

認知症 安心ガイドブック



和歌山市認知症安心ガイドブックとは…

認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指して、認知症の状態に応じて、いつでも・どのような医療・介護サービスや社会資源が利用できるかを整理したものです。このガイドブックが、認知症の不安や悩みを少しでも軽減できる一助になれば幸いです。

目次

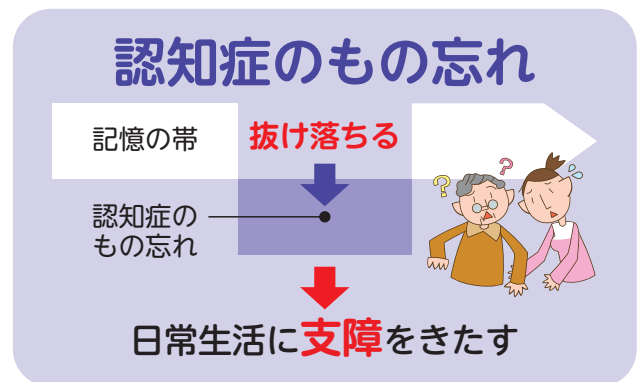
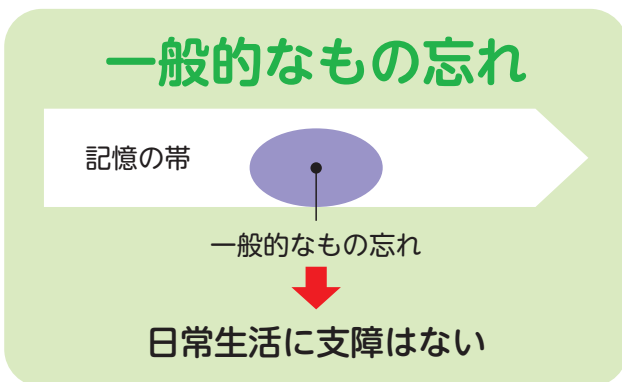
1 認知症とは？	2	6 認知症の進行と 主な症状・対応のポイント	7
2 主な認知症の種類と特徴	2	7 認知症ケアパス一覧	8
3 認知症の症状	2	8 事業・サービス内容	10
4 認知症予防	3	9 もしも行方不明になった場合	14
5 早期の受診から前向きな生活へ	3	10 認知症サポーター	14
認知症の相談や 診療ができる医療機関一覧	4	11 認知症に関する電話相談窓口	15
		12 地域包括支援センター	16

1 認知症とは？

認知症は、脳の病気です。アルツハイマー病その他の神経変性疾患、脳血管疾患その他の疾患により日常生活に支障が生じる程度にまで認知機能が低下した状態です。

認知症は誰でもなる可能性がある病気です。

一般的なものの忘れ	認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	経験したこと全体を忘れている
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたことじたいを忘れている
約束をうっかり忘れてしまった	約束したことじたいを忘れている



2 主な認知症の種類と特徴

認知症の代表的なものは4つあります。

- アルツハイマー型認知症
- レビー小体型認知症
- 前頭側頭型認知症

➡ 脳の神経細胞が変化する認知症

- 脳血管性認知症
(脳梗塞、脳出血等を原因とした認知症)

➡ 血管障害の認知症

3 認知症の症状

- 【記憶障害】 覚えられない・思い出せない、など
- 【実行機能障害】 段取りができない、など
- 【見当識障害】 月日・季節・場所がわからない、など

- 【失語】 物の名前が出てこない、など
- 【失行】 服の着方が分からない、など
- 【失認】 物が何か分からない、など

認知症の行動・心理症状 (BPSD) を理解する。

性格、環境、人間関係などの要因により精神症状や行動に支障が現れます。不安、うつ状態、いらいら、興奮、歩き回る、道に迷う、妄想など。

これらの症状があらわれているのは本人が困っているサインです。

【認知症の人の気持ち】

周囲の気づかない間に、本人は物忘れを自覚し、不安が芽生え、焦りが募ってきます。もの忘れやそれに伴う過ちを周囲の人から指摘されることで、不安や焦りが高まり、自信を失い、怒りなどの興奮状態になることもあります。また、認知症が進行すると、コミュニケーション能力が低下します。そのことにより他者との交流が少なくなり、孤立感や孤独感を感じるようになります。

MCI（軽度認知障害）とは？

認知機能や記憶力の低下はありますが、日常生活にはほとんど支障がなく、健常な状態と認知症の中間のような状態のことです。MCIと診断された人が、その後アルツハイマー病等に進行したとのデータがあります。一方この段階で運動などを行い、脳の活性化を図ることは、認知症の予防に効果的です。

4 認知症予防

運動、食事をはじめ高血圧症、脂質異常症、肥満など（生活習慣病）の対策が大切です。老化による脳のおとろえを防ぐためには脳活性化の4原則が有効です。

快刺激で笑顔に

コミュニケーションで安心

脳活性化の4原則

役割・日課をもつ

ほめる・ほめられる

5 早期の受診から前向きな生活へ

今後の生活の準備をすることができます。

早期に診断を受けることで、認知症への理解を深め病気と向き合い、今後の生活の備えをすることができます。

治療により改善する場合があります。

原因となっている病気（正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症など）を早めに治療すれば、認知症の症状が改善する可能性もあります。また、脳血管性認知症の場合は、病気の再発防止などにより、進行を止める可能性が高くなります。そのため、早期に受診し、認知症の原因を明らかにすることが大切です。

【受診時のポイント】

- ①本人の気持ちや自尊心を傷付けないようにしましょう。
- ②日ごろの様子等をメモに記載するなどして、事前に医師へ伝えましょう。

～認知症の診断～

認知症を診断するためには、CT、MRI、脳血流検査などの画像検査や記憶・知能等に関する心理検査に加え、認知症のような症状を引き起こす身体の病気がないかを確認する検査を行います。

認知症の相談や診療ができる医療機関一覧 (圏域別50音順)

- かかりつけ医がいる場合には、まずかかりつけ医に相談しましょう。
- 認知症のことで気軽に相談・受診でき、診療の範囲内で検査や診断を受けることができます。(こちらに掲載しているのは、公表の同意があった医療機関です。)
- 事前予約が必要な医療機関もありますので、受診される場合はお問合せください。

★印は、認知症サポート医のいる医療機関です。

認知症サポート医とは、認知症患者の診療に習熟し、かかりつけ医への助言や支援を行い、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。

地域包括支援センター西脇・木本圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
宇治田循環器科内科★	榎原204-8	073-455-6699
貴志内科★	栄谷745	073-455-1120
北山クリニック	次郎丸78-3	073-454-2700
黒田医院	古屋64	073-451-7458
佐谷医院	加太1175-11	073-459-0563
せせらぎクリニック★	古屋153-7	073-499-7712
武田医院★	栄谷199-1	073-455-4500
西和歌山病院	土入176	073-452-1233
平井診療所	土入291-86	073-480-5262
増井内科★	次郎丸69-1	073-453-7677
与田病院附属ふじと台クリニック	ふじと台6 ふじと台ステーションビルエスタシオン4F	073-499-8801
和歌山ろうさい病院	木ノ本93-1	073-451-3181

地域包括支援センター松江・野崎圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
有井医院	湊2-7-8	073-455-3411
ありた内科・循環器内科クリニック	梶取1-26	073-488-3277
河西田村病院★	島橋東ノ丁1-11	073-455-1015
ほんだ内科クリニック★	福島88-5	073-488-9151
松谷内科	善明寺755-81	073-451-1700
三木内科★	楠見中169-1 ワッセナー21	073-454-8115
みやび内科クリニック	野崎133-1	073-480-1233
ゆうゆうクリニック★	福島269-8	073-457-1130

地域包括支援センター有功・川永圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
紀伊クリニック★	宇田森275-10	073-461-7161
串上内科消化器科	川辺133-1	073-464-3050
クリニックもり	西田井216-1	073-464-3060

辻クリニック★	六十谷748-104	073-464-2350
土井脳神経外科クリニック★	六十谷35-1	073-461-2777
二澤医院★	島26-81	073-461-0697
にしたに内科	直川960-3	073-462-4131
花野医院	弘西774-10	073-461-8189
前田外科	園部969-2	073-461-0002
向井病院★	北野283	073-461-1156
森医院★	弘西793	073-461-0005
米田医院★	島234-6	073-461-7807

地域包括支援センター和佐・東山東圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
あさかクリニック	新庄466-1	073-477-5155
岩本脳神経外科	神前395-2	073-474-3357
きのしたクリニック	禰宜970-1	073-465-3777
田村病院	小倉645	073-477-1268
辻岡医院	満屋88-1	073-477-1868
風土記の丘診療所	岩橋1271-1	073-473-6070
船橋クリニック	岩橋316	073-472-2666

地域包括支援センター名草・雑賀圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
井関循環器科内科★	毛見173-4	073-444-8111
上林神経内科クリニック★	布引652-6	073-447-3111
川崎医院	紀三井寺1099	073-444-1005
山東整形外科肛門科医院	和田1202-5	073-471-5800
寒川内科医院	桑山164-3	073-479-3633
竹内内科胃腸科	西浜973-12	073-441-5501
竹原外科内科医院	西浜1004-1	073-445-0011
浜之宮メンタルクリニック	内原948	073-448-2331
福外科病院★	和歌浦東3-5-31	073-445-3101
藤民病院	塩屋3-6-2	073-445-9881
まえだクリニック★	西浜781-2	073-435-5157
まきのクリニック	冬野1761-10	073-479-3567
松尾クリニック	小瀬田109-2	073-479-5055
みなかたクリニック★	和歌川町10-39	073-445-1147
宮本内科★	紀三井寺1-53	073-414-1300
宮本病院	塩屋3-6-1	073-444-0576
恵みクリニック★	坂田641-2	073-499-4169
和歌浦病院	和歌浦東3-2-38	073-444-0861
和中内科・循環器科	和歌浦西1-7-1	073-444-0880

地域包括支援センター宮前圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
あきさきクリニック★	新中島125-1	073-475-4165
宇都宮病院★	鳴神505-4	073-471-1111
大河内医院	中島429-1	073-473-5800
太田医院	太田1-13-10 太田ビル2F	073-473-0010
木下胃腸科内科医院	太田554-5	073-471-6470
しんどうなおこクリニック	秋月275-1	073-472-0333
多屋クリニック★	秋月24 しんあいクリニックセンター3B	073-471-2481
中谷病院★	鳴神123-1	073-471-3111
道浦クリニック★	津秦113-5	073-472-7377

地域包括支援センター高松・新南圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
今福診療所★	今福2-1-16	073-425-2775
今村病院	砂山南2-4-21	073-425-3271
古梅記念病院	新生町5-37	073-431-0351
新谷医院	島崎町7-14	073-422-6629
生協芦原診療所	雄松町2-55	073-423-4349
瀬藤病院	岡山丁71	073-424-3181
たぶせ在宅クリニック	湊桶屋町10 M&MビルA号室	073-424-0207
寺下整形外科・内科	三木町南ノ丁35	073-435-5552
トータルケアまきクリニック★	木広町5-1-5	073-488-7036
得津医院★	新大工町7	073-432-1092
中谷医科歯科クリニック	屋形町1-26	073-433-1897
浜田メディカルクリニック★	東高松3-4-25	073-445-7331
半羽胃腸病院★	堀止南ノ丁4-11	073-436-3933
吹上クリニック	吹上2-5-28	073-423-2700
伏虎リハビリテーション病院★	畑屋敷東ノ丁1	073-433-4488
松平ハタ医科歯科クリニック	鷹匠町1-60	073-488-1115
宮本医院	西高松1-5-36	073-422-6065
横山内科★	宇須1-5-15	073-422-1741

地域包括支援センター宮北・城北圏域内

医療機関の名称	住 所	TEL
有田内科	十一番丁51	073-433-7899
井上整形外科・内科	小人町南ノ丁20	073-433-2500
いまえクリニック	加納201-8	073-412-1126
太田内科医院	山吹丁34	073-422-3953
おくむらクリニック★	十二番丁9 リヴァージュ十二番丁ビル2F	073-435-0510
金澤内科クリニック	本町6-26	073-418-1171
済生会和歌山病院★	十二番丁45	073-424-5185

サンクリニック★	中之島1716	073-402-7750
嶋病院	中之島874-3	073-431-3900
十一番丁てらしたクリニック	十一番丁18	073-425-1123
内科・生活習慣病くらしクリニック	東蔵前丁39 キーノ和歌山3F	073-494-3355
ナカムラメディカルクリニック	元寺町南ノ丁50	073-433-3305
西川内科クリニック	黒田1-2-4	073-471-0002
西川内科診療所★	匠町29 小山ビル1F	073-431-0526
野村内科医院★	中之島688-1	073-433-6533
星野クリニック★	友田町5-32	073-422-0007
まえだ内科クリニック	加納122-12	073-474-0080
みながクリニック★	友田町4-18	073-432-2666
メンタルクリニック岩井★	東蔵前丁4 ファーストビル3F	073-427-2331
森内科クリニック	有本226-12	073-402-3281
米満内科	黒田109-1	073-471-2555
和歌山駅前つじもと内科・呼吸器内科アレルギー科	黒田95-5	073-476-5676
和歌山生協病院	有本143-1	073-471-7711
わかやま友田町クリニック	友田町4-130 Aタワー2F	073-488-8632

6 認知症の進行と主な症状・対応のポイント

	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	日常生活に手助けが必要	常に介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> ●最近、物忘れが少し出てきた。 ●買い物や事務作業、お金の管理などに少し不安があるが、一人でできる。 	<ul style="list-style-type: none"> ●「物をなくした」などのトラブルが増える。 ●料理の準備や手順を考えるなど、状況判断が難しくなる。 ●失敗を指摘すると怒りだすことがある。 ●やる気がでない。 	<ul style="list-style-type: none"> ●季節に応じた服が選べない。 ●服薬管理ができない。 ●道に迷うことがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ●時間・日時・季節が分からなくなる。 ●着替えや食事、トイレ等がうまくできない。 ●言葉によるコミュニケーションが難しくなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ●ほぼ寝たきりで意思の疎通が難しい。 ●表情が乏しい。 ●便・尿失禁が増える。

【具体的な対応のポイント】

周囲の関わり方で、認知症の症状を和らげることができます。

・驚かせない ・急がせない ・自尊心を傷つけない

- ①まずは見守る
- ②余裕をもって対応する
- ③声をかけるときは1人で
- ④後ろから声をかけない
- ⑤相手に合わせてやさしい口調で
- ⑥おだやかに、はっきりした滑舌で
- ⑦相手の言葉に耳をかたむけてゆっくり対応

7 認知症ケアパス一覧

「認知症ケアパス」とは、認知症の進行状況にあわせて、いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受けることができるのかを示したものです。住み慣れた地域で安心して暮らしていくためにご活用ください。各事業・サービスの内容は、10ページ以降をご参照ください。

サービスの分類	サービスの内容	認知症の進行度				
		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・介護が必要	常に介護が必要
予防・他者とのつながり・生きがい・仲間づくり	社会参加することで、意欲や生きがいをもち過ごすことができます。	<div style="border: 1px solid blue; padding: 2px;">18.高齢者補聴器購入費助成</div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 2px;">22.認知症サポーター養成講座</div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 2px;">24.認知症カフェ</div> <div style="border: 1px solid blue; padding: 2px;">31.介護予防自主グループ活動</div>				
安否確認・見守り	道に迷うなどの危機に対する適切な緊急対応や、安否確認を通じて安心して生活を送ることができます。	<div style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">9.認知症徘徊感知機器貸与（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">19.高齢者等地域見守り</div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">23.認知症要配慮者見守り端末貸与事業</div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">30.高齢者見守りシステム</div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">32.配食サービス</div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">37.認知症見守り支援員派遣事業</div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 2px;">41.家庭ごみのふれあい収集</div>				
生活支援・身体介護・悪化予防	認知症の症状や心身機能の悪化を可能な限り防ぎます。暮らし方に応じた最適なケアを受けて、生活リズムや体調を整えることができます。	<div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">1.通所リハビリテーション（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">2.通所介護（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">3.認知症対応型通所介護（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">4.小規模多機能型居宅介護（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">7.訪問入浴介護（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">8.訪問介護（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">10.ショートステイ（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">11.居宅介護支援事業所（介護保険サービス）</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">32.配食サービス</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">28.ふれあいサービス</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">48.シルバー人材センター</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">33.在宅理美容サービス</div> <div style="border: 1px solid teal; padding: 2px;">41.家庭ごみのふれあい収集</div>				

<p style="text-align: center;">医 療</p>	<p>認知症を正しく診断し、病気についてわかりやすく説明を受けることができます。また病気の進行や症状の悪化を可能な限り防ぐような治療や支援を受けることができます。</p>	<p>5.訪問看護（介護保険サービス）</p> <p>6.看護小規模多機能型居宅介護（介護保険サービス）</p> <p>17.定期巡回・随時対応型訪問介護看護（介護保険サービス）</p> <p>35.認知症初期集中支援チーム</p> <p>36.認知症相談</p> <p>42.認知症疾患医療センター 45.かかりつけ医 46.かかりつけ薬局</p> <p>43.精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療（精神科の通院負担）</p> <p>44.和歌山県精神科救急情報センター</p>
<p style="text-align: center;">家 族 支 援</p>	<p>介護による身体的な負担やストレスを軽減することができます。介護に対する思いを同じ境遇のご家族と話したり、共有したりすることができます。</p>	<p>9.認知症徘徊感知機器貸与（介護保険サービス）</p> <p>23.認知症要配慮者見守り端末貸与事業</p> <p>24.認知症カフェ</p> <p>25.ピアカウンセリングのつどい</p> <p>26.家族介護教室</p> <p>36.認知症相談</p> <p>37.認知症見守り支援員派遣事業</p> <p>38.紙おむつ給付</p>
<p style="text-align: center;">住 ま い の 支 援</p>	<p>できるだけ自立した生活を安心して送ることができます。</p>	<p>12.認知症対応型共同生活介護【グループホーム】（介護保険サービス）</p> <p>13.介護老人保健施設（介護保険サービス）</p> <p>14.特別養護老人ホーム（介護保険サービス）</p> <p>15.住宅改修（介護保険サービス） 16.福祉用具貸与（介護保険サービス）</p> <p>20.ケアハウス</p> <p>21.有料老人ホーム</p> <p>27.シルバーハウジング</p> <p>30.高齢者見守りシステム</p> <p>34.日常生活用具の給付 39.高齢者住宅改造助成</p> <p>40.生活支援ハウス</p> <p>47.サービス付き高齢者向け住宅</p>
<p style="text-align: center;">権 利 擁 護</p>	<p>権利や財産を守るための支援を行います。</p>	<p>29.福祉サービス利用援助事業</p> <p>49.任意後見制度 50.成年後見制度</p> <p>51.消費生活相談</p>

8 事業・サービス内容

1	通所リハビリテーション (介護保険サービス)	医療機関などで、食事・入浴などの日常生活上の支援やリハビリテーションを日帰りで受けられます。	介護保険課 ☎435-1190
2	通所介護 (介護保険サービス)	通所介護施設で、食事・入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などの支援を日帰りで受けられます。	
3	認知症対応型 通所介護 (介護保険サービス)	認知症の高齢者が、食事や入浴などの日常生活上の世話や機能訓練、専門的なケアなどのサービスを日帰りで受けられます。	
4	小規模多機能型居宅介護 (介護保険サービス)	通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊りのサービスを組み合わせ、多機能なサービスを受けられます。	
5	訪問看護 (介護保険サービス)	疾患などを抱えている方が、看護師などに居宅を訪問してもらい、療養上の世話や診療の補助を受けられます。	
6	看護小規模多機能型 居宅介護 (介護保険サービス)	小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせることで、通所・訪問・短期間の宿泊で介護や医療・看護のケアが受けられます。	
7	訪問入浴介護 (介護保険サービス)	介護職員と看護職員に移動入浴車などで訪問してもらい、浴槽の提供により介護が受けられます。	
8	訪問介護 (介護保険サービス)	ホームヘルパーに居宅を訪問してもらい、食事・入浴・排泄などの身体介護、調理・洗濯などの生活援助を受けられます。通院などを目的とした乗降介助も利用できます(通院等乗降介助)。	
9	認知症徘徊 感知機器貸与 (介護保険サービス)	認知症高齢者(原則として要介護2~5)が部屋の外や屋外へ一人で出かけようとした時など、センサーにより感知し、家族、隣人等へ通報します(GPS機能は対象外です)。	
10	ショートステイ (介護保険サービス)	特別養護老人ホーム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が受けられます。	
11	居宅介護支援事業所 (介護保険サービス)	介護を必要とする方が心身の状況等に応じた適切なサービスを利用できるよう、ケアマネジャーが、介護に関する相談や手続、ケアプランの作成、介護事業者等と連絡調整を行います。	
12	認知症対応型共同生活介護 【グループホーム】 (介護保険サービス)	認知症の高齢者(要支援2~要介護5)が、共同生活をする住居で、日常生活上の世話や機能訓練などのサービスが受けられます。	
13	介護老人保健施設 (介護保険サービス)	状態が安定している方(要介護1~5)が在宅復帰できるよう、リハビリテーションや介護が受けられます。	
14	特別養護老人ホーム (介護保険サービス)	常時介護が必要で居宅での生活が困難な方(原則要介護3~5)が入所して、日常生活上の支援や介護が受けられます。	
15	住宅改修 (介護保険サービス)	手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費(工事対象上限20万円)が支給されます(事前申請が必要です)。	
16	福祉用具貸与 (介護保険サービス)	日常生活の自立を助けるための福祉用具の貸与が受けられます(要介護度により、利用できる福祉用具の種類が異なります)。	
17	定期巡回・随時対応型 訪問介護看護 (介護保険サービス)	日中・夜間を通じて定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問してもらい、介護や看護、緊急時の対応などが受けられます。	

18	高齢者補聴器 購入費助成	65歳以上で生活保護世帯又は、市民税非課税世帯に属し、両耳の聴力レベルが50デシベル以上または一耳の聴力レベルが40デシベル以上かつ他耳の聴力レベルが80デシベル以上で医師により補聴器の使用が必要と認められ、聴覚障害の身体障害者手帳の交付を受けていない方に対して補聴器購入費の一部を助成します。(購入前に申請が必要です)	高齢者・ 地域福祉課 ☎435-1063
19	高齢者等地域見守り	地域見守り協力員や地域の見守り協力事業者が日常の業務やさりげない見守りの中で、高齢者等の異変(※)に気付いた際に通報することで必要な支援につなげていきます。 (※)例えば、郵便物がポストに溜まっている状態が続いているとき、など。	
20	ケアハウス	60歳以上の方が利用することができ、自立した生活を送れるよう工夫された施設です。	
21	有料老人ホーム	入浴・排泄・食事の介護、食事の提供、洗濯・掃除等の家事、健康管理のいずれかを行う施設で、サービスの内容は施設ごとに異なります。	
22	認知症サポーター 養成講座	認知症サポーターとは、認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者のことです。14ページ参照。	地域包括支援課 ☎435-1197
23	認知症 要配慮者見守り 端末貸与事業	認知症により外出に不安がある方を対象に、お守り型の見守り端末を3か月間無料でお貸しし、サービスの利便性を体験していただきます。無料期間終了後も継続してサービスを利用される場合は運営会社に直接申し込んでいただきます。(有料)	
24	認知症カフェ	認知症の人とその家族、地域の方など誰もが参加でき集う場所が「認知症カフェ」です。認知症の人や家族が地域で安心して生活を続けていけるように、気軽に集える場となっています。飲食費実費必要。	
25	ピアカウンセリング のつどい	ご本人や介護している家族が集まり、同じ立場の方同士が何でも話せる場所です。不安を解消し前向きな気持ちを持てるよう支援します。昼食費実費必要。	
26	家族介護教室	在宅で高齢者を介護している家族や、家族を支援している地域の援助者を対象に、適切な介護の知識・技術を習得するための教室を開催します。	
27	シルバーハウジング	市内にある高齢者の特性に配慮した公営住宅に生活援助員を派遣して、高齢者に生活指導や安否確認などのサービスを提供する住宅です。	
28	ふれあいサービス	会員同士の助け合い活動で、サービスを行う人(提供会員)がサービスを受ける人(利用会員)のご家庭を訪問し、家事援助(掃除、買物、洗濯等)、外出の付き添い等のお手伝いを行います。有料(チケット制)のサービスです。	和歌山市 社会福祉協議会 (生活支援班) ☎423-0021
29	福祉サービス利用 援助事業	判断能力が不十分な高齢者、知的障害者、精神障害者を対象に、福祉サービス利用の援助、日常的な金銭管理サービス、書類等の預かりサービスなどの援助を一体的に行います。利用者負担あり。	和歌山市 社会福祉協議会 (介護福祉班) ☎431-0410
30	高齢者見守り システム	緊急時にペンダントのボタンを押すことにより、警備会社の職員が駆けつけて必要な措置をとる緊急通報用の機器を無料で貸し出します。また希望する方には人感センサーも設置できます。(有料) 対象者：65歳以上の病弱な方でひとり暮らしの所得税非課税世帯に属する方 ※対象外の方でも有料でサービスを受けられる場合があります。	

31	介護予防 自主グループ活動	自主的に介護予防のための運動（わかやまシニアエクササイズ、WAKAYAMAつれもて健康体操）を実践しているグループがあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。最寄りの地域包括支援センターにご相談ください。	地域包括 支援センター (裏表紙を参照 してください)
32	配食サービス	65歳以上の高齢者世帯に属し、食事の調理が困難な方の居宅に定期的に訪問して栄養のバランスのとれた食事を提供及び安否確認を行います。 お弁当代実費必要。	
33	在宅理美容サービス	在宅の対象者に訪問理美容を行います。 (利用者負担あり) 対象者：65歳以上で生活保護世帯又は市民税非課税世帯に属し、 要介護度3～5 で、かつ寝たきり状態が外出が困難な方	
34	日常生活用具の給付	日常生活の便宜を図る必要がある方を対象に、電磁調理器、火災警報器を給付します。 対象者：65歳以上ひとり暮らしで、生活保護世帯又は市民税非課税世帯に属する方	
35	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、医療・福祉の専門職と専門医で構成しています。 専門職が、ご自宅を訪問し、初期に集中的に支援します。まずはお近くの地域包括支援センターにご相談ください。	
36	認知症相談	地域包括支援センターで、医師が認知症に関する相談に応じます。 (要予約 無料)	
37	認知症見守り支援員 派遣事業	対象者の自宅で、家族に代わり見守り支援員が認知症の人の話し相手、見守り等を行います（月に15時間以内）。 利用者負担あり。	
38	紙おむつ給付	在宅、65歳以上で生活保護世帯又は市民税非課税世帯に属し、 要介護1～5 で、かつ3か月以上寝たきり状態であるか認知症で常時失禁状態の方を対象にしています。 ※ 要介護1～3 の方は他にも要件があります。	
39	高齢者住宅改造助成	65歳以上で生活保護世帯又は市民税非課税世帯に属し、要支援・要介護認定を受けている方を対象に、住宅改造に要する費用の一部を助成します。 (事前申請が必要)	
40	生活支援ハウス	60歳以上のひとり暮らしか夫婦のみの世帯で、独立して生活することに不安のある方にある一定期間住居を提供し、介護支援機能、居住機能及び交流機能を総合的に提供します。	
41	家庭ごみの ふれあい収集	ごみを集積場所まで出すことが困難な方を対象に、職員が自宅の前まで直接ごみを取りに伺います。 【対象】 ①65歳以上かつ 要介護度2 以上の認定を受けている方 ② 視覚障害1・2級 又は 肢体不自由1・2級 の身体障害者手帳をお持ちの方。 【要件】 ①一人暮らしの方 ②同居する家族の方が65歳以上、かつ、 要介護度2 以上の認定を受けている、または 視覚障害1・2級 又は 肢体不自由1・2級 の身体障害者手帳をお持ちの方。(詳細は、問い合わせ先まで)	収集センター 北事務所 ☎471-1503
42	認知症疾患 医療センター	和歌山市にある病院では、和歌山県立医科大学附属病院が指定を受けています。本人、家族からの認知症に関する医療相談に対応したり、医療機関からの紹介を受け鑑別診断などを実施しています。	和歌山県立医科大学 附属病院認知症疾患 医療センター ☎441-0776

43	精神障害者 保健福祉手帳	初診から6か月以上経過した精神障害（認知症を含む。）のある方が取得できます。	保健所 保健対策課 ☎488-5163
	自立支援医療 (精神科の通院負担)	精神科等の通院医療費公費負担制度です。指定の医療機関で通院医療を受けた場合、自己負担額が1割となり、利用者の世帯の所得状況に応じて月額自己負担上限額が設定されます。	
44	和歌山県精神科 救急情報センター	和歌山県では、精神科救急情報センターにおいて、緊急に精神科受診が必要な場合の受診先をご案内しています。「かかりつけ医がない」、「休診」、「時間外」などで困ったときにご活用ください。	専用電話 070-2281-1633 開設時間 平日 17時～翌9時 土・休日 9時～翌9時
45	かかりつけ医	もの忘れが気になり始めたら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。必要に応じて、専門医のいる医療機関を紹介してもらうことができます。	直接 かかりつけ医へ
46	かかりつけ薬局	薬剤師から、薬の効果や飲み合わせなど、様々な薬について身近に相談できるところです。	直接 かかりつけ薬局へ
47	サービス付き 高齢者向け住宅	高齢者住宅としての居室の広さや設備、バリアフリーといった内容が整備されており、状況把握サービスと生活相談サービスのいずれも提供する住宅です。また介護や家事等のサービスの内容は住宅ごとに異なります。	「サービス付き 高齢者向け住宅 情報提供システム」 ホームページを参照 してください。
48	シルバー 人材センター	少しの間、掃除などちょっとした家事支援を頼みたい時に頼れるのが、シルバー人材センターです。利用者負担あり。	和歌山市シルバー 人材センター ☎431-1270
49	任意後見制度	あらかじめ自分が選んだ人と公正証書で契約して、自分の判断能力が不十分になったときの財産管理や療養看護などを頼んでおく制度です。	和歌山 公証人合同役場 ☎422-3376
50	成年後見制度	認知症・知的障害・精神障害などにより判断能力の十分でない方について、本人の権利を守る援助者を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。申立てを行う親族等がなく、本人が申立てできない場合は、市長が申立てを行います。	和歌山家庭裁判所 ☎428-9951 高齢者・地域福祉課 (高齢者・障害者 成年後見センター) ☎435-1053 地域包括 支援センター
51	消費生活相談	資格を有する消費生活相談員が、契約トラブル、架空請求、悪質商法による被害などの相談を受けます。	消費生活センター ☎435-1188

9 もしも行方不明になった場合

本人の尊厳を大事にしつつ、危険を少しでも防ぐために準備をしておきましょう。

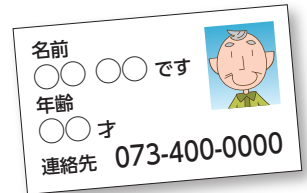
【日ごろからできること】

①氏名や連絡先などを身につける。

衣類や靴などに氏名や連絡先を書いたり、名刺状の連絡カードを服のポケットなどに入れるなど、保護された時に備えましょう。

②届け出や連絡の準備をしておく。

写真（上半身、全身のもの）や画像データなどは最近のものを用意しておきましょう。



【行方不明になった時は！？】

①まずは、最寄りの警察へ連絡しましょう。

【連絡先】 和歌山東警察署 TEL 073-475-0110
和歌山西警察署 TEL 073-424-0110
和歌山北警察署 TEL 073-453-0110

②周囲の人（ケアマネジャーやご近所の方など）に伝える。

③相談機関（地域包括支援センター、高齢者・地域福祉課）に状況を伝える。

※高齢者・地域福祉課は、家族の要請を受けて、行方不明者の情報を他の自治体に情報提供することができます。

10 認知症サポーター

【認知症サポーターとは】

認知症についての正しい知識をもち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者のことです。

特に何か特別な活動をするということではありません。

【認知症サポーターになるには】

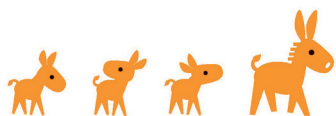
「認知症サポーター養成講座」を受講すれば、どなたでもなることができます。

【認知症サポーター養成講座を受講するには】

日時、会場、参加人数（5人以上）を決めた上で、地域包括支援課にお申込みください。

申込書は、和歌山市ホームページ「認知症サポーター」で検索できます。

また、個人・少人数で受講を希望する場合は、市主催の講座を年数回開催しております。開催が決まれば、市報わかやまに掲載しますので、ご確認ください。



【問合せ先】 地域包括支援課 TEL 073-435-1197

11 認知症に関する電話相談窓口

《公益社団法人認知症の人と家族の会 (和歌山県支部)》

電話番号	受付時間
なやみ ゼロゼロセブン 0120-783-007 (フリーダイヤル)	月～土(年末年始を除く) 10:00～15:00

※専門医療相談 《和歌山県立医科大学附属病院 認知症疾患医療センター》

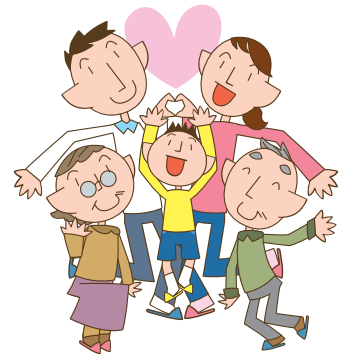
電話番号	受付時間
073-441-0776	月～金(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00

若年性認知症

若年性認知症とは、65歳未満で発症する認知症のことをいいます。

【特徴】

- ①働き盛りで、就学期の子どもがいる場合もあります。
- ②仕事や経済的な課題が生じることがあります。
- ③周囲の人(家族を含む。)も病気を理解し受け入れるのに時間がかかることが多いです。



《相談窓口》

- 公益社団法人認知症の人と家族の会 (和歌山県支部)
若年性認知症相談お問い合わせ先 (若年性認知症支援コーディネーターによる相談あり)
TEL 073-432-7660 / 0120-783-007 (フリーダイヤル)
月～土曜日(年末年始を除く) 10:00～15:00
※緊急性が高い場合や専門的な話は時間外の対応も可能
オレンジカフェ交流会 毎月第3日曜日 13:30～15:30
(スーパーセンターオークワセントラルシティ和歌山店ひかりサロンりゅうじん内)
※個別相談対応可・連絡先: 090-3874-5943: 梅本
- 若年性認知症コールセンター (認知症介護研究・研修大府センター)
TEL 0800-100-2707
月～土曜日(年末年始・祝日除く) 10:00～15:00

12 地域包括支援センター

高齢者の皆さまの身近な相談窓口です。和歌山市が業務委託し運営している公的な機関です。

事業所名称 (担当地区)	所在地	連絡先
和歌山市地域包括支援センター西脇 (加太・西脇)	西庄389-1 レジダンス・アンソレイエ101	TEL: 073-456-1212 FAX: 073-456-1133
和歌山市地域包括支援センター木本 (木本・貴志)	榎原204-10 ストリームビル1階	TEL: 073-480-3010 FAX: 073-453-3011
和歌山市地域包括支援センター松江 (松江・湊)	松江北2丁目19番8号	TEL: 073-488-8782 FAX: 073-488-8783
和歌山市地域包括支援センター野崎 (野崎・楠見)	北島325-106	TEL: 073-453-8102 FAX: 073-453-8152
和歌山市地域包括支援センター有功 (有功・直川)	六十谷361番地1	TEL: 073-464-1033 FAX: 073-464-0300
和歌山市地域包括支援センター川永 (紀伊・山口・川永)	島26-118	TEL: 073-464-2468 FAX: 073-464-2929
和歌山市地域包括支援センター和佐 (西和佐・和佐・小倉)	井ノ口302-5	TEL: 073-477-7181 FAX: 073-477-7182
和歌山市地域包括支援センター東山東 (岡崎・西山東・東山東)	明王寺13番地1	TEL: 073-466-3344 FAX: 073-466-2244
和歌山市地域包括支援センター名草 (名草・三田・安原)	毛見1451番地	TEL: 073-444-3142 FAX: 073-446-4821
和歌山市地域包括支援センター雑賀 (雑賀崎・田野・和歌浦・雑賀)	関戸1丁目4-15	TEL: 073-445-1700 FAX: 073-445-4700
和歌山市地域包括支援センター宮前 (宮・宮前)	杭ノ瀬255番地2	TEL: 073-474-5535 FAX: 073-474-5567
和歌山市地域包括支援センター高松 (砂山・今福・吹上・高松)	西高松1丁目5-4 高松丸岩ビル101号	TEL: 073-435-0312 FAX: 073-435-0313
和歌山市地域包括支援センター新南 (広瀬・芦原・新南・大新)	木広町5-1-4 高田ビル1階	TEL: 073-488-1750 FAX: 073-488-1751
和歌山市地域包括支援センター宮北 (中之島・四箇郷・宮北)	納定11-4	TEL: 073-432-0077 FAX: 073-432-0076
和歌山市地域包括支援センター城北 (本町・城北・雄湊)	十二番丁30番地 シティビルアオイ1階	TEL: 073-488-5518 FAX: 073-488-5519

認知症安心ガイドブック

発行日／令和8年4月

発行／和歌山市健康局 保険医療部 地域包括支援課

〒640-8511 和歌山市七番丁23 東庁舎3階

TEL 073-435-1197 FAX 073-435-1343

メールアドレス chiikihokatsu@city.wakayama.lg.jp



この冊子は環境にやさしい植物性インクを使用しています。