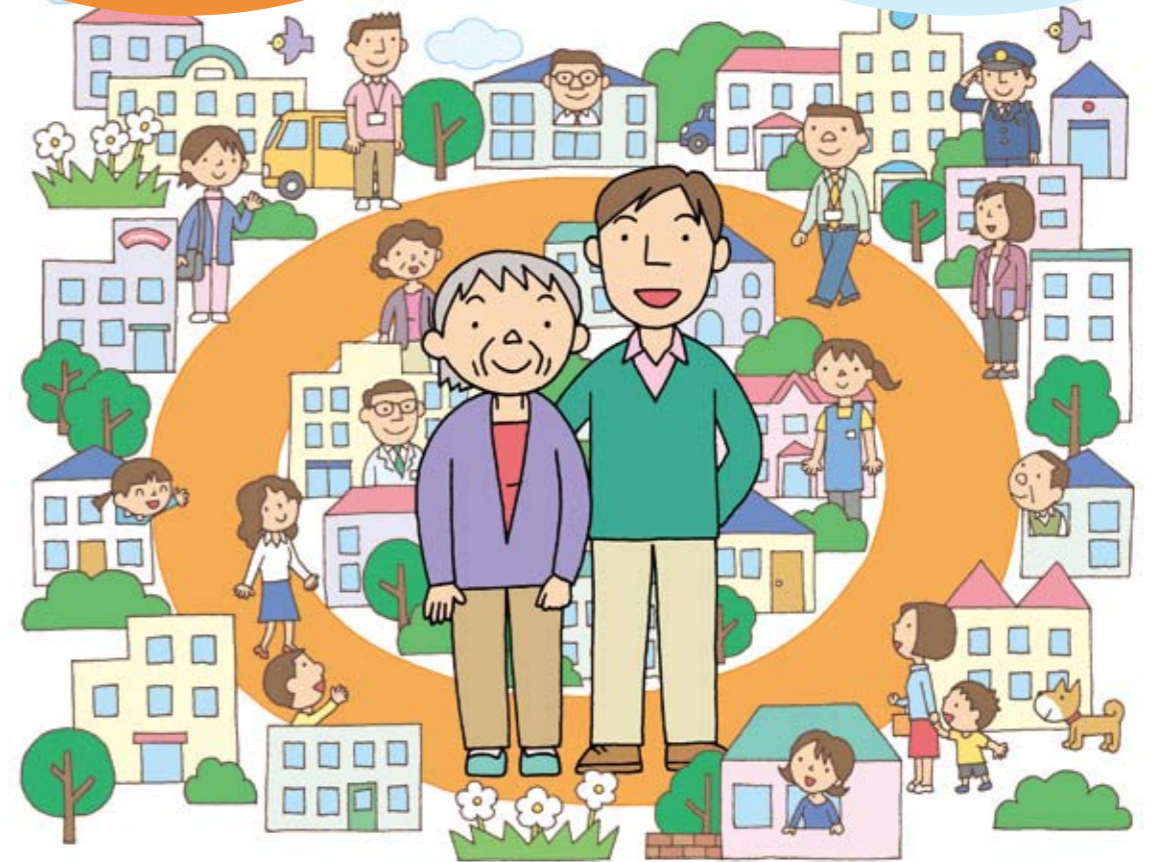
趣味 習い事 集まり

認知症 あんしん ガイド



東松島市

認知症ケアパス
「気付き」を大切に



認知症ケアパスとは？

認知症の状況に応じた相談窓口、必要な医療、介護サービスなど、本人や家族の暮らしを支援する情報を掲載しています。

もくじ

もっと認知症を知ろう	2
認知症に早く気づこう	4
認知症かな？と思ったら	6
東松島市認知症ケアパス一覧表	8
目的別の主な支援内容	10
自分ノート	裏表紙

認知症を知ろう

認知症は脳の病的変化から起きる状態や症状です

認知症とは、さまざまな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力などが低下し、日常生活にまで支障が出る状態で、通常の老化による衰えとは違います。たとえば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは、老化によるもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は、認知症が疑われます。



どんな症状が起こるのでしょうか

認知症になると記憶力や判断力などが衰えます。これが認知症の本質であるため「中核症状」といいます。また、中核症状のために周囲にうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることなどによって妄想や幻覚などの症状が出ることを「行動・心理症状 (BPSD)」といいます。

中核症状

記憶障害

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に困難になる障害。



見当識障害

時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握が困難になる障害。



実行機能障害

旅行や料理など計画や手順を考え、それにそって実行することが困難になる障害。



理解・判断力の障害

2つ以上のことの同時処理や、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる障害。



中核症状に、不安やあせり、心身の不調、周囲の適切でない対応などが影響

行動・心理症状 (BPSD)

行動・心理症状 (BPSD) は、適切な治療や周囲のサポートで認知症の人が感じている精神的なストレスなどを取り除くことによって、ある程度の予防や緩和が可能です。

- 妄想
- 徘徊
- 便をいじるなど排せつの混乱
- 過食など食行動の混乱
- 幻覚
- 無気力
- 攻撃的な言動
- など

認知症を引き起こす主な脳の病気



認知症の種類 (主に4つの病気があります)

アルツハイマー型認知症

- 最近の事を忘れる
- 緩やかに進行する
- 機能は全般的に低下する
- もの忘れの自覚がなくなる
- 嗅覚から衰え、悪臭に気付かない
- 人格が変わることがある
- 事実と異なることを話す事がある (作話)
- 女性に多い

全体の6割を占めます

前頭側頭型認知症

- 興味・関心が薄れやすい
- 万引きや信号無視など社会ルールに違反することがある
- 交通事故の危険があり、早い段階から注意が必要
- 同じパターンの行動を繰り返す
- 50歳くらいから発病することがある

脳血管性認知症

- 脳血管障害が起こるたびに、段階的に進行する
- 機能はただちに低下する
- 気分が落ち込んだり、何かをする意欲が下がる
- 悲しくないのに泣いたり、おかしくないのに笑ったりする (感情失禁)
- 人格は比較的保たれる
- 男性に多い

全体の2割を占めます

レビー小体型認知症

- なだらかに症状が進行する
- 機能は全般的に低下する
- 初期では手が震えるが、進行すると筋肉が固くなり震えが止まる
- 人や動物、昆虫など詳細な幻覚や妄想を見る
- 歩行が小刻みになり、転倒しやすくなる

若年性認知症

64歳以下で発症する認知症をいいます。物忘れがはじめ仕事や生活に支障をきたすようになって「まだ若いから」という思いで認知症であるとは気づけなかったり、医療受診、診断までに時間がかかってしまうことがあります。

【特徴としては】

- 男性に多い。
- 今日の日付や自分がいる場所がどこか分からなくなる。
- 症状が目立つようになってからようやく診断されることがある。

本人・周囲の人の「おかしいな」という気付きが大切です。早目に受診しましょう。

【主な症状としては】

- たとえば
- 書類などに日付を書こうとしても書けない。
 - 良く出かける場所で迷子になる。
 - 一度に複数の事を考えることが出来なくなる。
 - 部屋が散らかったままになる。
 - 計算が出来なくなる。

認知症に早く気づこう

早期の発見が大切です

生活習慣病をはじめ多くの病気と同様に、認知症も早期の発見と治療がとても大切です。

認知症は、現在完治が難しいとされていますが、早期に発見して適切な対処をすれば、その人らしい充実した暮らしを続けることもできます。

●早期発見による3つのメリット

メリット1 早期治療で改善も期待できる

認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し治療をはじめると、改善が期待できるものもあります。

メリット2 進行を遅らせることができる

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で、その進行のスピードを遅らせることができます。

メリット3 事前にさまざまな準備ができる

症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり、利用できる制度やサービスを調べたり「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。



本人が受診を拒むこともあります

「自分が認知症かもしれない」という不安はとても大きなものです。家族など周囲が受診をすすめても、本人が頑なに拒むこともあります。そのようなときは、まずは家族だけで地域包括支援センターや市役所などの相談窓口を訪れ、アドバイスを受けることもできます。

また、受診の意思はあっても専門の医療機関に行きづらい場合は、かかりつけ医に相談してみるという方法もあります。かかりつけ医は、必要に応じて適切な病院なども紹介してくれます。問診などで正確に症状を伝えるためにも、できるだけ家族がつきそって受診しましょう。



●認知症が疑われるサイン

以下のチェックリストを参考に「認知症かもしれない」というサインに早めに気づき、かかりつけ医や自治体の窓口にご相談しましょう。認知症による変化は、本人よりも周囲の人が気づきやすいことも多いので、身近な家族などが一緒にチェックしましょう。

- | | | | |
|---|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> 直前にしたことや話したことを忘れてしまうようになった。 | | <input type="checkbox"/> おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった。 | |
| <input type="checkbox"/> 同じことを何度も言ったり、聞いたり、したりするようになった。 | | <input type="checkbox"/> 今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった。 | |
| <input type="checkbox"/> 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探しものをしている。 | | <input type="checkbox"/> 外出したり、人と会ったりするのをおっくうがり、嫌がるようになった。 | |
| <input type="checkbox"/> 知っているはずの人やものの名前が出てこなくなった。 | | <input type="checkbox"/> 今までできていた家事、計算、運転などのミスが多くなった。 | |
| <input type="checkbox"/> つじつまの合わない作り話をするようになった。 | | <input type="checkbox"/> 日付や時間を間違えたり、慣れた道で迷ったりするようになった。 | |
| <input type="checkbox"/> 以前に比べ、ささいなことで怒りっぽくなった。 | | <input type="checkbox"/> 財布が見当たらないときなど、盗まれたと人を疑うようになった。 | |

「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、認知症の前段階で、軽い記憶障害など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。この段階で発見して適切に対処すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を予防、または先送りできるといわれています。ちょっとした異変のサインを見逃さないようにしましょう。

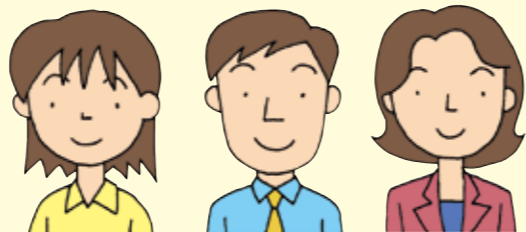
認知症かな？と思ったら



地域包括支援センターに
相談しましょう

地域包括支援センターは、
「高齢者の介護・福祉・健康・医療の
総合相談窓口」です

保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員の三職種が
連携して相談をお受けします



「認知症かもしれない」と不安に思っている方や認知症と診断されて悩んでいる方、介護家族の方など、どなたでも相談できます。認知症相談のほか、介護相談、公的福祉サービスを利用するための連絡や調整、暮らしの困りごとなどあらゆる相談ができます。

東松島市東部地域包括支援センター

【担当地区】 赤井、大曲

〒981-0504

東松島市小松字上浮足252-3（老人福祉センター内）

☎83-1966 FAX 90-3227

【営業時間】 8:30～17:15

【休日】 土曜、日曜、祝日、年末年始



東松島市中部地域包括支援センター

【担当地区】 矢本東、矢本西、大塩

〒981-0503

東松島市矢本字鹿石前109-4（真壁病院内）

☎84-3811 FAX 84-3812

【営業時間】 8:30～17:15

【休日】 土曜、日曜、祝日、年末年始



東松島市西部地域包括支援センター

【担当地区】 小野、野蒜、宮戸

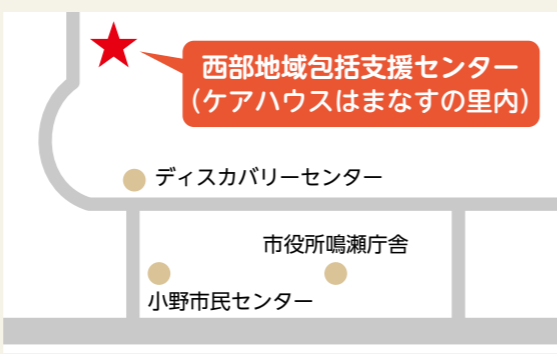
〒981-0303

東松島市小野字中之関6-2（ケアハウスはまなすの里内）

☎90-3757 FAX 86-1535

【営業時間】 8:30～17:15

【休日】 土曜、日曜、祝日、年末年始



かかりつけ医に
相談しましょう



かかりつけ医があなたのことを一番知っています。日々の暮らしに不安や葛藤を感じたら、早めにかかりつけ医に相談し、適切な医療機関（専門医）を紹介していただきます。

かかりつけ医

※かかりつけ医の中には、「認知症対応力向上研修」や「認知症サポート医」の研修を受けられた医師もいます。
▶P11～P12

認知症疾患医療センター

（認知症専門医のいる医療機関） ▶P12

専門的な診察を必要とする場合は連携をとります

受診にあたって
メモしておく
よいこと



専門医を受診するときに、限られた時間内で伝えたいことを漏らさずに伝えることはなかなか難しいことです。受診の前に日常の様子や気づいた変化、相談したいことなどをメモしておきましょう。

- * 気になる症状
- * 気になる症状はいつから始まったか
- * 日常生活の中での困りごと
- * 現在他に治療している病気
- * 現在飲んでいる薬
- * これまでかかったことのある病気



【認知症地域支援推進員】 【認知症初期集中支援チーム】を設置しています

認知症地域支援推進員

認知症の方、その家族を支援する事業や、関係者の連携を図るための事業を実施します。
▶P10

認知症初期集中支援チーム

医療や福祉の専門職によるチームが認知症が疑われる人の家族などの訴えを受け、訪問し、アセスメント、ご本人・ご家族への支援などの初期の支援を包括的、集中的に（おおむね6か月）行い、ご本人が望む暮らしについてのサポートを行います。
▶P11

認知症の段階に応じた相談・支援 一覧

「ケアパス」とはケアの流れ、認知症の進行に合わせたサービスのおおまかな流れを意味します。認知症の進行に伴って、どのような支援などを受ければよいかを事前に知ること、心構えや準備などに役立てましょう。

認知症の段階		認知症の疑い	認知症はあるが日常生活は自立	誰かの見守りや少しの手伝いがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
具体的な本人の様子		<ul style="list-style-type: none"> 人の名前や物の名前が思い出せないことがしばしばある 会話の中で「あれ」「それ」などの代名詞がよく出てくる 同じことを何度も話すことが増えた 手の込んだ料理を作らなくなった 料理の味付けが変わった 車をこすることが増えた 	<ul style="list-style-type: none"> 大事な約束を忘れ、困ることがある 料理や片づけ、計算などミスが目立つ 趣味や楽しみに興味がなくなった 冷蔵庫の中に同じものがいくつもある その場を取りつこう言動がある 大事な物(財布など)の保管場所を忘れ、見つかると他人(身近な人)のせいにする 	<ul style="list-style-type: none"> たった今しようとしたことや話したことを忘れる 時間がわからなくなる 料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる ささいな事で怒りっぽくなった 薬の管理ができなくなった 身だしなみを気にしない 	<ul style="list-style-type: none"> 季節にあった服を選ぶことができない 使い慣れた道具の使い方がわからない 着替えや入浴を嫌がる 場所がわからなくなり道に迷う 外出先から一人で戻れなくなることがある 	<ul style="list-style-type: none"> 機能低下により身体が自由に動かせなくなる 食べ物の飲み込みに支障がでる トイレの場所がわからず、失敗することが増えてくる 家族の顔や名前がわからなくなる 言葉によるコミュニケーションが難しくなる
家族の心構えや準備		<ul style="list-style-type: none"> いつもと違う、何か様子がおかしいと思ったら、早めにかかりつけ医や地域包括支援センター等に相談しましょう(家族の気づきがとても大切) 	<ul style="list-style-type: none"> 認知症の疾患や介護について学びましょう 本人の役割をすべて奪わず、できることはしてもらいましょう 本人が失敗しない環境づくりに配慮しましょう 家族や近い親せき、本人の親しい人には病気のことを伝えておきましょう 今後の生活設計についての備えをしておきましょう(介護、金銭管理、財産等) 	<ul style="list-style-type: none"> 家族で抱え込まず、上手に介護サービスを活用しましょう 家族の集いの場などで話を聞いたり、自分の気持ちを話せる場を作りましょう 	<ul style="list-style-type: none"> 認知症が進行した後の考えを(終末期の栄養補給や延命治療、どこで迎えるかも含め)できるだけ本人の視点に立って相談しておきましょう 	
相談窓口	総合的窓口	<ul style="list-style-type: none"> ●地域包括支援センター ●認知症地域支援推進員 ●市役所高齢障害支援課 				
	医療専門職による相談窓口	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症初期集中支援チーム ●こころの健康相談 ●若年性の認知症に不安を抱える方の相談窓口 ●各種電話相談 				
	介護保険サービスの利用相談	<ul style="list-style-type: none"> ●介護支援専門員(ケアマネジャー) ●地域包括支援センター 				
医療		<ul style="list-style-type: none"> ●かかりつけ医 ●かかりつけ歯科医 ●かかりつけ薬局 ●認知症サポート医 ●認知症疾患医療センター 				
集いの場		<ul style="list-style-type: none"> ●認知症カフェ ●認知症サポーター養成講座 ●地域サロンや通いの場 等 				
地域の見守り		<ul style="list-style-type: none"> ●地域での見守りや助け合い(地域の方、自治会役員や民生委員など、老人クラブ、商店や新聞販売事業者など、警察、消防署 等) ●オレンジセーフティネット事業 ●高齢者緊急通報システム ●救急医療情報キット配布事業 				
生活の支援や相談		<ul style="list-style-type: none"> ●有償助け合いサービス(ひがまつ・安心サポート)事業 ●シルバー人材センター(高齢者生活支援サービス) ●乗り合いタクシー「らくらく号」 ●高齢者福祉サービス事業(家族介護用品支給事業・家族介護慰労事業) ●日常生活自立支援事業(まもりーぶ) ●成年後見制度 ●各地域包括支援センター ●消費生活相談 				
介護	介護サービス	<ul style="list-style-type: none"> ●通所サービス(通所介護・通所リハビリ) ●訪問サービス(訪問介護・訪問入浴介護・訪問看護・訪問リハビリ・居宅療養管理指導) ●短期入所サービス(ショートステイ) ●住み慣れた地域での生活介護(小規模多機能型居宅介護・認知症対応型通所介護・グループホーム) 				
住まい	施設サービス	<ul style="list-style-type: none"> ●住宅改修 ●福祉用具レンタル、購入 ●施設入所によるサービス(特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・介護療養型医療施設) 				
	ケアハウス	<ul style="list-style-type: none"> ●ケアハウス ●サービス付高齢者向け住宅・有料老人ホーム 等 				

目的別の主な支援内容

相談窓口

1 地域包括支援センター

高齢者の総合相談窓口です。認知症のほか、医療、介護、福祉、健康のことなど、どんなことでも気軽に相談ください。

東部地域包括支援センター【担当地区】赤井、大曲	☎83-1966
中部地域包括支援センター【担当地区】矢本東、矢本西、大塩	☎84-3811
西部地域包括支援センター【担当地区】小野、野蒜、宮戸	☎90-3757

2 東松島市役所

介護保険等の手続きについて相談できます。
■ 問い合わせ先：高齢障害支援課 ☎82-1111(代表)

3 認知症地域支援推進員

地域包括支援センターや、地域の介護事業所などに「認知症地域支援推進員」を配置しています。本人や家族の認知症や物忘れに関することや、気になっていることなどを相談ください。

配置事業所名	住所	電話番号
<東部地域>		
東部地域包括支援センター	小松字上浮足252-3	☎83-1966
認知症高齢者グループホームあさざり	赤井字川前四311-1	☎83-4007
グループホーム日和	赤井字台94-1	☎24-9881
医療法人社団仙石病院	赤井字台53-7	☎83-2111
<中部地域>		
中部地域包括支援センター	矢本字鹿石前109-4	☎84-3811
仁明会東松島居宅介護支援事業所	矢本字大林2-2	☎83-8108
認知症高齢者グループホームさざなみ	矢本字寺前247	☎82-1178
介護老人保健施設さつき苑	大塩字山崎42-1	☎83-7760
コミュニティケアプラザぱんぶきん矢本	大塩字緑ヶ丘三丁目5-15	☎98-9145
医療法人医徳会真壁病院	矢本字鹿石前109-4	☎82-7111
<西部地域>		
西部地域包括支援センター	小野字中之関6-2	☎90-3757
グループホームすみちゃんの家	小野字中之関6-2	☎87-2311
北原ライフサポートクリニック東松島	野蒜ヶ丘二丁目25-1	☎98-5571
グループホームやすらぎ	野蒜ヶ丘三丁目27-2	☎98-9642
デイサービスアートステージ	新東名四丁目6-3	☎88-4383
市役所高齢障害支援課	矢本字上河戸36-1	☎82-1111



※配置事業所には目印のオレンジ色ののぼりがかかっています。

認知症出前講座も
行っています。
お気軽に
ご相談ください



総合的窓口

医療・介護専門職による相談窓口

4 認知症初期集中支援チーム

認知症本人または疑いのある人や家族に対して、医療や福祉の専門職がチームとなり、家庭に訪問して困りごとや心配ごとなど相談対応します。
認知症は、早めの対応が必要です。ひとりで抱えこまず、まずはお住まいの地域の地域包括支援センターに相談ください。
■ 対象者：市内在住の40歳以上で、在宅生活で認知症を心配しており次のいずれかに該当する方
①認知症の診断を受けていない、または治療を中断している
②医療サービスや介護サービスを受けていない
③認知症による症状が強く、どのように対応したらよいか悩んでいる、困っている
■ 問い合わせ：地域包括支援センター ▶P6・P10

5 こころの健康相談

こころの健康や病気について、本人や家族、周りの人が相談できます。精神科医が相談にのります。詳細はお問い合わせ下さい（予約制）。
■ 問い合わせ・申込み：健康推進課 ☎82-1111(代表)

6 「若年性認知症」相談窓口

「若年性認知症相談窓口（宮城県委託）」として専任のコーディネーターを配置しています。本人、家族からの相談や支援関係者、雇用企業等からの各種相談（認知症への理解、配慮や向き合い方、さまざまな制度の活用方法、仲間との出会いや活動の場づくりなど）に対応し、支援に関わる関係機関とも連携を図ります。
■ 問い合わせ：いずみの杜診療所 RBA相談室（仙台市泉区松森字下町8-1）
受付時間：月～金（祝休日除く）9:00～16:00
☎022-346-7068

7 各種電話相談

- ◆ 公益社団法人 認知症の人と家族の会 宮城県支部電話相談
● 月～金（祝休日除く）9:00～16:00 ● ☎022-263-5091
- ◆ 認知症の人と家族の会（本部）電話相談
● 月～金（祝休日を除く）10:00～15:00 ● ☎0120-294-456（通話料無料）
- ◆ 認知症110番（公益財団法人 認知症予防財団）
● 月曜、木曜（祝日を除く）10:00～15:00
● ☎0120-654-874（通話料無料）
- ◆ 若年性認知症コールセンター
● 月～土（年末年始、祝日除く）10:00～15:00
● ☎0800-100-2707（通話料無料）



8 介護保険サービス利用相談

介護支援専門員が、要支援・要介護認定を受けた本人やその家族と相談しながら、本人の状態や生活状況にあわせて適切な介護保険サービス等が受けられるようケアプランを作成し、関係機関との連絡や調整を行います。
■ 問い合わせ：各居宅介護支援事業所（東松島市介護保険事業所ガイドブックを参照ください）

医療

9 かかりつけ医

体調の管理や病気の治療、予防など健康に関して日常的に相談できる身近な医師のことをいいます。本人とご家族を支えるため、宮城県で実施する「認知症対応力向上研修」を修了した医師のいる医療機関もあります。
物忘れなどが気になり始めたら、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。

◆ 認知症対応力向上研修修了者のいる医療機関（令和3年3月現在）

医療機関名	住所	電話番号
医療法人社団 仙石病院	赤井字台53-7	☎83-2111
医療法人 鳴瀬中央医院	牛網字新上江戸原81-1	☎87-3853
医療法人社団石輝会 石垣クリニック内科循環器科	矢本字大林14	☎83-7070
医療法人 伊東胃腸科内科	赤井字鷲塚69-8	☎83-6666
永沼ハートクリニック	赤井字川前-9-1	☎82-6880
医療法人医徳会 真壁病院	矢本字鹿石前109-4	☎82-7111

10 かかりつけ歯科医

お口のお手入れや義歯（入れ歯）のことなど、体調管理も含め日常的に相談できる身近な歯科医師のことをいいます。宮城県で実施する「認知症対応力向上研修」を修了した歯科医師のいる歯科診療所もあります。

◆ 認知症対応力向上研修修了者のいる歯科診療所（令和3年3月現在）

歯科診療所名	住所	電話番号
東松島市鳴瀬歯科診療所	牛網字駅前一丁目2-1	☎87-2249
医療法人水仙会 イオンタウン矢本歯科診療室ミューズ	小松字上浮足43	☎82-6211

11 かかりつけ薬局

薬の服用、管理のことや、健康全般の相談ができる薬局のことをいいます。宮城県で実施する「認知症対応力向上研修」を修了した薬剤師が、薬の飲み方や管理などの困りごとについて病院や地域包括支援センター等と連携し支援します。

薬のことで心配なことがありましたら気軽に相談ください。

◆ 認知症対応力向上研修修了者のいる薬局（令和3年3月現在）

薬局名	住所	電話番号
ウジエ調剤薬局赤井駅前店	赤井字川前-9-3	☎84-2911
こぐま薬局	小松字若葉7-12	☎82-3943
フロンティア薬局矢本店	矢本字大溜32-1	☎90-3908
あべ薬局	矢本字栄町10	☎82-3009

12 認知症サポート医

国が指定する研修機関で「認知症サポート医研修」を修了し、「かかりつけ医」への助言などの支援を行うとともに、専門医療機関や地域包括支援センター等との連携役となる医師です。

◆ 認知症サポート医がいる医療機関（令和3年3月現在）

医療機関名	住所	電話番号
医療法人 鳴瀬中央医院	牛網字新上江戸原81-1	☎87-3853
医療法人 医徳会 真壁病院	矢本字鹿石前109-4	☎82-7111
医療法人 社団 石輝会 石垣クリニック内科 循環器科	矢本字大林14	☎83-7070

13 認知症疾患医療センター

宮城県指定の認知症の専門医療機関です。本人や家族、関係機関からの認知症に関するさまざまな相談対応のほか、認知症の鑑別診断（認知症の原因となる病気を特定すること）、症状が悪化した場合の対応などを行います。

医療機関名	住所	専用電話（要予約）
医療法人有恒会 こだまホスピタル	石巻市山下町 二丁目5-7	地域医療・福祉連携室 ☎0225-95-7733 ☎0225-22-6301（月～金9:00～16:30）
公益財団法人宮城厚生協会 坂総合クリニック	多賀城市下馬 2-13-7	診察予約コールセンター ☎022-361-8288 （月～金8:30～16:30 ±8:30～11:30）
医療法人 朋心会 旭山病院	大崎市鹿島台 平渡字大沢21-18	☎0229-25-3136 （月～金9:00～12:00、13:00～16:00）
医療法人 菅野愛生会 こころのホスピタル古川グリーンヒルズ	大崎市古川西館 3-6-60	☎0229-24-5165 （月～金9:00～15:00）

集いの場（本人と家族への支援）14～15に関する問い合わせ 地域包括支援センター ▶ P6・P10

14 認知症カフェ

◆ 認知症カフェ
◆ 場所：市内市民センターほか
◆ 開催日：毎月第2（木）10時～11時30分
◆ 問い合わせ：中部地域包括支援センター ▶ P6・P10

◆ 日和・カフェ
◆ 場所：居宅介護支援事業所日和内（赤井字台94-1）
◆ 開催日：毎月第4（土）10時～
◆ 問い合わせ：（有）庄司ケアサポート ☎24-9881

認知症本人や家族、地域住民、医療や介護の専門職、認知症について関心がある人など誰もが気軽に参加でき、情報交換や交流、専門職スタッフへの相談ができます。詳細については各カフェにお問い合わせください。

14 認知症カフェ

◆ 純喫茶「おしお」
◆ 場所：老人保健施設さつき苑内（大塩字山崎42-1）
◆ 開催日：毎月第3（土）10時～12時
◆ 問い合わせ：☎83-7760

◆ そよ風カフェ
◆ 場所：ぎんの星「食堂花邑」（赤井字川前四311-1）
◆ 開催日：毎月第2（日）10時～12時
◆ 問い合わせ：矢本華の園 ☎82-1165

◆ カフェ きんもくせい
◆ 場所：特別養護老人ホーム やもと赤井の里（赤井字川前四番83）
◆ 開催日：毎月第1（土）10時～12時
◆ 問い合わせ：☎84-1888

◆ やすらぎカフェ
◆ 場所：特別養護老人ホーム 不老園（野蒜ケ丘3丁目27-1）
◆ 開催日：毎月第2（月）10時～ ※日程変更の場合あり
◆ 問い合わせ：☎98-7110

※新型コロナウイルス対策として休止または会場を変更している場合もあります。事前に各カフェへお問い合わせください。

15 認知症サポーター養成講座

認知症のことや、認知症本人やそのご家族への関わり方などを正しく理解し、地域で見守る応援者（認知症サポーター）を養成する講座です。自治会、ボランティア団体、サークル、お友達同士、職場、小中学校など、どなたでも、複数名集まれば訪問し開催します。開催日時等についてはご相談ください。

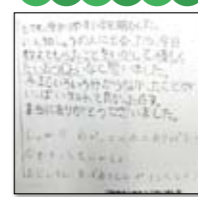
■ 内容：認知症サポーターの役割や認知症の理解（症状や関わり方など）、本人や介護者の気持ちについての講話と寸劇等（60～90分）

小学校での講座



小学生にはオレンジリングとロボ隊長のマスコットを配布

受講後の感想



地域サロンでの講座



地域の見守り

16～17に関する問い合わせ ● 地域包括支援センター ▶ P6・P10
● 高齢障害支援課 ▶ ☎82-1111（代表）

16 オレンジセーフティネット事業

認知症などで行方不明になる心配のあるおおむね65歳以上の高齢者が、事前に登録することで、行方不明になった際にスマホアプリにて、協力者による捜索を行い早期発見につなげます。

■ 対象者：市内在住のおおむね65歳以上の方で、認知症などにより行方不明になる心配のある方

17 高齢者等緊急通報システム事業

緊急通報装置を貸与し、緊急事態発生時に迅速な対応を行える体制を整備します。

■ 対象者：ひとり暮らし高齢者の方などで、慢性疾患などの身体的理由により、日常生活を営む上で常時見守りが必要な状態にある方（ご利用の電話回線の状態により設置できない場合があります）。

■ 利用者負担：利用者の収入に応じて、設置費用の一部（1,000円～10,000円）と、回線使用料、電気料をご負担いただきます。

18 救急医療情報キット（あんしんキット）配布事業

救急医療活動時に必要な医療情報や緊急連絡先などを「あんしんカード」に記入し専用の容器に入れ冷蔵庫に保管する、救急医療情報キット（あんしんキット）を配布しています。

■ 対象者：市内在住で次のいずれかに該当する方
①75歳以上のひとり暮らしの高齢者 ②ひとり暮らしの障がい者
③健康状態に不安のあるひとり暮らしの方
（同居家族等が日中（夜間）の長時間にわたり就労等で不在となり、独居状態となる方を含まず）

■ 問い合わせ：福祉課 ☎82-1111（代表）

生活の支援や相談

19 有償助け合いサービス (ひがまつ・安心サポート)事業

有償助け合いサービス「ひがまつ・安心サポート」事業とは、ひとり暮らしの高齢者や障がいのある方などが抱えている、日常生活の“ちょっとした困りごと”を住民相互の助け合いによって解決し、安心して暮らせる地域づくりを目指す事業です。

- 利用できる方：市内在住でおおむね65歳以上の高齢者、障がいのある方
- 利用料：協力会員1人につき、30分300円
- 利用可能時間：平日9:00～17:00（1日最長3時間、土日祝日年末年始除く）
- お手伝いの内容：食事づくり、洗濯、掃除、電球交換、草取り、布団干し、買い物、話し相手、ゴミの分別・ゴミ出しなど
- 問い合わせ：東松島市社会福祉協議会 東松島市ボランティア・市民活動センター（ひがまつ・安心サポート事業事務局） ☎83-2717

20 シルバー人材センター事業 (高齢者生活支援サービス)

暮らしの中で起こるちょっとした困りごとをサポートする「高齢者生活支援サービス」を実施しています。室内の清掃、洗濯、布団干し、季節の衣類入れ換え、通院の付き添い（徒歩またはタクシーに限る）などお手伝いします。

- 利用料：1時間あたり825円（別途事務費10%がかかります）
- 問い合わせ・申込み：東松島市シルバー人材センター ☎86-1097

21 高齢者福祉サービス事業

◆ 家族介護用品支給事業

在宅で寝たきりの高齢者や認知症高齢者を介護しているご家族に、紙おむつ・尿とりパッド購入の助成券を交付します。

- 対象者：要介護4・5と認定された高齢者を在宅で介護している家族（施設入所中、長期入院中の場合は対象外です）

- 助成額：月額2,500円

◆ 家族介護慰労事業

在宅で要介護者を介護しているご家族の経済的負担軽減を図るため、慰労金を支給します。

- 対象者：市民税非課税世帯で、要介護4・5に認定された高齢者を1年以上介護保険サービスを利用せずに在宅で介護している同居家族
- 支給額：10万円

- 問い合わせ・申請：高齢障害支援課 ☎82-1111（代表）

22 日常生活自立支援事業 (まもりーぶ)

みやぎ地域福祉サポートセンター（愛称：まもりーぶ）では、宮城県内（仙台市除く）において、認知症の方や障がい（知的・精神）のある方を対象に、福祉サービスの利用に関する相談・助言や、それに伴う日常的な範囲の金銭管理や生活変化の見守りを行い、地域において自立した生活を送ることができるよう市町村社会福祉協議会と連携して支援をします。（支援はご本人との「契約」に基づくことから、支援内容を理解できることが必要です）

*「まもりーぶ」は県民公募によるセンターの愛称で「まもる」と「ピリーブ（信じる）」の造語です。

- 問い合わせ先：石巻地域福祉サポートセンター ☎96-2531

23 成年後見制度

認知症などの理由により、判断力が不十分となった方が、財産管理や契約で不利益をこうむったり、権利や尊厳が侵害されたりすることのないように、所管の家庭裁判所に申し立てをして、選ばれた後見人によって支援する制度です。本人の判断能力の程度により「補助」「保佐」「後見」の3種類に分かれており、必要に応じて財産管理や契約などを行います。

- 問い合わせ：地域包括支援センター ▶P6・P10

24 消費生活相談

多重債務や悪質商法、架空請求、契約トラブル（クーリングオフ）などの消費生活に関するさまざまな相談に応じます。

- 問い合わせ・相談：市民生活課 消費生活相談員 ☎82-1111（代表）
東部地方振興事務所県民サービスセンター ☎95-5700
宮城県消費生活センター ☎022-261-5161
仙台弁護士会石巻法律相談センター ☎23-5451

25 乗り合いタクシー 「らくらく号」

デマンド型乗り合いタクシー「らくらく号」は、タクシー車両を使用して事前に予約した方を、自宅から目的地へ「戸口から戸口に」運ぶ公共交通システムです。運行範囲は東松島市内で、利用に際し事前登録が必要です。登録申込書は市役所、商工会、各市民センターに設置してあります。

- 運行日・時間：月～土（日・祝日・年末年始除く）
8時台から16時台まで 約1時間に2本運行
（お昼時間は運行していません）

- 対象者：市民及び市内に通勤、通学する方
（自分で乗降できる方に限る）

- 料金：1回おとな300円、小学生100円

※運転免許証を自主返納した方、または自主返納と同程度（失効者など）で市長が認める方は、1回100円（割引制度の申請が必要です）

※乗車券（チケット）での支払いとなります。必ず事前に市内取扱い店でチケットを購入してください。（車内での現金払い及びチケット購入不可）

- 予約：予約センター ☎84-1515
受付時間：8時～16時30分（予約は3日前から可能）

- 問い合わせ：復興政策課 ☎82-1111（代表）



介護保険サービス

26 介護保険サービス

介護保険サービスを利用するためには、要介護・要支援の認定が必要です。利用を希望する場合は、高齢障害支援課や地域包括支援センターまたは担当のケアマネジャーにご相談ください。

※介護保険に関する詳細については高齢障害支援課窓口配布の「介護保険サービスガイド」を参照ください。

- 問い合わせ：地域包括支援センター ▶P6・P10
高齢障害支援課 ☎82-1111（代表）

住まい

27 特定施設 入居者生活介護

◆ 特定施設（ケアハウス）

60歳以上の自立の方で、介護は不要であるものの身体機能の低下や、独立して生活するには不安があり、家族による援助を受けるのが困難な人を対象とした施設です。

◆ 有料老人ホーム

介護サービスや日常生活サービス、機能訓練、施設によってはレクリエーションを行う民間の施設です。

◆ サービス付高齢者向け住宅

バリアフリー対応の賃貸住宅で、主に自立あるいは軽度の要介護状態の高齢者を受け入れています。生活相談員が常駐し、入居者の安否確認やさまざまな生活支援サービスを受けられます。

27に関する
問い合わせ 地域包括支援センター ▶P6・P10