

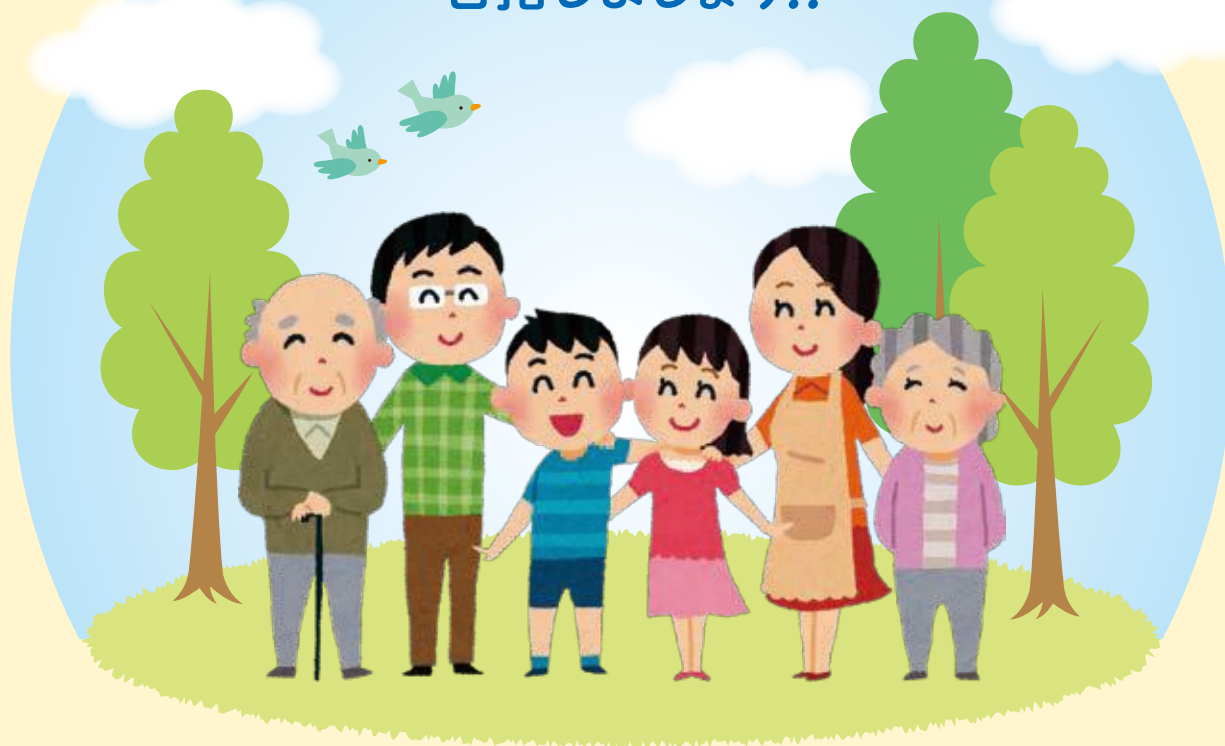
住民と介護家族のための

Vol.3

(令和4年4月1日作成)

あんしん 支えあい マップ

いくつになっても
安心して生活できる東伊豆町を
目指しましょう!!



東伊豆町 2022

はじめに

最近「認知症」という言葉を耳にすることが多くなりましたが、皆さんは「認知症」をどの位理解しているのでしょうか？

認知症は誰でもかかる可能性のある頭の病気で、2025年（令和7年）には65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています（平成27年1月厚生労働省調査より）。

しかし、早めに気付き、適切な診断と治療を受けることにより、病気の進行を遅らせ、健康な時間を長く保つことも可能です。また、早期に地域の支援や介護サービスを利用することにより、本人が住み慣れた東伊豆町で、自分らしく生活することが可能になります。

東伊豆町では、認知症に関する様々な取り組みを行っています。ご自身や、ご家族の5年後、10年後のためにもこの「あんしん支えあいマップ」を活用ください。

認知症とはどんな病気でしょうか？

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったために様々な障害が起こり、生活する上で支障が出ている状態を指します。

★ 認知症高齢者の数は約602万人！（65歳以上の約6人に1人）

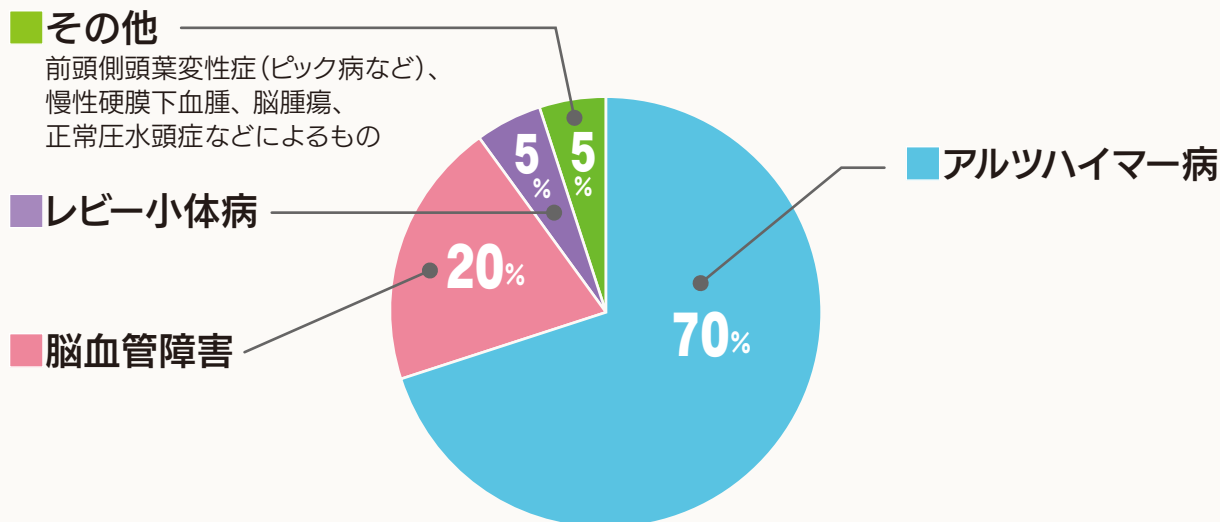
★ 認知症予備軍の人を合わせると約862万人！

★ 2025（令和7）年には認知症の人は約700万人となる！（65歳以上の5人に1人）

「平成29年度版高齢社会白書」より

認知症の原因となる病気

認知症の原因となる病気には、主に「アルツハイマー病」、「脳血管障害」、「レビー小体病」の3つがあり、もっとも多いのがアルツハイマー病です。



認知症と物忘れのちがい



老化によるもの忘れ	認知症のもの忘れ
体験の一部分を忘れる	体験の 全体 を忘れる
記憶障害のみがみられる 人の名前を思い出せない 度忘れが目立つ	記憶障害に加えて 判断の 障害や実行機能障害 がある (料理・家事などの段取りが わからなくなるなど)
もの忘れの自覚がある	もの忘れの 自覚がない
探し物を努力して 見つけようとする	探し物を 誰かが盗った ということがある
見当識障害はみられない	見当識障害 がみられる
作話はみられない	しばしば 作話 がみられる
日常生活に支障はない	日常生活に 支障をきたす
きわめて徐々にしか進行しない	進行性 である

認知症が気になったら・・・

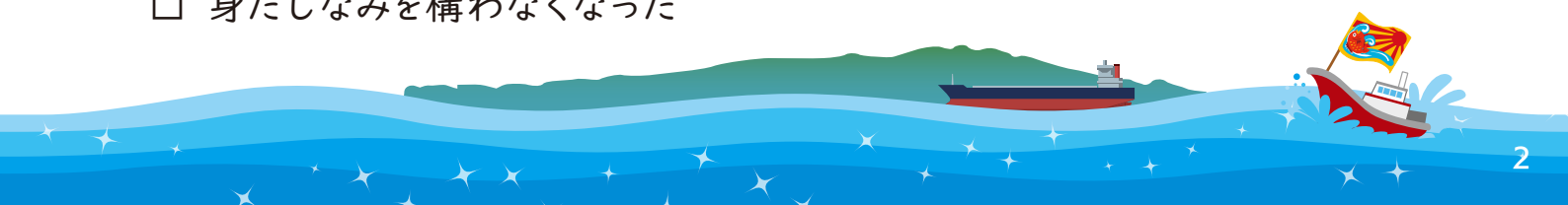
複数の項目に当てはまるようでしたら、
かかりつけ医や地域包括支援センターへ
ご相談ください。

- ☐ 曜日や月が分からない
- ☐ 物をどこにしまったか分からなくなる
- ☐ 何をするのも億劫になった
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ☐ ささいなことで怒りっぽくなった
- ☐ 身だしなみを構わなくなった

「ひょっとしたら認知症かも…」
と思ったらやってみましょう!

**自分でできる認知症の
気づきチェックリスト**

3、4 ページ



「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」 をやってみましょう!

出典：東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課『知って安心認知症』（平成26年5月発行）

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	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
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か 	1点	2点	3点	4点
5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか 	1点	2点	3点	4点
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されますか 	1点	2点	3点	4点
今日が何月何日かわからないときがありますか 	1点	2点	3点	4点
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か 	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よその目安で、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。



「ひょっとして認知症かな？」 気になり始めたら自分でチェックしてみましょう

※ご家族や身近な人がチェックすることもできます

最もあてはまるところに○をつけてください

チェック⑥ 預金のお出し入れや、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 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 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 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 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 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 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 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 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 1点	だいたいできる 2点	あまりできない 3点	できない 4点

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。
お近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。



認知症の進行と、進行に合わせた支援の道筋

症状の特徴

- 「お金が無くなった」と言われた時
- 言葉が出にくくなった
- 同じ話を繰り返す
- 毎年一人で行えていた確定申告の書類作成ができなくなった
- 繰り返す交通違反に警察より運転免許証の返納を求められたとき
- 毎日行っていた夫の命日にお墓参りに行くと言わなくなった時
- 冷蔵庫の中が物でいっぱいになった
- 忘れることは多いが日常生活は自立

本人の気持ち

- 「物忘れが出てきて不安」
- 「まさか認知症にはならないだろう」
- 「これから自分がどうなっていくのだろう・・・」
- 「いつまでも元気で住み慣れた自宅で生活したい」
- 「他人の世話にはなりたくない」
- 「認知症とは思っていない」
- 「覚悟はしていたが、ついに来たか・・・」
- 「俺はそんなに忘れん坊かな？」

家族の気持ち

- 「やっぱりか・・・」
- 「不安、さみしさ、受け入れができない」
- 「認知症とはどういうものなのか？どこに相談したらいいのか？」
- 「まさか父が認知症になるとは…。先のことと思っていたので、とてもショックだった」
- 「対応の仕方をもう少し教えてもらいたかった。テレビ等の情報がわかりやすかった」

支えとなっている資源

相談

地域包括支援センター 民生委員 ケアマネージャー
認知症コールセンター 若年性認知症コールセンター

介護予防居場所

介護予防教室 介護予防サポーター「はあと」 支え合う東伊豆
ふれあいいきいきサロン 生きがいデイサービス

安否確認見守り

あんしん見守りネットワーク あんしん見守りステッカー
配食サービス

生活支援

配食サービス
生活支援ヘルパー派遣事業

医療

かかりつけ医 認知症初期集中支援チーム
かかりつけ医
かかりつけ歯科 かかりつけ薬局 リハビリ

権利を守る

日常生活自立支援事業
法律相談

家族支援

「共に」「生きる」カフェ ニューサマーカフェ 健康相談
認知症コールセンター 若年性認知症コールセンター



暮らしにくさが増えていく時期

(症状が多発する時期)

- 金銭や貴重品が自分で扱えなくなる
- 物のしまい場所が分からなくなる
- 物盗られ妄想や被害妄想が出る
- 着替えや食事、トイレがうまくできなくなる
- 徘徊をすることが多くなり、家に戻れなくなる
- 物忘れが進んでいる
- 正常な会話ができない

- 「まだまだ自分でできることが多いので、周りの力を借りながら自宅で生活したい」
- 「周囲に迷惑を掛けることもあるかも知れないが、少しヒントをもらえれば、問題なくできることも多い」
- 「ちょっと外を歩いてしまうかも知れないけど、さりげなく見守ってもらい、帰り道が分からなくなったら助けて欲しい」
- 「社会の一員として人の役に立ちたい」

- 「専門医がどこにあるのか知りたい」
- 「症状や行動への対応方法について詳しく知りたい」
- 「本人の外出や社会参加のできる機会が欲しい」
- 「自分で介護ができるか不安」
- 「言葉がけがこれで良いのか不安だったので、情報が欲しかった」

生きていく困難が増えていく時期

(身体面の障害が複合する時期)

- 表情が乏しい
- 尿や便の失禁がある
- 自分のことが自分で決めることができない
- ほぼ寝たきりの状態となる
- 家族の顔や名前が分からなくなる
- 使い慣れた道具が使えなくなる

- 「自分で何をしたら良いのか分からず不安だ」
- 「生活面の意欲がなくなってきた」
- 「ごはんが食べたい」
- 「オムツをしたくない」
- 「これからどうなるのだろう…」
- 「病院や施設でなく、可能な限り自宅で生活を送りたい」

- 「関わり方が分からない。専門家の力を借りたい」
- 「介護が大変で自分の時間が持てない」
- 「介護ストレスで夜も寝ることができない」
- 「手が出そうになる」
- 「これから介護サービスや、医療、施設等どれだけお金が掛かるのか不安」

障害者就業・生活支援センター

介護保険サービス

あじさいクラブ(老人クラブ)活動

「共に」「生きる」カフェ ニューサマーカフェ

介護保険サービス

認知症疾患医療センター

成年後見制度

成年後見制度利用支援事業

東伊豆町地域包括支援センター(通称「包括」)とは

「地域包括支援センター」は東伊豆町の高齢者の総合相談窓口です。町民が住み慣れた自宅や地域で生活できるよう、社会福祉士、看護師、主任介護支援専門員の資格を持った職員が様々なサービスの紹介や相談に応じたり、関係機関との連絡、調整を行い、支援しています。



名 称	担当区域	住 所	電話番号(0557)
東伊豆町地域包括支援センター (認知初期集中支援相談窓口)	町内全域	稲取3354	95-1106

行政機関

名 称	住 所	電話番号(0557)	担当業務
健康づくり課介護係	稲取3354	95-1124	介護サービスの利用、要介護認定の申請に関する相談等
住民福祉課福祉係	稲取3354	95-6204	福祉サービス利用の相談、各種手帳の申請等
保健福祉センター	白田306	22-2300	健康や病気、栄養についての相談等
健康づくり課健康増進係	白田306	22-6100	介護予防や健康づくりに関する教室の実施や相談等

コラム

地域の「さりげない支援」が
安心した生活につながります。



東伊豆町地域包括支援センター
社会福祉士 宮原 崇敏

地域包括支援センターは、役場の中にあり、地域の65歳以上の方の「よろず相談処」として認知症や介護、生活面の相談等様々な相談に応じています。ご家族やご本人、地域の皆さんから多くの相談が寄せられています。

地域包括支援センターに寄せられる認知症関連の相談は年々増えていますが、相談を通じて感じることは、地域や仲間とのつながりは切れていないということです。一緒におしゃべりをしたり、お昼ご飯を食べたり、以前から一緒に行っていたサークルに引き続き参加している姿が見られます。

地域の皆さんができること、それは特別扱いせず「地域ご近所さん」「地域の仲間」として普段通り関わっていくことだと思います。あいさつや世間話、言葉掛けといった皆さんのさりげない関わりが、本人や家族の安心した暮らしにつながるのではないかと思います。

地域包括支援センターでは高齢者の相談だけでなく、「認知症サポーター養成講座」や「高齢者声掛け訓練」「ニューサマーカフェ」といった地域のつながりづくりのための活動を地域に出向き行っています。共にこれからの我が町を「自分事」として一緒に考えて行きましょう。

お気軽に
ご相談ください!

地域の身近な相談機関

地域の民生委員

41名の民生委員、主任児童委員が「地域の相談役」として活動しています。

担当地区の民生委員が知りたい方は、**住民福祉課 福祉係** (☎0557-95-6204) までお電話ください。

社会福祉協議会(通称「社協」)

地域の福祉や支え合い活動の旗振り役として、地域のサロン活動やボランティア活動等を推進しています。

東伊豆町社会福祉協議会 ☎0557-95-1294

介護保険サービス

介護保険制度は、日常生活において手助けが必要となっても安心して生活が送れるように、介護を必要とする人を社会全体で支えるしくみです。利用できるサービスや、手続き、認定審査等が必要なため、まずはご相談ください。

健康づくり課介護係 ☎0557-95-1124

就労や所得についての相談

働き盛りの年代(64歳以下)の方が認知症の診断を受けた場合、これからの仕事や生活をどのようなものにしていくかが課題となります。

就労の継続や業務内容の変更にかかる会社との調整、新規就労支援、また経済的な保障や福祉制度の利用についてもお気軽にご相談ください。

賀茂障害者就業・生活支援センターわ

☎0558-22-5715

消費者トラブルの相談

専門の消費生活相談員が、電話や面談で訪問販売や通信販売などに消費者トラブルに関する相談に応じ、問題解決のための助言や事業者との交渉を行います。

困ったこと、不安に思ったことがありましたらお気軽にご相談ください。

賀茂広域消費生活センター ☎0558-24-2299

車の運転に関する相談

近年社会問題となっている車の運転ですが、高齢ドライバーの方については、検査や講習の受講などのルールが設けられました。運転について不安を感じている場合や、免許の自主返納を検討している場合はご相談ください。

静岡県警察 高齢運転者支援ホットライン

☎054-250-2525

コラム

認知症に寛容であれ



グループホームあたがわ

佐鳥 和樹さん

皆さん、突然ですがあなたがもし認知症になったら、どこで、どのような生活を望みますか？

ご家族と一緒にこれまで通り自宅で過ごす、慣れ親しんだ地域で過ごす、誰も知らない地域で過ごす、色々な選択肢があると思いますが、当事者の多くはこれまで通り、自宅や慣れ親しんだ地域での生活を望むものです。

現在東伊豆町では、高齢者声掛け訓練、認知症サポーター養成講座、ニューサマーカフェなど多方面で認知症のサポートや啓発活動が行われ、どなたも自分事と捉え関心が高まっています。これは全国的に見てもとても先駆的で素晴らしいことだと思います。

その一方で、個人に焦点を当ててみますと、非常に難しい場面があるのが現実です。

東伊豆町は高齢化に加え独居高齢者が多いという特徴があります。これは自宅や地域での生活を継続する上で非常に困難な問題が発生します。例えば、ひとり歩きの高齢者を近所の人が発見し保護、数回繰り返すと、そろそろ施設に入りましようとなる、これでは認知症にやさしい町とはいえません。

では、認知症にやさしい町とはどのような町でしょうか。私の事業所では普通の暮らしを支援しています。認知症だからといった区分けは存在せず、どなたも友人や家族と共に過ごし、時に人を助け、助けてもらう、そんな関係を地域の中で営んでいくことこそ、私がみてきた多くの方達の願いです。認知症を過度に特別扱いしすぎず、地域住民の一人として支えていく、そして認知症によって起きるミスを許す心、寛容さを持ち合わせることが大切なのではないでしょうか。

今後さらに高齢化が進み、認知症の増加が予想される中、自分の住む町はどれだけ認知症にやさしい町なのか、これらの土台を作るのは町民の皆様自身なのです。

活用ください！
参加ください！

東伊豆町の支援の取り組み

認知症の正しい知識や関わり方を学びましょう！ 「認知症サポーター養成講座」



認知症の症状や関わり方を正しく理解し、認知症の方や、その家族を地域でさりげなく見守るための勉強会を、地域の団体や企業、学校等に出向き開催しています。興味のある方はお問い合わせください。

※東伊豆町では平成20年度より認知症サポーターの養成に取り組み、令和4年3月までに3,697名の認知症サポーターを養成し、地域や、企業、学校等で活躍しています。人口に占める認知症サポーターの割合は31.5%と県下1位になっています。(令和3年12月時点)



時間内出入り自由の「地域交流の場」 「共に」「生きる」カフェ ニューサマーカフェ



誰もが気軽に参加できる出入り自由の「共生型」のカフェです。

毎月第1木曜日に稲取のいきいきセンター、第4木曜日に奈良本公民館にて開催しています。

ご本人、ご家族の相談も行っていますので、お気軽にご参加ください。



安心して外出できる町づくりのためにご協力ください 「高齢者声掛け訓練」 「あんしん見守りステッカー」



徘徊行方不明時の早期発見、保護を目的に、搜索活動を87箇所の民間事業者へ依頼し実施しています。事前登録制で、登録された方には靴の後ろに貼る「あんしん見守りステッカー」を配布しています。

徘徊行方不明が心配なご家族の方は、是非ご相談ください。ステッカーを貼った方を見かけたら、見守りとやさしい声掛けを行うと共に、明確な返事が得られない場合は、地域包括支援センター又は下田警察署(☎0558-27-0110)に連絡してください。毎年10月に町民やあんしん見守りネットワーク協力事業者を対象に声の掛け方や対応方法を学ぶための訓練を開催しています。



お問い合わせは

地域包括支援センター

☎0557-95-1106まで

医療機関

かかりつけ医

認知症を早期に発見するためには、定期受診が大切です。通院できないときは往診のできる医療機関もありますので、かかりつけ医に相談しましょう。

詳しくは「認知症の診療を行っている医療機関一覧（11ページ）」をご覧ください。

かかりつけ薬局

薬の飲み方、飲み合わせ等薬に関することは、かかりつけ薬局に相談しましょう。

東伊豆薬業組合 ☎95-2107（トミタ薬局）

訪問介護

かかりつけの病院と連携し、定期的な健康チェックや服薬の管理、ご本人やご家族の相談も行っています。

康心会伊豆東部病院 ☎95-1151
訪問看護ステーションどりいむ ☎23-2217
愛菜花訪問看護ステーション ☎52-6039

認知症疾患医療センター

認知症の鑑別診断や専門医療相談、医療機関等の紹介、地域の保健、医療、介護関係者との連携や研修等を行う県指定の専門機関です。

ふれあい南伊豆ホスピタル（南伊豆町青市848）
☎0558-62-1461

かかりつけ歯科

元気なうちから口の健康を守ることが、食生活や認知機能の低下を防止することにもつながりますので、かかりつけ歯科に相談しましょう。

リハビリ専門職

（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）

身体機能や生活行為の向上、摂食、嚥下機能の向上を目的とした訓練や指導を行っています。

熱川温泉病院 ☎23-0843
康心会伊豆東部病院 ☎95-1151

コラム

認知症は治療すると 進行が遅くなります

東伊豆町認知症サポート医

康心会伊豆東部病院 大石 實

日本では65歳以上の高齢者のうち、7人に1人が認知症であると考えられています。認知症では、記憶などの認知機能が以前の機能レベルから低下し、日常生活に支障が出てきます。物忘れがひどくなってきた場合は、病院で頭部MRI（磁気共鳴画像）などの検査をした方がよいです。認知症が疑われる患者さんでは、年齢相応の物忘れなのか、うつ病なのか、認知症なのかを診断し、認知症の場合はその種類を調べます。認知症の種類ではアルツハイマー型認知症、血管性認知症が多いですが、甲状腺機能低下症、正常圧水頭症など治療で改善するものもあります。アルツハイマー型認知症や血管性認知症は治療で改善しませんが、薬で進行を遅らせることができます。アルツハイマー型認知症では頭部MRIで特徴的な所見がみられ、早期発見・早期治療で進行が遅くなります。血管性認知症では、血をさらさらにする薬で脳梗塞の再発を予防したり、高血圧症、糖尿病、不整脈などの危険因子を管理することで、進行が遅くなります。デイケアなどを利用して活動性を上げると、廃用症候群の予防にもなります。私は、認知症サポート医の資格を持っており、訪問診療も行っています。認知症の人が住み馴れた地域で安心して暮らしていけるように、サポートします。

認知症の診療を行っている医療機関一覧(東伊豆・河津・下田地区)

◆専門的な診断(MRI等画像検査等)が可能な医療機関

医療機関名	担当診療科	住 所	電話番号
康心会伊豆東部病院	内科、神経内科、循環器科	東伊豆町稲取17-2	0557-95-1151
伊豆今井浜病院	内科	河津町見高178	0558-34-1123
下田メディカルセンター	脳神経外科	下田市6丁目4-10	0558-25-2525
上の山鎮目クリニック	脳神経外科	下田市柿崎432-1	0558-23-8820
佐倉医院	内科、神経科	下田市旧岡方村714-7	0558-27-0001
ふれあい南伊豆ホスピタル	精神科	南伊豆町青市848	0558-62-1461

◆簡易な検査(長谷川式、MMSE等)であれば可能な医療機関

熱川クリニック	内科、整形外科	東伊豆町片瀬402-1	0557-23-0543
河津浜病院	精神科	河津町川津筏場1512-7	0558-35-7231
いなざ診療所	内科	下田市箕作385-4	0558-28-3111
小川クリニック	内科	下田市蓮台寺180-14	0558-22-3210
菊池医院	内科	下田市1丁目18-20	0558-22-2128
しらはまクリニック	内科、消化器内科、整形外科	下田市白浜1528-2	0558-27-3700
鈴木クリニック	内科	下田市河内277-8	0558-22-2562
ひがしなかクリニック	内科	下田市東中6-3	0558-23-2300

◆診察は行いが、専門医療機関を紹介している医療機関

熱川温泉病院	内科	東伊豆町白田424	0557-23-0843
豊寿園温泉医院	内科、循環器科、整形外科	東伊豆町奈良本1405	0557-23-2295
かわづクリニック	内科	河津町笹原301-2	0558-32-2766
佐藤医院	内科、外科、整形外科	河津町浜183-5	0558-32-0551

認知症の診療を行っている医療機関一覧(伊東市)

◆専門的な診断(MRI等画像検査等)が可能な医療機関

医療機関名	担当診療科	住 所	電話番号
伊東市民病院	内科、神経内科、心療内科	伊東市岡196-1	0557-37-2626
阿部脳神経外科医院	脳神経外科	伊東市玖須美元和田727-128	0557-36-9113

◆簡易な検査(長谷川式、MMSE等)であれば可能な医療機関

メディカルはば伊豆高原	内科、外科	伊東市富戸1317-4117	0557-33-1200
はあとふる内科泌尿器科伊豆高原	内科	伊東市八幡野947-651	0557-53-5000
伊豆高原クリニック	内科	伊東市八幡野989-89 鎌倉屋ビル2階	0558-32-0264
やまもプラザファミリークリニック	内科	伊東市八幡野1183	0557-53-0707
青木クリニック	脳神経外科	伊東市吉田116-2	0557-45-5515
高野医院	内科	伊東市荻398-31	0557-38-2111
はあとふる内科泌尿器科川奈	内科	伊東市川奈1225-231	0557-45-5000
伊東ヘルスサポートクリニック	内科	伊東市玖須美元和田720-143 デュオ1階	0557-55-7622
おおたか内科クリニック	内科	伊東市桜ガ丘1-1-26	0557-32-3810
藤井クリニック	内科	伊東市銀座元町6-19	0557-35-2000
伊東つくしクリニック	精神科、心療内科	伊東市湯川1-14-13-2F	0557-38-1294
なぎさクリニック	精神科、心療内科	伊東市湯川1-18-11 村上ビル4階	0557-36-0322
たかやす医院	内科	伊東市東松原町16-3	0557-32-0362
山本医院	内科	伊東市宇佐美1981-12	0557-47-5566
稲葉医院	内科	伊東市宇佐美1650	0557-48-9035

◆診察は行いが、専門医療機関を紹介している医療機関

たかやなぎ整形外科	内科、循環器科、整形外科	伊東市八幡野1191-6	0557-55-3322
横山医院	内科	伊東市和田1-4-20	0557-35-0431
長谷川胃腸科内科医院	内科、消化器内科	伊東市桜木町1-3-16	0557-36-2851
たちばなメディカルクリニック	内科	伊東市川奈1255-335	0557-45-4811

地域の支えあいに関する東伊豆町の取り組み

介護予防教室

いつまでも元気で生活できるように、運動機能向上、口腔機能向上、認知症予防を目的とした教室を開催しています。開催時期が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

地域包括支援センター ☎95-1106

あじさいクラブ(老人クラブ)活動

高齢者同士のつながり作り、支え合いのための各種活動を行なっています。

社会福祉協議会 ☎22-1294

生きがいデイサービス

日中外出の機会が少ない方を対象に、生きがい発見、体力づくり、仲間づくりを目的としたサービスを提供しています。

住民福祉課福祉係 ☎95-6204

健康相談

保健師が訪問し、健康や日常生活に関する相談やアドバイスをを行います。

保健福祉センター ☎22-2300

ふれあいいきいきサロン

地域の高齢者の閉じこもりの防止と、地域住民相互の支え合いのためのサロンを、大川、北川、奈良本、片瀬、湯ヶ岡、白田浜、稲取の7地区で開催しています。お気軽にご参加ください。

社会福祉協議会 ☎22-1294

趣味講座

囲碁、陶芸、ストレッチ、男の料理、アートフラワー、パン粘土、ストレッチステップアップ、ちぎり絵、ゆるゆる倶楽部 各種趣味活動を行っています。

社会福祉協議会 ☎22-1294

配食サービス

単身世帯、高齢者夫婦世帯等の食生活の維持、向上と、安否確認を目的に実施しています。

住民福祉課福祉係 ☎95-6204

コラム

家族の声

物忘れや気が短くなった、痩せていくなど、前兆はありましたが、「まさか身内で」とすぐに家族が認知症であることを受け入れることはできなかったです。私は「認知症」についての本を読んで情報を収集し、その本を家族にも読んでもらうことで知識を共有し、お互いに理解を深めました。主観的な見解ではなく、「本」など感情が入らない媒体を通して、家族の理解を得られたと思います。

「認知症」は、決して特別なことではありません。些細なサインを見逃さないことが重要だと思います。風邪で病院を受診される感覚で、70歳、75歳など年齢の切れ間や、夫婦で一緒になど、きっかけは何でもよいので、セルフチェックをしてみてもいかがでしょうか。うちでは、すぐに相談したことでサポートが受けられ、あたたかい気遣いのある施設に入所することができました。認知症でも自身でできることがたくさんありますし、楽しく暮らすことはできます。安心して専門機関に相談してみてください。

地域の相談・支援機関

成年後見制度 成年後見制度利用支援事業

認知症等により判断能力が不十分なために、財産侵害を受けたり、人としての尊厳が損なわれたりすることがないように、法律面や生活面において支援する仕組みです。制度については地域包括支援センターで説明させていただきますが、申立先は家庭裁判所になりますので、申立をお考えの方は、最寄りの家庭裁判所までご相談ください。

静岡家庭裁判所下田支部 ☎0558-22-0161
地域包括支援センター ☎0557-95-1106

認知症コールセンター

「認知症家族の会静岡県支部」の会員が、認知症の方や介護されている家族等の相談にのっています。

☎0545-64-9042(毎週月・木・土 10時～15時)

医療・福祉・司法 なんでもかんでも相談会

病気や障害のこと、法律のこと、仕事や生活のこと、お子さんの発育に関すること、その他の困りごとなんでもご相談下さい。各種専門職が相談に応じます。

静岡市清水医師会相談室 ☎054-344-0550

法律相談

債務整理、相続問題、犯罪被害等の無料法律相談や、費用の援助制度もありますので、お気軽にご相談ください。

法テラス下田法律事務所 ☎050-3383-0024
静岡県司法書士会 ☎054-289-3700

若年性認知症相談窓口

医療や介護だけでなく、生活、就労支援といった65歳未満で発症した若年性認知症の本人や家族等の相談にのっています。

☎054-252-9881(毎週月・水・金 9時～16時)

活用ください！ 「認知症相談チェックシート」

次のページを切り
取って使用ください



認知症を早期に発見し、適切な診断、治療に結びつけるためには、家族や周囲が見た普段の生活の状況をより細かくかかりつけ医に伝えることが重要です。「認知症相談チェックシート」は、そのための一つのツールですので、家族の中で物忘れが気になる方がいましたら、記入の上かかりつけの医療機関の受付に提出ください。

「東伊豆町あんしん支えあいマップ」に対するお問い合わせ

東伊豆町健康づくり課

電話：0557-95-1124（直通）

0557-95-1100（代表）

E-mail：kenkou@town.higashiizu.lg.jp

記入の上、医療機関の受付（伊東市民病院は受付奥の「総合案内」）に提出してください

1. 最近のご本人の様子について、当てはまるもの✓点を付けてください。

- 裏面もあります

- ☐ 些細なことで怒りっぽくなった。
- ☐ 周りへの気遣いがなくなり頑固になった。
- ☐ 一人になったり、些細なことをきっかけに心配したり寂しがったりする。
- ☐ 「頭が変になった」と本人が訴える。
- ☐ 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。
- ☐ ふさぎ込んで何をするのも億劫がるようになった。
- ☐ その他(具体的な状況を下記に記入)

2. 先生に相談したいことや連絡したいことがありましたら記入ください。