

飯田市

認知症安心ガイドブック



認知症ケアパスとは？

認知症の症状にあわせて、「いつ、どこで、どのような医療・介護サービス」を受けられるか、わかりやすくまとめたものです。

令和8年3月
飯田市長寿支援課

はじめに

認知症は誰でもかかる可能性があります。

2040年には、65歳以上の5人に1人が認知症になると言われています。

認知症を理解して、住み慣れた地域で、安心して暮らしていくために、「認知症ケアパス」をご活用ください。

目次



認知症とはどんな病気？

- ・ 「認知症」と「老化によるもの忘れ」とのちがい……………2
- ・ 脳と働き
- ・ 認知症とは、認知症の種類と特徴
- ・ 認知症の症状……………4
- ・ 早期発見と受診
- ・ 認知症の方との接し方のポイント……………6
- ・ 日常生活での声かけ・対応の工夫

認知症の症状に対応したサービス・支援

- ・ サービス・支援 一覧表……………8
- ・ 予防・地域活動……………10
- ・ 相談……………12
- ・ 医療……………13
- ・ 介護・住まい……………14
- ・ 生活支援……………15
- ・ その他……………16
- ・ 認知症についてもっと知りたい

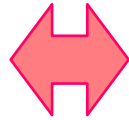
認知症チェック

- ・ もの忘れ相談票……………18



「認知症」と「老化によるもの忘れ」のちがい

老化によるもの忘れ
経験したことが部分的に思い出せない
目の前の人の名前が思い出せない
もの忘れをした自覚がある
曜日や日付を間違えることがある
何を食べたか思い出せない



認知症の記憶障害
経験したことの全部を忘れている
目の前の人や誰だかわからない
もの忘れをしたことを自覚できない
月や季節を間違えることがある
食べたこと自体を忘れている

◆白い部分は記憶の抜け落ちたところを示しています。

(老化によるもの忘れ)



体験の一部を忘れる。
例) 食べた物を思い出せない。

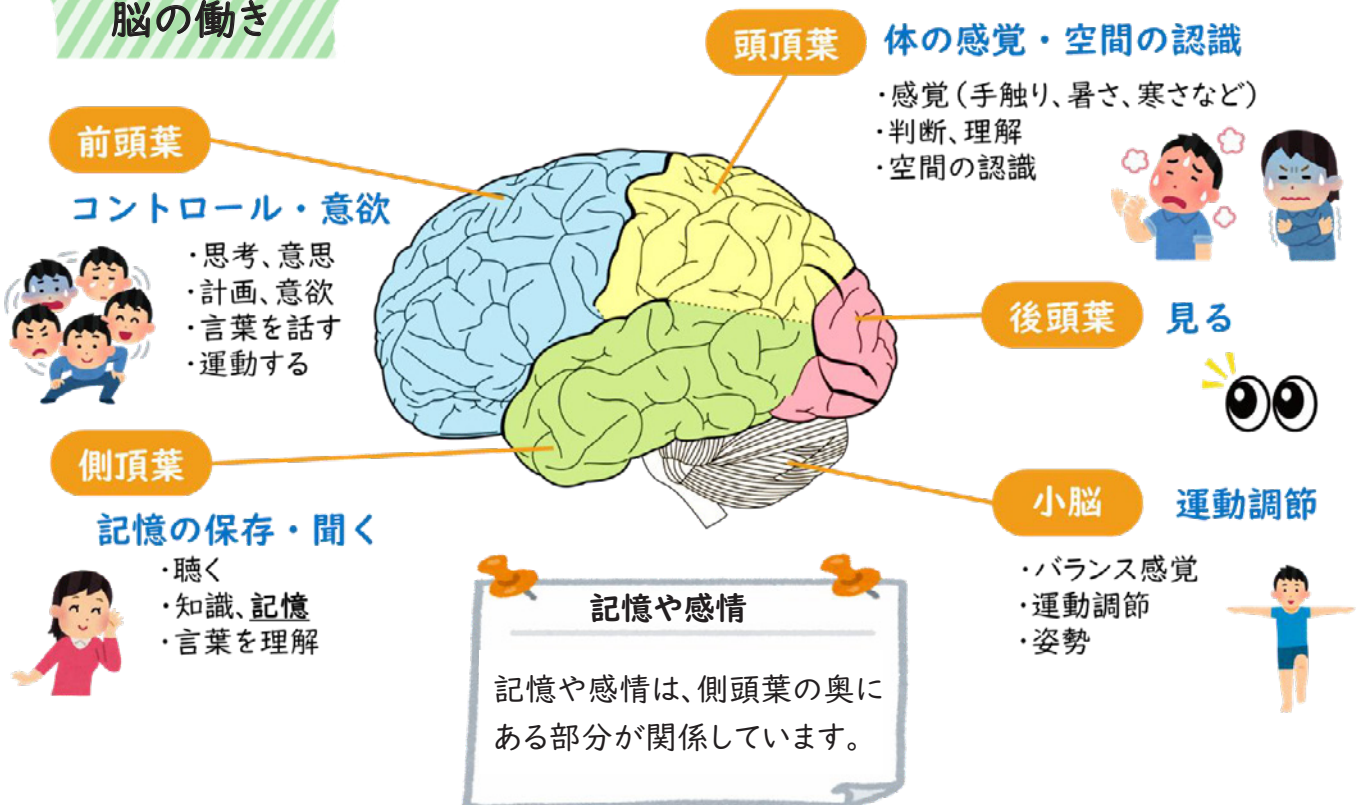
(認知症の記憶障害)



体験全体を覚えていない。
例) 食事をしたことを忘れてしまう。



脳の働き



認知症とは

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が壊れ、働きが悪くなるため記憶力や判断力の低下などから、それまでできていたことができなくなり、生活に支障が出ている状態をいいます。

認知症の種類と特徴

認知症の原因となる病気には多くのものがありますが、主なものは以下の4つです。症状は、すべての方にあてはまるものではありません。

◆アルツハイマー型認知症



認知症の中で最も多いタイプです。脳内にアミロイドβなどのタンパク質が蓄積し、神経細胞が減少することで、脳が萎縮する病気です。もの忘れ（記憶障害）から始まり、ゆっくりと進むのが特徴です。

【症状】

- ・最近のことを忘れる
- ・同じ話を何度も言う
- ・年月日や時間、季節の感覚が薄れるなど

◆血管性認知症



脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などにより、神経細胞に血液が十分に行き渡らないために、神経細胞がダメージを受け、認知症状が現れるものです。脳梗塞や脳出血が再発するたびに、段階的に進行します。

【症状】

- ・意欲や自発性がなくなる、
- ・感情の起伏が激しくなる
- ・おかしくないのに笑う など

◆前頭側頭型認知症



脳の前頭葉（前）や側頭葉（横）の神経細胞が減少し、萎縮するのが特徴です。もの忘れは少なく、しばしば精神疾患や他の認知症と間違って診断されることがあります。若年の発症が多いのも特徴です。

【症状】

- ・性格変化
- ・コミュニケーション障害
- ・行動異常など社会生活上の支障 など

◆レビー小体型認知症



脳の神経細胞内に「レビー小体」という特殊なたんぱく質がたまることによって起こる病気です。

頭がはっきりしたり、ボーッとしたり、日によって変動することも特徴です。

【症状】

- ・手足の震え、小刻みな歩行など（パーキンソン様症状）
- ・実際にはいない人が見えるなどの「幻視」
- ・眠っている間に怒鳴る など

間違えやすい“うつ病”

うつ病による一時的な記憶力の低下など、認知症と似た症状が見られます。見極めることは非常に難しいため、自己判断をせず、専門の医療機関を受診することが大切です。

認知症の症状

治すことは難しい症状

中核症状

脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状。
障害される部位で症状が異なります。
治すことは難しいですが、進行を遅らせることが可能です。



もの忘れ(記憶障害)

新しいことを覚えられない、同じことを何度も言う、聞く

見当識障害

時間、場所、季節が分からない、家族の事が分らなくなる
知っている場所でも迷うようになる

理解・判断力の障害

考えるスピードが遅い、新しい機械が使えない
二つ以上のことが重なるとうまく処理できなくなる

実行機能障害

物事を順序良く進められない、計画が立てられない

性格・素質

その人のもともとの性格や素質により、
症状は個人差が現れます。



環境・心理症状

人間関係や置かれている環境により、
症状の出方や強弱が変わります。



環境・対応

- ・情報が多い
- ・することがない
- ・失敗を責める
- ・怒鳴る など

心・からだの不調

- ・不安
- ・焦り
- ・戸惑い
- ・脱水
- ・便秘
- ・栄養不良 など

改善することができる症状

行動・心理症状(BPSD)

本人の性格や環境、人間関係など様々な要因が絡み合って出る症状。
全員に症状が出るわけではありません。
本人が安心して生活できる環境や対応を整えることで、症状を安定させることができます。

妄想

大切なものを
盗られたと
訴える等

睡眠障害

昼と夜が
逆転する

不安・焦燥

気持ちが落ち着かない、
心細い、
イライラする等

徘徊

家の中や外を
歩き回る等

うつ状態

気分が落ち込み、
何に対しても興味を
示さない等

幻覚

実際にはないものを
感じる・見える
・聞こえる。

興奮・暴力

感情の抑えが利かなく
なり些細なことで
興奮したり
暴力をふるう



早期発見と受診

年齢とともに脳の機能は低下し、90歳代では約7割に症状が現れます。ただし、その進行は人によって異なります。できるだけ早く発見し、適切な対処をすることで、“本人らしい”生活を長く保つことができます。少しでも「今までと違う」と感じたら、早めに病院を受診しましょう。

今は健康な方も、健診等に合わせて脳の健康度チェックをすることもおすすめです。

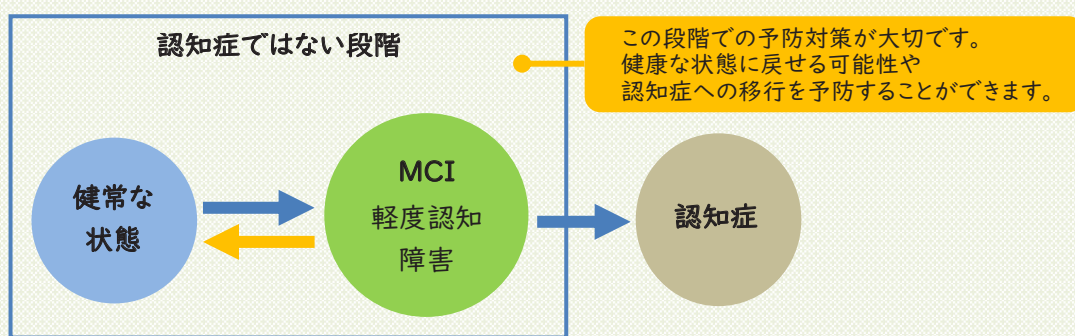
認知症の前段階

早めの受診ポイント!

「軽度認知障害 (MCI)」

もの忘れはありますが日常生活に支障がなく、全般的な認知機能は正常なので認知症ではない状態を言います。本人は、「もの忘れ」を自覚し、不安を感じるが増えます。

MCIが疑われるときは、早めの受診をおすすめします。



「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です。

本人や家族が病気を理解し、受け入れるまでに時間がかかるため、早めの受診や相談が重要です。年代的に、就労の継続や経済的な問題が起こりやすいことも特徴です。

疲れや更年期症状と思い、診断が遅れることがあるため、年齢に限らず「いつもと違う」と感じたら医療機関への受診をお勧めします。

受診のポイント

・「かかりつけ医」に相談しましょう

かかりつけ医は、本人や家族の普段の健康状態をよく知っているため、少しの体調変化にも気づきやすい強みがあります。必要に応じて、専門医療機関を紹介してくれます。

かかりつけ医がない場合は、お住まいの地区の地域包括支援センターの窓口へご相談ください。

・受診の前に気になることをまとめておきましょう

診察の情報として、「もの忘れ相談票」などを利用して、医師に伝えたい内容をまとめておくといでしょう。

病院受診が難しい時は・・・

本人の自覚症状がない場合には、受診が難しい場合がよくあります。

受診の前にご家族等から医療機関へ様子を伝えておくことも考えてみましょう。

◆ 本人への伝え方を工夫する

「体とあわせて脳の健康も診てもらおうのはどうかな」「私が行く時に一緒に来てもらいたいな」

認知症の方との接し方のポイント

認知症で記憶などに障害が出て、人としての感情がなくなってしまうわけではありません。ご本人は自信をなくし、不安定な状態です。

また、接する介護者の気持ちに敏感になると言われています。

認知症の方の気持ちを大切に關わることが、症状を和らげることにもつながります。



具体的な対応の「7つ」のポイント

1 まずは見守り

気づいたら一定の距離を保ち、さりげなく様子を見ます。

2 声をかけるときはひとり

複数では囲むと恐怖心をあおります。できれば一人がよいでしょう。相手が小柄なときは、姿勢を低くし、目線を同じ高さにして対応します。

3 後ろから声をかけない

相手の視野に入ってから声をかけます。突然、声をかけたり、肩などに触れたりすると驚かせてしまいます。

4 やさしい口調でおだやかに、はっきりと

耳が聞こえにくい場合がありますが、大きな声はびっくりし、混乱することがあります。

5 1つ1つ丁寧に

同時に複数の問いに答えることが苦手です。1つ1つ説明しましょう。

6 余裕をもって

焦りや困り感は、相手に伝わり、動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

7 相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応しましょう

認知症の方はせかされることが苦手です。相手の反応をうかがいながら会話しましょう。相手の言葉で推測・確認しましょう。



日常生活での声かけ・対応の工夫

中核症状への対応

①「今日は何月何日？」などと何度も聞く

本人 「日にちや時間、場所を正しく認識できているか」という不安からの行動です。

対応 「さっきも言ったのに」などと怒ることなく、見やすい場所にメモを置くなど、不安を和らげる方法を考えてみましょう。



不可解な行動には、
本人なりの理由があります

②食事をしているのに「ご飯はまだ？」と言う

本人 食事をしたことを忘れてしまっています。

対応 本人の思いを否定せず、「今、用意していますからね」「ご飯ができるまでお茶を飲んで待っていて」などと声をかけることで、納得してもらえることがあります。

③家族に「あなたはどなた？」と言う

本人 身近な人を忘れて、他人と間違えたりしてしまうことがあります。

対応 無理に否定せず、その人になりきって対応することで、安心して過ごせることができます。

認知症の中核症状(もの忘れ・見当識障害・理解判断力の低下、実行機能の低下)は避けられませんが、声かけや対応の工夫により、行動心理症状(妄想、徘徊、幻覚、暴言や暴力など)の出現を緩やかにすることができます。

周辺症状への対応

①言動が攻撃的になる・怒りっぽくなる

本人 悔しさや不満を言葉にできないことでのいら立ちによるもの

対応 少し距離を置いて、話題を変えたりしながら原因を探り、対処することで落ち着ける場合があります。



②財布を盗られた

本人 自分が無くしたことを忘れ「盗まれた」と思いこんでしまうことがあります。

対応 否定せず、不安な気持ちを共有して一緒に探しましょう。本人に見つけてもらい、一緒に喜ぶことで安心に繋がる場合があります。



③誰かに見られている・狙われている

本人 不安や恐怖を感じています。実際には存在しないものが見えたり、感じたりすることもあります。

対応 周囲の人には理解できなくても、否定せずに、追い払うふりや不安に寄り添う姿勢をとることで不安を和らげます。



生活の中での工夫

- ・大切な予定や連絡先はメモをする
- ・スイッチなどわかるように目印をつける
- ・毎日カレンダーに印をつける
- ・薬カレンダーなどを活用する
- ・身分証明になるものを身に着けておく
- ・お出かけグッズをまとめておく

『認知症の症状に対応したサービス・支援 一覧表』

	自立	軽度認知障害 (MCI)	認知症 (軽度)	認知症 (中等度)	認知症 (重度)
	変化が起き始めるまで (予防)	気づきの時期 日常生活は自立しているが、もの忘れが多くなる (予防と工夫)	発症した時期 誰かの見守りがあれば、日常生活は自立 (予防と工夫、一部支援)	さまざまな症状が現れてくる時期 日常生活に手助けが必要 (支援)	身体の動きが悪くなる時期 常に介護が必要 (全般的に支援)
本人の様子状態など	<ul style="list-style-type: none"> 健康づくりや介護予防に取り組む 社会参加の機会を持つ 年齢問わず、もの忘れ等が気になり始めたら、かかりつけ医や各種窓口にご相談する 	<ul style="list-style-type: none"> もの忘れがみられ、新しいことが覚えにくい (人からも言われ始める) いくつかの作業を同時にすることが難しい、時間がかかる お金の管理や買い物、書類作成などに不安を感じるが日常生活は自立している <p>◆地域の中で生活ができる</p>	<ul style="list-style-type: none"> 財布や鍵など置いた場所を忘れて、約束や予定を忘れることが頻繁にある 同じものを何度も買ってしまふ 買い物や事務、金銭管理等にミスがみられる 着替え・トイレ・入浴など日常生活は自分でできる <p>◆地域の活動に参加したり、つながりを持つことでいきいきと生活ができる</p>	<ul style="list-style-type: none"> 季節に合った服を選ぶことが難しい 自分のいる場所がわからなくなることが増え、帰れなくなることがある 着替えや食事、トイレ等がうまくできない <p>◆身の回りのサポートがあると、安心して生活ができる</p>	<ul style="list-style-type: none"> 家族や人の認識が難しくなる 服の着方や物の使い方がわからなくなったり、トイレなどがうまくできず常に手助けが必要になる 横になり寝ていることが多い <p>◆会話や場面の理解が難しくなるが、周囲のサポートで安心して生活できる</p>
家族の心がまえ対応のポイント	<ul style="list-style-type: none"> 認知症予防に関する取組を実践する かかりつけの病院をもつ 地域行事など社会参加を続ける 今後の暮らし方、金銭管理、最後の迎え方を話し合っておく (ACP ※) 	<ul style="list-style-type: none"> 同じことを聞かれても、きちんと返答し、対応する 自分でできる部分は自分でしてもらい、役割を取り上げない できない部分は、必要に応じてサポートし、状況によってサービス利用を検討する 介護保険などサービスについて学び、本人や家族等と希望を話し合っておく 困ったことがあったら、抱え込まずに早めに相談する 介護者が悩みを話せる仲間を見つける 	<ul style="list-style-type: none"> 症状に合わせて介護サービス等を上手に使い、本人らしい生活を送れるよう調整する 通所系サービスのみでは対応が困難になるため、状況に応じて訪問系や泊まり系サービスなども検討する 介護者のリフレッシュできる時間を確保し、無理をしない 本人の状況を身近な人に伝え、理解者や協力者をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> 本人が安心できる環境づくりを心がける 最後の迎え方について家族間で話し合いをしておく 	

認知症の状態に応じて、地域にある支援や各種サービスがお使いいただけます

予防・地域活動

P.10~

- 特定健診・後期高齢者健診
- 歯科検診
- いきいき教室
- シニアクラブ
- 各種運動教室
- 自主サークル
- ふれあいサロン
- 公民館活動
- ボランティア活動
- シルバー人材センター
- 認知症サポーター
- 認知症カフェ
- 本人ミーティング など

相談

P.12~

- 民生児童委員
- 地域包括支援センター
- 飯田市長寿支援課
- ケアマネジャー など

Aさん

もの忘れが増え、本人もご家族も心配になり、かかりつけ医を受診。認知症疾患医療センターを紹介され、軽度の認知症と診断。早期から治療をはじめ、地域包括支援センターへも相談し、現在は、地域の介護予防教室でできた仲間と楽しく通っており、認知症も大きく進行することなく笑顔で過ごしています。

Bさん

軽度の認知症と診断されてから、家でふさぎこむことが増えてしまったBさん。ケアマネジャーのすすめで、デイサービスに通い始めたら、仲間との将棋や気持ちの落ち着く書道など楽しみが見つかり、現在は、以前のように活気にあふれる毎日を過ごしています。

医療

P.13~

- かかりつけ医
- 認知症相談医
- 認知症サポート医
- 認知症専門医
- 認知症疾患医療センター
- かかりつけの薬局
- 訪問診療・往診
- 訪問看護
- 訪問歯科診療 など

介護

P.14~

- ケアマネジャー
- 訪問系サービス
- 通所系サービス
- 福祉用具貸与、購入・住宅改修 など

生活支援

P.15~

- 民生委員による見守り活動
- 緊急通報システム
- 寝具洗濯乾燥事業
- 独居高齢者配食見守りサービス
- GPS機能付き端末利用補助金事業
- 日常生活自立支援事業
- 成年後見制度 など

住まい

P.14~

- 短期入所介護施設
- サービス付き高齢者向け住宅
- 有料老人ホーム
- グループホーム
- 特別養護老人ホーム など

※ ACPとは？

アドバンス・ケア・プランニングと言われ、自分の意思決定能力が低下した時に備え、事前に医療関係者や家族と話し合い終末期をこう過ごしたいという思いを共有しておくことを指します。人生会議ともいわれ、自分の最後までを自分で決めておくことも大切な備えのひとつです。



予 防 ・ 地 域 活 動

これをすれば、「認知症にならない」といった予防法はありません。

基本的な生活習慣の見直しと改善により、認知症発症のリスクを減らすことが可能です。

また、認知症になってからも、進行を緩やかにすることが期待できます。

【予防】

1 バランスよく食べる



認知症予防のための特別な食事はありません。1日3食バランスよく食事をとることで、生活習慣病対策にもなり、脳卒中などの脳の病気を予防できます。

2 こまめに体を動かす



体を動かすことが、全身の血流を保ち、血管の老化を防ぐため認知症予防になります。軽く汗をかく程度の運動を習慣としましょう。

3 外へ出る機会をもつ



外出が減ると、人との交流や会話が減り、気持ちの落ち込みやうつ傾向に陥りやすくなります。定期的に出かける機会をもちましょう。

4 年に1回健康診断を受ける



認知症は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病との関連があります。年に1回は健康診断を受け、生活習慣を見直してみましょう。認知症の早期発見のため、脳の機能チェックをしている病院もあります。

特定健診・後期高齢者健診・歯科検診

認知症の原因となる生活習慣病予防をはじめとした健康づくりを行います。

【問い合わせ先】保健課 健康推進係（内線 5514）または、地区自治振興センター保健師

【認知症予防につながる地域活動など】

介護予防のための教室（いきいき教室等）

地区の公民館、集会所等で運動、レクリエーション、音楽、工作などを行い介護予防の教室などを行います。

【問い合わせ先】保健課 保健指導係（内線 5534）または、地区自治振興センター保健師

シニアクラブ

健康づくり、友愛活動、親睦活動などを行います。

【問い合わせ先】長寿支援課 長寿支援係（内線 5754）

- その他、ふれあいサロン、公民館活動やボランティア活動、自主サークルなどへの参加も認知症予防につながります。

認知症カフェ

認知症の人やその家族が地域の人や支援者などと参加できる集いの場です。介護や福祉の専門家に気軽に相談ができるほか、茶話会などを通してお互いを理解しあえる場です。

- ほっとカフェわたの実 (おめでとうサロン／橋北)
- オレンジカフェあぐり (あぐりかなえ／鼎)
- つどいカフェあかり (かなえ地域包括支援センター／鼎)
- ゆうゆうカフェ (老人介護保険施設ゆうゆう／上郷)
- ゆいの会オレンジカフェ (おひさまカフェ／龍江)

【問い合わせ先】 飯田市長寿支援課(内線 5755) カフェの開催箇所は、令和8年3月現在です

シルバー人材センター

会員への軽易な仕事の提供を行っています。

また、依頼により、屋内外の清掃等生活に関する仕事を安価で行っています。

【問い合わせ先】 飯田広域シルバー人材センター ☎0265-22-8690

若年性認知症「本人ミーティング南信州」

若年性認知症の方を対象に、ご本人家族が集まり、交流を通して本人たちのやりたいこと、今後について話しあう場です。本人、家族それぞれに分かれてお互いの思いを話し合います。

【問い合わせ先】 飯田市長寿支援課(内線 5755)

一足先に認知症になった本人とご家族より

認知症になっても地域活動を続けています 【本人・家族の声】

～認知症カフェ～



本人

- ・いろんなことを忘れてしまうけど、ここにきて話して笑い合えることが新鮮でいい。
- ・家にいるだけではだめだと思うから、来られるうちは来たい

- ・家族を介護してきた方の経験を聞いて励まされるし、介護と関係のない話で笑い合える場はありがたい。
- ・認知症も隠す時代じゃなくなってきた、もっとカフェが広まると思う。



家族

～若年性認知症本人ミーティング～

- ・自分のことを同じ立場で話せる場があって嬉しい。
- ・やりたいことを尊重してくれる

本人



- ・悩みを話せると、息抜きになる
- ・本人が他の人と楽しく過ごせる場があって嬉しい



家族

- 認知症になったからと言って、これまでの生活が全てできなくなるわけではありません。その人らしく生活できることが大切です。

相 談

認知症について気になったら、ご本人やご家族だけで抱え込まず、まずはご相談ください。

【地域包括支援センター】 高齢者の福祉・保健・医療に関する総合相談窓口です。

センター名	所在地	電話番号	担当地区
いいだ地域包括支援センター	銀座3丁目7 銀座堀端ビル2階	0265-56-1595	橋北・橋南・羽場 丸山・東野
かなえ地域包括支援センター	鼎西鼎620-1 アビタシオン水の手B	0265-53-9411	鼎
いがら地域包括支援センター	三日市場406-31	0265-28-2361	伊賀良・山本
まつお地域包括支援センター	松尾代田610 飯田短期大学 旧学生寮内	0265-48-6601	松尾・下久堅 上久堅
かわじ地域包括支援センター	川路3467-2	0265-27-6052	千代・龍江・竜丘 川路・三穂
かみさと地域包括支援センター	上郷黒田317-1	0265-48-5501	座光寺・上郷
南信濃地域包括支援センター	南信濃和田1550	0260-34-1066	上村・南信濃

【行政窓口】

認知症地域支援推進員が認知症の相談をお受けします。

名称	所在地	電話番号
飯田市役所 長寿支援課	大久保町2534	0265-22-4511 (内5755)

地区担当保健師が病気や健康管理について相談をお受けします。

名称	所在地	電話番号
飯田市役所 保健課保健師	飯田市保健センター 各自治振興センター	0265-22-4511 (内5534) または、各自治振興センター

【認知症の人と家族の会】

認知症介護の経験者が介護の悩みや不安について、経験に基づいた助言をします。

名称	所在地	電話番号
わたの実会	東栄町3180-1	0265-53-3182 (飯田市社会福祉協議会内)

【電話相談】

名称	受付時間	電話番号
認知症コールセンター	午後1時～午後8時(月・水・金)	0268-23-7830
若年性認知症コールセンター (国の事業)	午前10時～午後3時(月～火・木～土) 午前10時～午後3時(水) ※年末、祝日を除く	0800-100-2707 (通話料無料)
若年性認知症電話相談 (長野県)	午後1時～午後3時(月～金) ※年末年始除く	0268-23-7830

【かかりつけ医】

まずは、かかりつけ医にご相談ください。また、「認知症相談医」「認知症サポート医」の研修を受け、認定された医師に相談することもおすすめです。

詳しくは、長野県の「ホームページをご確認ください。

「認知症相談医」

県が実施する「かかりつけ医認知症対応向上研修」を受け、かかりつけ医として日頃から受診患者等の認知症について早期に気づき、必要な相談や支援を行ったり、認知症の人の日常的な身体疾患の対応や健康管理を行ったり等、状況に応じて相談や対応ができる医師です。

「認知症サポート医」

国が指定する研修を受け、早期から必要な医療や介護につながるような認知症相談医から相談を受けたり、関係機関との連携の推進役となる医師です。

【認知症専門医療機関】

飯田医師会により作成された認知症地域連携パスの専門病院となっており、認知症の詳しい検査・詳細な診断等が行える医療機関です。

名称	所在地	電話番号
飯田病院	大通1丁目15	0265-22-5150
飯田市立病院	八幡町438	0265-21-1255
健和会病院	鼎中平1936	0265-23-3115
瀬口脳神経外科病院	上郷黒田218-2	0265-24-6655

【認知症疾患医療センター】

長野県から委託を受け、地域での認知症疾患の診療の拠点として、専門医療相談、鑑別診断と認知症に伴う行動及び心理状態への初期対応、合併症への対応を行う医療機関です。

外来は、完全予約制です。

名称	所在地	電話番号
飯田病院認知症疾患医療センター	大通1丁目15	0265-22-3157

●医療機関にかかっていない方

上記の番号に電話してください。(平日午前9時～午後5時)

担当者が、症状・生活の様子・病歴等を伺い診察予定日をお伝えします。

●かかりつけ医のある方

かかりつけ医に心配な症状についてご相談ください。

医療機関から飯田病院医療連携課に診療情報提供書をFAXしていただくと、受診の案内をいたします。

介 護

飯田市役所

長野県飯田市大久保町 2534 ☎0265-22-4511

【総合事業・介護保険のサービス】 訪問・通所・泊まり、訪問・通所・泊まり

【問い合わせ先】 長寿支援課 総合事業:基幹包括支援センター係(内線 5758) **総**

介護保険:介護保険係(内線 5761・5762) **介**

ケアマネジャー

介護が必要な方の状態に応じて、介護保険サービス等の利用を支援します。

介

通所介護

◆通所介護(デイサービス)、通所リハビリテーション(デイケア)

デイサービスセンターなどに通い、食事や入浴介助、日常生活動作訓練など行います。

◆認知症対応型通所介護

認知症の方を対象に専門的なケアを提供するデイサービスです。

総

介

訪問介護

ホームヘルパーが自宅を訪問し、入浴や排泄等の身体介助、調理などの生活支援を行います。

総 介

訪問入浴介護

移動入浴車が自宅を訪問し、入浴介護を行います。

介

訪問看護

看護師などが訪問し、医師の指示のもと療養上の支援や医療処置を行います。

介

訪問リハビリテーション

理学療法士、作業療法士等が自宅を訪問し、医師の指示のもと、リハビリを行います。

介

福祉用具貸与、購入・住宅改修

車椅子、ベッドなどのレンタル、ポータブルトイレ等の購入、手すりの取り付け、段差解消などの費用を補助します

介

住 ま い

短期入所生活介護・療養介護(ショートステイ)

短期間施設に入所した方に、介護や機能訓練などのサービスを行います。

小規模多機能型居宅介護

通いを中心に泊りなどを組み合わせて、一体的なサービスを提供します。

施設介護

◆特別養護老人ホーム・地域密着型特別養護老人ホーム

在宅生活が困難な常時介護が必要な方(原則、要介護3以上)が利用できます。

◆介護老人保健施設

病状が安定している方がリハビリや介護を受ける施設です。(原則、要介護1以上)入所期間が決められています。

◆認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症の方が少人数で共同生活する入所施設です。(要支援2以上)

生活支援

【見守り・安否確認・生活支援】

緊急通報システム

緊急時ボタンを押すと、登録した協力員に通報できる装置を取り付けます。

寝具洗濯乾燥事業

要介護度3以上の方の敷布団を洗濯、乾燥します。

【問い合わせ先】 長寿支援課 長寿支援係（内線 5752・5754）



認知症サポーター

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする役割を担っています。飯田市では「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

高齢者安心おかえりカルテ

高齢者が、自宅に安心して帰れるように、情報を共有し、警察に通報しやすい状況にします。

GPS 機能付端末利用補助事業

新規に GPS 機能付端末を利用開始した介護者へ初期費用の一部を補助します。

独居高齢者世帯配食見守りサービス

調理に困難を感じている高齢者に食事を届け、合わせて安否確認をします。

【問い合わせ先】 長寿支援課 基幹包括支援センター係（内線 5758・5755）

【権利を守る】

日常生活自立支援事業

認知症などで判断力が不十分な方を対象に、本人との契約に基づき日常的な金銭管理や福祉サービスの利用援助などの支援を行います。

【問い合わせ先】

社会福祉協議会 地域福祉課

☎0265-53-3187

成年後見制度

認知症などで、ひとりで決めることに不安や心配のある方が様々な契約や手続きをする際にお手伝いする制度です。

【問い合わせ】

成年後見支援センター

☎0265-53-3187

【家族の支援】

介護者疲労回復事業

要介護3以上の方の介護者へ、はり・灸・マッサージの助成券、または入浴券を支給します。

【問い合わせ先】

長寿支援課 長寿支援係

（内線 5752・5754）

認知症介護者のつどい

認知症介護者同志の交流や情報交換を身近な公民館等で行います。

【問い合わせ先】

長寿支援課 基幹包括支援センター係

（内線 5758・5755）

【その他】

消費者トラブル

悪質商法などの消費者トラブルに対応するため、法律に基づき交渉方法の助言や仲介などを行い、問題解決の為のお手伝いをします。

【問い合わせ先】 飯田市消費生活センター ☎0265-22-4530

運転免許の自主返納について

高齢者の運転免許証を自主返納された方、更新せずに運転免許証の効力を失った方は、「運転経歴証明書」の交付を受けることができ、身分証明書として利用できます。

認知症の方の車の運転に困られている方、本人がどうしても運転をやめられない場合の相談も受け付けます。

【問い合わせ先】 飯田警察署 免許係 ☎0265-22-0110







飯田市域公共交通運転免許自主返納者支援制度

運転免許証を自主返納された方に対し、バス・乗合タクシーのいずれか一種類の回数券（3900円分券）を1回限り交付します。

【問い合わせ先】 リニア推進課 公共交通係（内線 3313）

認知症についてもっと知りたい

認知症についての知識や対応方法など、さらに詳しく知りたい方はこちらをご覧ください。

<p>● もし、家族や自分が認知症になったら 知っておきたい認知症のキホン (政府広報オンライン)</p> <p>認知症に関する基本的な情報をまとめた Web サイトです。</p> 	<p>● もしも 気になるようでしたらお読みください</p> <p>生活の中で、なんとなく違和感を覚えている方やご家族に向けたヒントとなる情報をまとめた冊子です。</p> 
<p>● 認知症介護情報ネットワーク (認知症介護研究・研修センター)</p> <p>認知症介護に関する基礎知識と事例からその人らしさの支援について動画等で情報が得られます。</p> 	<p>● 本人にとってのよりよい暮らしガイド</p> <p>認知症の診断を受けたご本人が次の一歩を踏み出すことを後押しするような、本人に向けたガイドです。</p> 
<p>● あたまとからだを元気にする MCI ハンドブック</p> <p>軽度認知障害 (MCI) について、ご本人とご家族に向けた正しい情報をお伝える冊子です。</p> 	<p>● 若年性認知症ハンドブック</p> <p>若年性認知症と診断されたご本人と家族が知っておきたい情報をまとめたハンドブックです。</p> 

ご利用ください 「もの忘れ相談票」

認知症は早期に診断し、適切な対応をすることで、その後の経過や生活が変わってきます。
手軽にチェックができる「もの忘れ相談票」をご利用ください。
市内の医療機関、地域包括支援センター、各自治振興センター、
長寿支援課窓口に設置されています。
飯田市のホームページからもダウンロードできます。



もの忘れチェック

もの忘れが気になったら、以下の質問に答えてみましょう。
質問が当てはまる場合には、○をしてみましょう。



直前の出来事や話したことを忘れる	夜中に歩き回ったり騒いだりする
元気がない、興味や関心を示さなくなった	物の置忘れやしまい忘れが目立つ
鍋を焦がすなど火の不始末が心配になった	身なりを気にしなくなった
同じものを何度も買って来る	料理を作らなくなった
お金の管理が心配になった	薬の飲み忘れが多くなった
トイレの失敗が増えた	財布や通帳を盗まれたと言う
些細なことで怒ったり不安を抱くようになった	自分で電話をかけることが難しい
見えないものが見えたり聞こえたりすると言う	

当てはまる項目がある場合には、
地域包括支援センターへご相談ください。



編集発行 : 飯田市役所長寿支援課
〒395-8501 長野県飯田市大久保町 2534
TEL:0265-22-4511

作成協力 : 飯田病院認知症疾患医療センター
飯田市地域包括支援センター

