

自分でできる認知症の気づきチェックリスト

日々の暮らしの中で、「最近もの忘れが多いなあ」「もしかして認知症かも?」と気になり始めたら、自分でチェックをしてみましょう。(※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か 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 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か 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック③	周りの人から「いつも同じことを聞く」などのもの忘れがあるとされますか 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 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か 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 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か 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 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 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

※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。

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、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。

もしも20点以上であった場合、お近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

また、20点以下だった方も、次のページを参考に認知症の予防に取り組みましょう!

➔ 医療機関情報については40~41ページへ ➔ 認知症の相談窓口については16ページへ

1

認知症とは？

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、認知機能（記憶する、言葉を使用する、情報を分析する、問題を解決する等の機能）が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態（6か月以上継続するもの）をいいます。

認知症ともの忘れの違いとは？

認知症の症状である記憶障害と、加齢による「もの忘れ」は区別が難しいものです。認知症による記憶障害は、体験したこと全体を忘れてしまいます。一方、体験したことは覚えていても、部分的に思い出せないことがあるような場合は、加齢による（年齢相応の）もの忘れとされています。



加齢によるもの忘れ

記憶の流れ

加齢によるもの忘れは、**記憶の一部**を忘れてしまいますが、記憶の帯はつながっています。

例

- 目の前の人の名前が思い出せない
- 物の置き場所を思い出せないことがある
- 何を食べたか思い出せない
- 約束をすっかり忘れてしまった
- もの覚えが悪くなったように感じる
- 曜日や日付を間違えることがある

認知症によるもの忘れ

記憶の流れ



認知症によるもの忘れは、**体験の全部**を忘れてしまい、記憶が抜け落ちます。

例

- 目の前の人が誰なのかわからない
- 置き忘れ、紛失が頻繁にある
- 食べたこと自体を忘れている
- 約束したこと自体を忘れている
- 数分前の記憶が残らない
- 月や季節を間違えることがある

認知症の症状について

認知症の症状は、「中核症状」と「行動・心理症状」の2つに大きく分かれています。

中核症状とは

脳の細胞が壊れることによって働きが悪くなった結果、直接起こる症状です。もの忘れ等の記憶障害や、時間や場所が分からなくなるといった見当識障害、理解・判断力の低下、段取りが立てられないといった実行機能障害など、すべての認知症の人に共通する症状です。

行動・心理症状 (BPSD※)とは

行動・心理症状は、認知症の人の何らかの身体不調や、不適切な介護や環境、介護者の介護ストレスなど様々な原因が複雑に絡み合うことで、本人の不安や心身のストレスがたまり起こる症状です。その原因を取り除くことで症状を緩和できることがあります。

※BPSDとは、行動・心理症状を英語で表した言葉です。

中核症状

治療やケアによって症状の進行を緩やかにすることが可能です。

記憶障害

新しいことが覚えられない
覚えていたはずの記憶が
思い出せない

見当識障害

時間や季節の感覚が薄れる
場所がわからなくなる
人間関係がわからなくなる

理解・判断力の障害

考えることが難しくなる
理解・判断ができなくなる

実行機能障害

段取りを立てて行動できない

【心が不安定】

- 不安
- 孤独
- 焦り
- 屈辱
- 寂しさ
- 失望
- 自信の喪失

【体調不良】

- 脱水
- 発熱
- 便秘
- 栄養不良
- 不眠
- 運動不足
- 不適切な薬の使用
- 持病の悪化

【暮らし方・環境にストレス】

- 不安
- 孤独
- 焦り
- 屈辱
- 寂しさ
- 失望
- 自信の喪失

【不適切な対応】

- 失敗を責める
- 頭ごなしに怒鳴る
- プライドを傷つける言葉をいう
- 記憶を要求する
- 役割を取り上げる

行動・心理症状 (BPSD※)

認知症の人が感じている身体の不調や精神的なストレスを取り除くことで症状を緩和できることがあります。

暴言・暴力

イライラして大声をあげたり、暴力をふるう

幻覚

実際には存在しないものを見たり聞いたり感じたりする

うつ状態・不安

興味・関心が低下する
気がかりなことがあって、
気持ちが落ち着かない

妄想

現実にはないことを思い込む

睡眠障害

昼夜逆転、睡眠リズムが
乱れる

徘徊

外に出かけて道に迷う

介護拒否

入浴や着替えなどの意味が
わからず嫌がる

主な認知症の種類と特徴

認知症は、脳の病気等によって引き起こされ、その原因によって大きく4つのタイプに分けられます。

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。脳の細胞が少しずつ壊れ、脳全体が徐々に縮んでいくことで起こる認知症です。

特徴

- ▶ もの忘れ(記憶障害)から始まり、徐々に進行します。
- ▶ 判断をすることが難しくなります。
- ▶ 時間・場所・人物など認識ができなくなります。
- ▶ 事実とは異なることを話すことがあります。

脳血管性認知症



脳の血管が詰まる・破れるなど、その部分の脳細胞が壊れてしまうことで起こる認知症です。

特徴

- ▶ 脳卒中等で脳の血管が詰まる・破れることを繰り返すたびに段階的に進行します。
- ▶ 気分が落ち込んだり意欲低下がみられやすいです。
- ▶ 人格や判断力は保たれていることが多いです。

レビー小体型認知症



脳に特殊なたんぱく質が溜まりレビー小体が現れることで、脳の後頭葉の血流が低下して起こる認知症です。

特徴

- ▶ 実際には存在しない人や小動物が見えるなどの幻視が現れます。
- ▶ 手足の震えや、姿勢が前傾になり動作や歩行がぎこちなくなるパーキンソン症状が現れます。
- ▶ 日や時間により、症状の変動が大きいです。

前頭側頭型認知症



脳細胞が少しずつ壊れていき、中でも、前頭葉と側頭葉が目立って縮むことで起こる認知症です。

特徴

- ▶ 行動に抑制が効かなくなり、万引きや交通違反など社会的ルールが守れないことが増えます。
- ▶ 周囲への配慮を欠いた行動をとることがあります。
- ▶ 同じ行為を繰り返します。
- ▶ 性格が変わったように感じます。
- ▶ 厚生労働省から、「指定難病」に認定されています。

早期発見・治療で治せる認知症について

次の疾患等により引き起こされる認知症については、早期に治療をしたり原因を取り除くことで治る場合がありますので、早期発見・治療をするためにも早めに受診しましょう。

- 「正常圧水頭症」「慢性硬膜下血腫」「脳腫瘍」「甲状腺機能低下症」などの疾患により起こる認知症
- 不適切な薬の使用によって起こる認知症
- アルコールの多量摂取によって起こる認知症

若年性認知症の人を支える

「若年性認知症」とは、65歳未満で発症する認知症をいいます。ご本人や配偶者が働き盛りであったり、子育て年齢とも重なることから、経済的な負担や介護負担、心理的影響が大きいと言われていています。また、発症年齢が若いと、認知症が原因で起こっている仕事のトラブルやうつ状態を、ストレスや年齢のためと感じて見過ごしてしまったり、他の病気と勘違いしてしまうことがあります。

若年性認知症に気付くきっかけ

仕事でミスが目立つ

簡単な計算ができなくなる



やる気がしない

料理の手順がわからない

若年性認知症の人は、高齢期の認知症とは異なる課題を抱えることになるため、独自の支援が必要となります。以下のような支援事業や制度を上手に活用しましょう。

《相談窓口》草加市在宅福祉センターきくの里 認知症総合支援センター

認知症コーディネーターが、認知症の人やその家族・関係機関の相談に応じます。そのほか、認知症サポーターの養成と活動の促進、認知症予防教室やオレンジカフェ等の開催など、認知症に関する総合的な支援を行います。

受付時間

月～金 午前9時～午後5時(年末年始・祝日は休み)

電話:048-929-3611 / FAX:048-929-3612

住所:草加市谷塚上町704-3

《相談窓口》埼玉県若年性認知症サポートセンター

埼玉県では、若年性認知症支援コーディネーターを配置し、若年性認知症のご本人やご家族のほか、医療機関や地域包括支援センター、職場、企業などからの相談を受け付けます。

必要に応じて、職場や福祉サービス事業所等と連携し、就労継続や居場所づくりを働きかけるなど、本人が自分らしい生活を継続できるよう総合的なコーディネートを行います。

受付時間

月～金 午前9時～午後4時(年末年始・祝日は休み)

電話:048-814-1212 / FAX:048-814-1211 (FAXは随時受付)

※電話相談だけでなく、メールやFAX、来所や訪問による相談にも応じています。

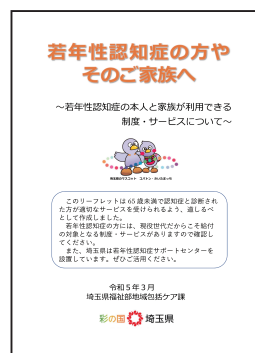
《支援制度》若年性認知症の人が利用できる主な制度

- ①障害年金(基礎・厚生・共済) ②精神障害者保健福祉手帳 ③自立支援医療
④介護保険制度 ⑤成年後見制度

※①:ご加入の窓口にお問い合わせください ②～⑤:26～29ページを参照

①～⑤のほか、若年性認知症と診断された人が利用できるサービスについて、詳しく記載されています。是非ご活用ください。

リーフレットは埼玉県のホームページからダウンロードが可能です。

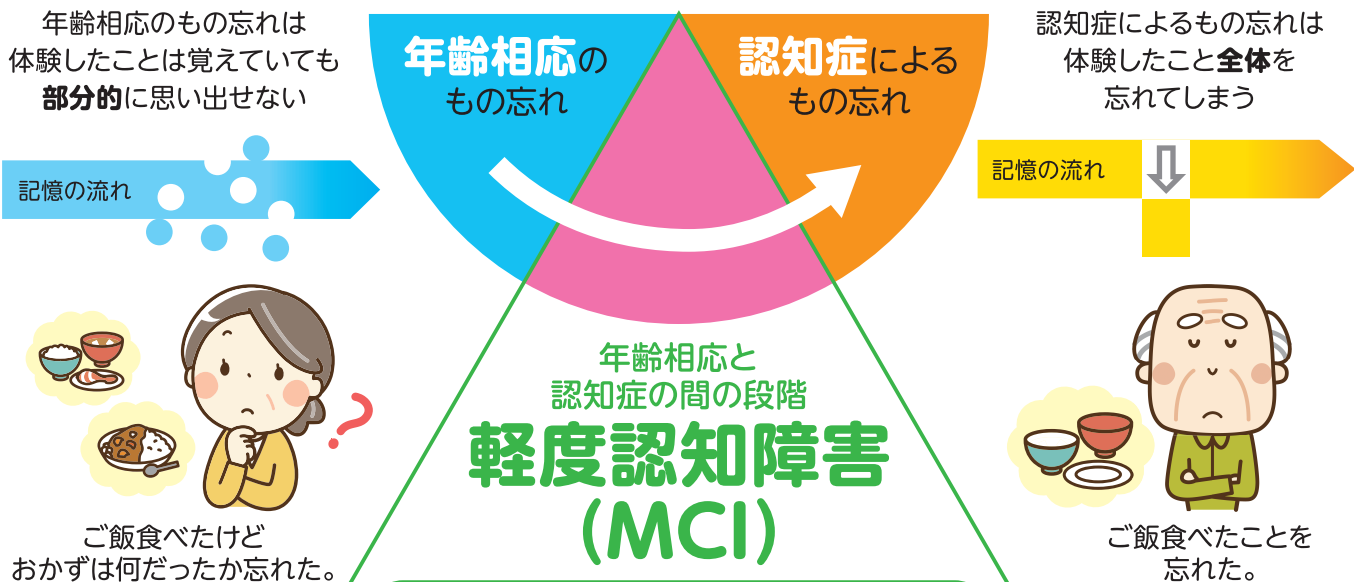


軽度認知障害(MCI)ってなに？

年齢相応の「もの忘れ」と認知症による「もの忘れ」の間！

年齢相応の「もの忘れ」と、認知症の症状である「もの忘れ」は別物です。そして認知機能が低下していく際、その間にあるのが、軽度認知障害(MCI)です。

認知機能の低下の流れ



軽度認知障害(MCI)の主な症状



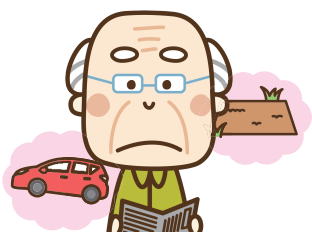
置き忘れやしまい忘れなどで、探し物をするが増えた



日付や曜日を間違えたり、慣れた道で迷いそうになった



おしゃれや清潔感など、身だしなみに無頓着になった



興味が薄れ意欲がなくなり、趣味活動を止めてしまった

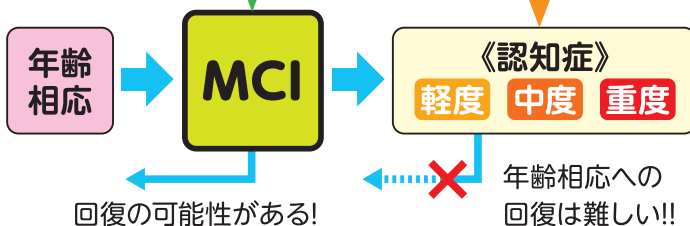
軽度認知障害(MCI)の段階であれば、生活習慣の改善で認知機能の回復や維持が期待できます！

軽度認知障害(MCI)の段階は、もの忘れ等の症状があるものの日常生活には支障がなく、認知症の診断基準に当てはまらない状態のことを言います。

しかし、軽度認知障害(MCI)と診断された方の約半数が、5年以内に認知症に移行することがわかっています。早い段階で発見し対応できれば認知機能の改善がみられたり、認知症の発症を遅らせる効果もあると言われています。

認知症になる前の発見が認知症予防のポイント！

認知症の症状が出てから診断されることが多い！



MCIの発見・対処が早ければ早いほど認知機能の回復や維持に効果的と言われています！

2

認知症を予防するためには？

認知症の発症には、「高血圧症」「糖尿病」「脂質異常症」などの生活習慣病や病気が深く関係していると言われています。そのため、生活習慣病を予防したり、また、脳に刺激を与える活動的な生活を心がけることが大切です。

認知機能の低下は、10～20年かけて少しずつ進行するとも言われています。「まだ先の話」と思わず、毎日の生活の中でできることから始めてみましょう！

認知症になりやすい生活の例

- 運動をあまりしない
- 活字を読まない
- 栄養の偏った食生活をしている
- 趣味など、熱中できるものがない
- 家に閉じこもりがちで、あまり外出をしない

など



認知症を予防する生活の例

1 運動(身体活動)

- 掃除や洗濯、買い物など、日常生活で積極的に身体を動かしましょう。
- ウォーキングやジョギング、水泳などの自分のペースで行う運動習慣を持ちましょう。
- ウォーキングの際に、「しりとり」や「引き算(例えばある数からずっと3を引いていく)」をしたり、頭の中で川柳を詠むなど頭を使いながら運動をするとさらに効果が上がります。

※周囲の状況に注意しながら行いましょう。



2 食事(栄養)

- 食塩の取りすぎに注意し、生活習慣病を予防する食生活を心掛けましょう。
- 認知症の予防に有効と言われる青魚、野菜や果物を積極的に取りながらいろいろな食材をバランスよく食べることが大切です。
- 噛むことで脳細胞が活性化されるので、ゆっくりよくかんで食べましょう。



3 社会参加・生活を楽しむ

- 買い物などちょっとした外出も立派な社会参加です。
- 自主的な住民活動やボランティア活動・趣味の集まりなど、楽しめる「通いの場」に参加するとさらに認知症の予防に繋がります。
- 本を読んだり、趣味や生きがいを持つことは脳と心の刺激になります。認知症の予防だけではなく心身の健康に繋がります。



4 そのほかにも

- 禁煙・節酒をしましょう。
- 30分程度の昼寝をして脳を休めましょう。
- 耳の聞こえが悪くなったら耳鼻科を、目が見えにくくなったら眼科を受診し、耳と目を良い状態に保ちましょう。
- 歯磨きなど、口の中のケアをしっかり行いましょう。歯や義歯などの調子が良くないときは歯科医を受診しましょう。歯と口を良い状態に保ちましょう。



体操教室や集いの場等の情報については22～23ページへ

3

認知症の人の思い

認知症の方は様々な不安や辛さを感じています。認知症の人の思いに寄り添い接することが大切です。

認知症になると、どの様に感じるのでしょうか。

不安を感じたりすることがあります

もの忘れが増える事で「何かこれまでと違う。何かおかしい」という自分に気付いているかもしれません。失敗することが増えると不安を感じることがあります。



何故、置いた場所を忘れる様になったのかしら。

料理が作れなくなった私は、家族に迷惑をかけているのかしら。

気分が沈んで意欲がなくなることがあります

それまで出来ていたことが出来なくなり、失敗することが増えると、気分が沈んだり、意欲がなくなり、うつ状態になることもあります。

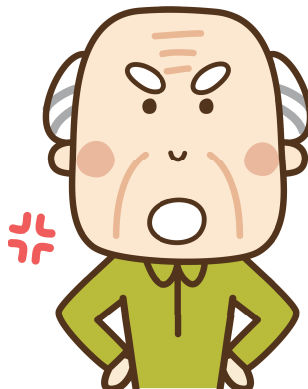


忘れっぽくなったので、カラオケクラブには行けないわ。

道に迷ったらまた家族に迷惑をかけてしまう。外にも行けないな。

怒りっぽくなることもあります

自分が失敗した時に、どうしていいかわからず、混乱したり、イライラしたり、不機嫌になったりすることがあります。



ついつい、大きな声を出してしまう。手が出ることもあるんだ。

4

認知症の人のご家族の気持ち

認知症の人を支えるご家族にとっては、戸惑いや混乱、時には怒りを感じることもあり、精神的な負担を抱えながら支援している方も多くいらっしゃるかと思います。介護者の心理ステップは、すべての介護者の方にあてはまるものではありませんが、このステップを行ったり来たりしながら、最終的には、認知症を受容し、自分の心の持ち方を見出し、前向きに介護が行えるまでの過程として現したものです。ご家族の心理状態の過程を理解することが、認知症の方を支えることにつながります。

介護者の心理ステップ

第1 STEP | とまどい・拒否

言動にとまどい、否定しようとする。他の家族にも打ち明けられず、一人で悩む時期。



毎日、何度も同じことを聞くのは何故なのかしら？

第2 STEP | 混乱・怒り・拒絶

認知症の理解の不十分さからどう対応すれば良いかわからず混乱し、精神的、身体的にも疲れ果てる時期。医療、介護サービスを利用し、認知症への理解が進み症状への対応方法もわかってきます。



さっき言ったのに、なんで分からないのかな。説明したはずなのに。

1人で出掛けないでと言っているのに、どうして勝手に出掛けてしまうのかしら。

第3 STEP | 割り切り

怒ったり、イライラしても逆効果と思いはじめ、割り切れるようになる時期。様々な情報や経験によって次第に認知症介護に精通してきます。落ち着いた対応が必要です。



もの忘れがあるから、何度も聞いてくるのは、仕方ないのかしら。

怒るとつかれるのよね。自分の体も大切にしないと。

第4 STEP | 受容

認知症に対する理解が深まり、認知症の人の心理や行動を受け止めることが出来るようになる時期。あるがままを受け入れられるようになる時期。



本人にも出来ることがあるわね。ゆっくり一緒に出来ることをしてみよう。

5

認知症の進行と主な症状

認知症の進行

本人の様子为例

家族の心構えと対応

初期

認知症の進行例

正常

軽度認知障害 (MCI)

認知症疑い

認知症を有す
日常生活は

軽度認知障害 (MCI) が進むと、5年前後で、約半数が認知症になると言われています。

- 物の忘れが増えてくるが、ヒントがあれば思い出せる。(約束していたことや、食事の内容など)
- 金銭管理や買い物、書類作成等を含め日常生活は自立している。



- 地域行事や、ボランティア等、社会参加するように働きかけましょう。
- 家庭内での役割を持ってもらい、継続出来るようにしましょう。
- 『いつもと様子が違う…』など気になる事があれば、早めにかかりつけ医や、地域包括支援センターに相談しましょう。

会話と気持ち

- ささいなことで、怒りっぽくなる。
- 新しい事がなかなか覚えられない。
- 言葉が出にくく、会話の中に「あれ」「これ」などの代名詞が増える。
- 同じことを何回も聞くようになる。
- 不安や焦りが多くなる。
- 好きだったことに興味を持たなくなる。

身だしなみ

- 着替えや身だしなみ、入浴などを面倒くさがってやらなくなる。

買い物

- 小銭での支払いが難しくなる。

その他

- 電気や水道、ガスの消し忘れが多くなる。
- 置き忘れ・紛失が多くなる。
- 慣れた作業でもミスが目立つようになる。

- どの部分ができ、どの部分ができないのかを見極め、できない部分を失敗しないように手助けしましょう。
- 昔の経験をもとに、できることを大切にしましょう。
- 認知症についての理解を深めましょう。
- 間違いは指摘しないようにしましょう。
- 行動を急がせないようにしましょう。
- 抱え込まず、親族等の身近な人や、地域包括支援センターなどへ相談しましょう。

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。家族や周囲が、認知症を理解し、進行に合わせて対応していく事が大切です。 ※症状の現れ方には個人差があります。

中期

後期

(右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態)

るが
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

会話と気持ち

- 物の忘れをしている自覚がない。
- 物を盗まれたとよく言う。
- すぐに興奮し、大声を上げる。
- 自分の年齢を若く言う。

身だしなみ

- ボタンのかけ違いやかけ忘れ等、着替えが上手いかなくなる。

買い物

- 外出先から1人で戻れなくなる。
- 買い物で同じものばかり買ってくる。

その他

- 時間や日にちだけでなく、季節がわからなくなる。
- 道に迷うことが多くなる。
- 食事をしたことなど、体験したこと自体をすぐに忘れる。
- 薬やお金の管理ができなくなる。

- 火の始末や、道に迷うなど、思いがけない事故に備えての安全対策をしましょう。
- 介護保険サービスなどを上手に利用しましょう。
- 衣類や持ち物に連絡先を記入しましょう。
- 強い口調で怒らないようにしましょう。
- 介護者のつどいに参加したり、相談をしたりし、介護者自身が抱え込まず健康管理に気をつけましょう。

会話と気持ち

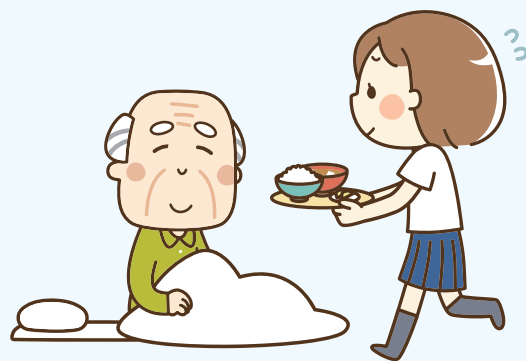
- 表情が乏しい。
- 会話が成立しなくなり、意思疎通が難しい。
- 親しい人や家族を認識できなくなる。

身だしなみ

- 一人で着替えができない。
- 尿や便の失禁が増える。

その他

- 飲み込みが悪くなり、食事に介助が必要。
- 食べられないものを口に運ぶ(異食)。



- 表情などのサインを大切にしましょう。
- 食べようとするものを力づくで奪わないようにしましょう。
- 急に体調を崩しやすくなります。肺炎などの合併症を起こしやすくなることを理解しておきましょう。
- 医療や介護の専門家等に相談し、どのような最期を迎えたいか、家族間でよく話し合っておきましょう。

6

認知症ケアパス

認知症は、進行度合いによって必要となる
 状の状態に合わせた適切なサービス提供

右に行くほど発症から時間が経

認知症の進行		初期	
		認知症疑い	認知症を有するが日常生活は自立
相談 (P16)	初期から終末期までの相談	<ul style="list-style-type: none"> ・長寿支援課 ・地域介護課 地域支援室 ・地域包括支援センター ・認知症初期 	
医療 (P14~15, 40~41)	早期対応	<ul style="list-style-type: none"> ・脳の健康度チェック(認知症検診) ・特定健診(国民健康保険加入者40~74歳) ・後期高齢者健診(後期高齢者医療保険加入者) 	
	相談・検査 診断・治療	<ul style="list-style-type: none"> ・自立支援医療制度(精神通院医療) ・精神障害者保健福祉手帳(若年性認知症など) ・もの忘れ相談 ・健康・栄養に関する相談 ・専門外来 ・認知症疾患医療センター 	
介護予防 ・悪化防止 (P22~23)	介護予防・認知症予防・健康づくり	各種教室	
	集いの場 ・他者との交流	<ul style="list-style-type: none"> ・公民館 ・であいの森/ふれあいの里 ・平成塾 ・すこやかクラブ(老人クラブ) ・ふれあい、いきいきサロン ・ふれあい会食 ・おしゃべりボランティア 〈介護予防・生活支援サービス〉通所型サービス 	
生活支援 (P24~26)	日常生活のお手伝い	<ul style="list-style-type: none"> ・ちよこっと手助けサービス(シルバー人材センター) ・配食サービス(草加市・民間宅配業者) 〈介護予防・生活支援サービス〉訪問型サービス 	
	見守り 安否確認	<ul style="list-style-type: none"> ・草加市高齢者地域見守りネットワーク ・民生委員による見守り(民生委員は各地区に配置されています) 	
	金銭管理権利を守る	<ul style="list-style-type: none"> ・あんしんサポートねっと ・消費生 	
家族 ・介護者支援 (P25~26, 30~34)	家族・介護者支援	<ul style="list-style-type: none"> ・介 	
介護保険サービス (P28~29)	在宅サービス	<ul style="list-style-type: none"> ・訪問サ 	
	施設サービス		

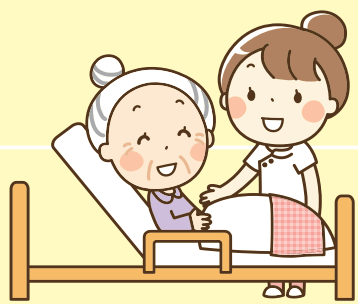
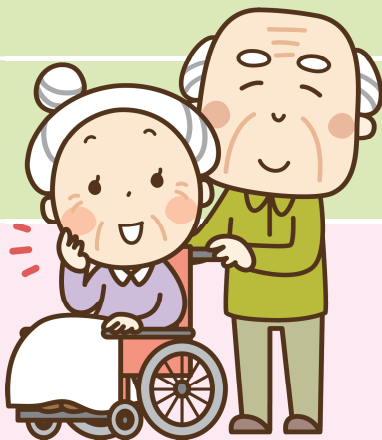
認知症について知っておきたい基礎知識

認知症かなと思ったら

認知症の人や家族を支えるしくみ

支援が変わります。認知症ケアパスとは、認知症の予防から、認知症を発症したあとの症の流れ(いつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいか)を示したものです。

過し認知症が進行している状態

中期	後期	
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
集中支援チーム ・認知症相談員(認知症地域支援推進員) ・コールセンター等の電話相談 ・介護支援専門員(ケアマネジャー)		
		 <p data-bbox="502 963 1460 1008">・重度認知症デイケア(医療デイケア)</p>
		
		<p data-bbox="1005 1310 1460 1400">・日常生活用具給付 ・寝具洗濯乾燥消毒サービス</p> <p data-bbox="502 1444 1460 1489">・車いすの貸し出し</p>
<p data-bbox="23 1534 1460 1579">・あんしん見守りネットワーク ・医療・救急情報管理システム(救急ネット)</p>		
<p data-bbox="71 1612 949 1657">・認知症高齢者位置情報探索事業 ・埼玉県徘徊高齢者SOSネットワーク</p>		
<p data-bbox="23 1691 454 1736">・認知症サポーター養成講座</p>		
<p data-bbox="23 1769 1460 1814">活相談(消費者被害の相談にのります) ・成年後見制度の利用 ・高齢者虐待対応</p>		
<p data-bbox="23 1859 1460 1904">護者のつどい ・オレンジカフェ(認知症カフェ)</p>		
<p data-bbox="247 1937 957 1982">認知症高齢者家族やすらぎ支援事業</p>		
<p data-bbox="23 2016 1460 2060">サービス ・住宅の改修 ・用具の貸与・購入など</p>		
<p data-bbox="55 2094 1460 2139">・施設に通う・泊まる・暮らすサービス</p>		