

## 介護予防・認知症予防・健康づくり

| 事業名         | 内容                                                                                                                                                  | 問い合わせ先(市外局番:048)                           |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| ドレミ♪でスッカリ教室 | 認知症の予防と進行防止を目的とした音楽療法士などによる教室。65歳以上の方が対象です。                                                                                                         | 地域介護課 地域支援室<br>電話:922-2862<br>FAX:922-3279 |
| ホップ教室       | 保健・医療の専門職による運動教室で、栄養、口腔、認知症予防の複合的な内容で取り組む短期集中の介護予防教室です。要支援1・2の方、基本チェックリストによる事業対象者の方が利用できます。                                                         |                                            |
| ステップ教室      | 比較的運動強度の低い体操を月2回実施し、運動等の習慣をつけ、生活機能の維持・向上を行う教室です。要支援1・2の方、基本チェックリスト該当の方が利用できます。                                                                      |                                            |
| プレジャンプ教室    | 町会などの団体において、住民の方が主体となりジャンプ教室を通年で開催できるよう、専門職による体操を体験していただく教室です。                                                                                      |                                            |
| ジャンプ教室      | 住民の方が主体となって開催される体操教室です。教室は通年開催です。                                                                                                                   |                                            |
| 介護予防普及啓発事業  | 地域包括支援センターが実施する介護予防のための事業です。いつまでも元気で生活できるよう、体操や講話による教室を行っています。  | 各地域包括支援センター<br>(連絡先は裏表紙を参照ください)            |
| 健康・栄養に関する相談 | 保健師・栄養士が日常の健康管理や栄養に関する相談に応じます。                                                                                                                      | 保健センター<br>電話:922-0200<br>FAX:922-1516      |

## 集いの場・他者との交流

| 事業名          | 内容                                                                                                                                                | 問い合わせ先(市外局番:048)                                                                                                              |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| であいの森・ふれあいの里 | <p>高齢者の余暇活動や、ふれあいとレクリエーションの場。</p> <p>であいの森へは無料のバスが出ています。</p>  | <p>草加市総合福祉センター<br/>であいの森<br/>電話:936-2791<br/>FAX:936-2792</p> <p>草加市高齢者福祉センター<br/>ふれあいの里<br/>電話:920-6222<br/>FAX:920-6251</p> |

| 事業名                        | 内容                                                                                                                         | 問い合わせ先(市外局番:048)                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 平成塾                        | 高年者の交流と生涯学習の場として、小学校施設の一部を利用してサークル活動等を行っています。                                                                              | 生涯学習課 生涯学習係<br>電話:922-2819<br>FAX:922-3498                                                                                                                                                                                                                                    |
| すこやかクラブ<br>(老人クラブ)         | おおむね60歳以上の方が、親睦を深めるために地域での社会活動や交流を行う会です。                                                                                   | すこやかクラブ連合会事務局<br>(草加市社会福祉協議会内)<br>電話:932-6770<br>FAX:932-6779                                                                                                                                                                                                                 |
| ふれあい・<br>いきいきサロン           | 気軽に無理なく楽しく誰でも参加できる場として、地域の身近な場所で住民主体で活動するサロンです。                                                                            | 草加市社会福祉協議会<br>地域福祉課<br>電話:932-6770<br>FAX:932-6779                                                                                                                                                                                                                            |
| ふれあい会食                     | 地域のふれあいを目的とした会食会。原則、75歳以上の一人暮らし(日中独居も含む)の方が対象です。                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| おしゃべり<br>ボランティア            | 見守りと孤独感や不安感の解消のため、おしゃべりボランティア支援員が月1回程度訪問。60歳以上の一人暮らしの方または高年者のみの世帯が対象です。派遣は無料です。                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 〈サービス・<br>活動事業〉<br>通所型サービス | 従来の介護保険事業者が提供するサービスに加えて、NPO法人やボランティアなどの多様な主体が行うサービスで体操やレクリエーションなどのサービスがあります。要支援1・2の方、基本チェックリストによる事業対象者の方が利用できます。           | 地域介護課 地域支援室<br>電話:922-2862<br>FAX:922-3279<br><br>地域介護課 給付係<br>電話:922-1421<br>FAX:922-3279                                                                                                                                                                                    |
| 公民館                        | 健康づくりや生きがいづくりのための、様々な活動を行っています。<br><br> | 中央公民館<br>電話:922-5344<br>FAX:925-0152<br><br>柿木公民館<br>電話:931-3117<br>FAX:933-2501<br><br>谷塚文化センター<br>電話:928-6271<br>FAX:928-6272<br><br>川柳文化センター<br>電話:936-4088<br>FAX:930-1509<br><br>新田西文化センター<br>電話:942-0778<br>FAX:946-1508<br><br>新里文化センター<br>電話:927-3362<br>FAX:920-1504 |

## 日常生活のお手伝い

| 事業名                             | 内 容                                                                                                                                                                                                       | 問い合わせ先(市外局番:048)                                                                               |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 高齢者・<br>障がい者・<br>障がい児<br>移送サービス | 要介護3～5の方、あるいは身体障害者手帳2級以上、療育手帳A以上、精神障害者保健福祉手帳1級の方のうち、常時寝たきりまたは車いすを利用している状態にあり、外出時に車いす専用車やストレッチャー専用車等の移動手段を必要とする方を対象に、病院や福祉施設への入退所の移送にかかる費用負担を軽減します。移送料金の1割が本人負担になります。(※上限月額20,000円)                        | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279<br><br>障がい福祉課 障がい支援係<br>電話:922-1442<br>FAX:922-1153 |
| 寝具洗濯乾燥<br>消毒サービス                | 65歳以上の常時寝たきり状態または重度の認知症、身体障害者手帳を所持している寝たきり状態の方で寝具の衛生管理が困難な方を対象に、寝具の丸洗い及び乾燥消毒を定期的に無料で行います(年度内4回まで)。                                                                                                        | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279<br><br>障がい福祉課 障がい給付係<br>電話:922-1859<br>FAX:922-1153 |
| 訪問理容<br>サービス                    | 65歳以上で寝たきり状態等にある方を対象に、理容師が自宅訪問し調髪等を行います(年度中6回まで)。<br>※住民税課税者は1回あたり2,500円負担。非課税者は500円。                                                                                                                     | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279                                                     |
| ちょこっと<br>手助けサービス                | 草加市にお住まいの方ならどなたでもご利用いただけます。日常生活上のちょっとしたお手伝いを1回500円で行います。サービス内容は買い物や朝のゴミ出し、植木の水やり、電球交換(買い置きがある場合)※高所はできません。                                                                                                | 草加市シルバー人材センター<br>電話:928-9211<br>FAX:928-9209                                                   |
| おむつ支給事業                         | 65歳以上で要介護3～5と認定され、本人が住民税非課税、もしくは住民税課税で前年の合計所得額が135万円以下の方のうち、常時寝たきり状態または重度認知症により常時排泄の介助を必要とする方に、月1回決められた枚数を無料で支給します。                                                                                       | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279                                                     |
|                                 | 上記要件に当てはまらず、重度の身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を所持されている方で、手帳に記載されている障がい名が直接的な原因となり、常時失禁してしまう方等に、月1回決められた枚数を無料で支給します。                                                                                              | 障がい福祉課 障がい給付係<br>電話:922-1859<br>FAX:922-1153                                                   |
| 高齢者補聴器<br>購入費用助成                | 聴力機能の低下により日常生活、会話等に支障を来している高齢者に対し、1人1台1回限り、補聴器本体の購入に要する費用の一部を助成します。(上限2万円)<br>＜資格要件＞次のすべてに該当する人<br>・本市に住民登録がある65歳以上の人<br>・耳鼻咽喉科の医師が補聴器の必要性を認めた人<br>・申請受付日時点で住民税非課税である人<br>・障害者総合支援法に基づく補装具費(補聴器)の支給対象でない人 | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279                                                     |
| 〈サービス・<br>活動事業〉<br>訪問型サービス      | 従来の介護保険事業者が提供するサービスに加え、NPO法人、民間企業やボランティアなどの多様な主体が掃除、洗濯等の日常生活上の支援を行います。要支援1・2の方、基本チェックリストによる事業対象者の方が利用できます。                                                                                                | 地域介護課 地域支援室<br>電話:922-2862<br>FAX:922-3279<br><br>地域介護課 給付係<br>電話:922-1421<br>FAX:922-3279     |
| 車いすの<br>貸し出し                    | 高齢や障がい、怪我、病気などの理由により自力での歩行が困難な場合に、無料で貸し出します。<br>＜貸出期間＞<br>障がい福祉課:2ヶ月(延長1ヶ月)<br>草加市社会福祉協議会:2週間                                                                                                             | 障がい福祉課 障がい福祉係<br>電話:922-1436<br>FAX:922-1153<br><br>草加市社会福祉協議会<br>電話:932-6770<br>FAX:932-6779  |

## 見守り・安否確認

| 事業名                          | 内容                                                                                                                                                                                   | 問い合わせ先(市外局番:048)                                                                               |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 草加市高齢者<br>地域見守り<br>ネットワーク事業  | 高齢者が住み慣れた地域や自宅で安心して生活できるよう、高齢者の生活を地域の商店や事業所に「協力事業者」として登録してもらい、見守り支援を行う事業です。                                                                                                          | 地域介護課 地域支援室<br>電話:922-2862<br>FAX:922-3279                                                     |
| あんしん見守り<br>ネットワーク<br>事業      | 家庭内で急病や事故が発生した際の通報が困難な場合に、速やかに援助が受けられるよう緊急通報装置を貸し出す事業。65歳以上のひとり暮らし、かつ発作性の疾患があり、緊急時に電話で通報することが困難な人や常時ねたきり状態にある高齢者、またはこれに準ずると認められる人を介護している高齢者のみの世帯等で、日常生活を営むのに支障がある方が対象です。             | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279                                                     |
| 医療・救急情報<br>管理システム<br>(救急ネット) | 医療情報(かかりつけ医・持病・服用薬・緊急連絡先など)を市に登録し、救急搬送が必要なときにその情報をもとに救急隊が状況に応じた活動を行うシステム。65歳以上の一人暮らしの方または高齢者のみの世帯で、健康上の不安がある方が対象です。                                                                  | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279                                                     |
| 認知症高齢者<br>位置情報<br>探索事業       | 外出時に行方不明になった高齢者を早期に発見できるよう、小型の探知機を貸し出す事業。<br>一部自己負担あり、65歳以上の認知症の方が対象です。                                                                                                              | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279                                                     |
| 埼玉県徘徊<br>SOSネット<br>ワーク       | 認知症の高齢者が行方不明になった場合、警察や関係機関で情報を共有し、早期に発見し保護できるようにするためのネットワークです。                                                                                                                       | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279                                                     |
| 民生委員・<br>児童委員                | 関係機関と連携をとりながら、福祉に関する相談や支援・高齢者の見守りなどを行う人です。                                                                                                                                           | 草加市民生委員・児童委員<br>協議会事務局<br>(草加市社会福祉協議会内)<br>電話:932-6770<br>FAX:932-6779                         |
| 認知症<br>サポーター<br>養成講座         | 認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を支援する認知症サポーターを養成する講座です。<br>詳細は19ページへ                                                                                                                            | 地域介護課 地域支援室<br>電話:922-2862<br>FAX:922-3279                                                     |
| 配食サービス                       | 1日1回昼食または夕食を配達し、安否や健康状態を確認するサービス。調理や買い物が困難な65歳以上の一人暮らしの方または高齢者のみの世帯、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を所持されている方等のみの世帯または昼ひとり暮らしの状態となる身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を所持されている方等がいる世帯が対象です。一部自己負担があります。 | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279<br><br>障がい福祉課 障がい給付係<br>電話:922-1859<br>FAX:922-1153 |

## 家族・介護者支援

| 事業名     | 内容                                                                            | 問い合わせ先(市外局番:048)                           |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 介護者のつどい | 介護をしている方または介護をしていた方が、想いや悩みなどを語り合ったり、情報交換など交流をする場です。<br>日時や連絡先など詳細は30～31ページを参照 | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279 |

| 事業名                          | 内 容                                                                                                                                                       | 問い合わせ先(市外局番:048)                           |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| オレンジカフェ<br>(認知症カフェ)          | 認知症の方も家族も、地域の誰もが気軽に立ち寄れ、相談できる場所です。<br>日時や連絡先など詳細は32~33ページを参照                                                                                              | 地域介護課 地域支援室<br>電話:922-2862<br>FAX:922-3279 |
| 認知症<br>高齢者家族<br>やすらぎ<br>支援事業 | 65歳以上の認知症高齢者で日常生活自立度がⅡa(日常生活に支障を来しても誰かが注意していれば自立できる状態)からⅢa(日中を中心に日常生活に支障を来し、介護を必要とする状態)の方に対し、やすらぎ支援員が訪問し、見守りや話し相手になり、家族の介護負担軽減を図ります。<br>利用は週2回まで、派遣は無料です。 | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279 |

## 金銭管理・権利を守る

| 事業名         | 内 容                                                                       | 問い合わせ先(市外局番:048)                                                                                                                            |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 消費生活相談      | 悪質業者等による訪問販売、電話勧誘販売、架空請求などの消費者被害について、専門の相談員が解決に向けて助言などを行います。              | 草加市消費生活センター<br>電話:922-0188                                                                                                                  |
| 高齢者<br>虐待対応 | 虐待を発見した方は市町村への通報義務があります。<br>高齢者の権利擁護事業の拠点である地域包括支援センターでも、虐待に関する相談を受け付けます。 | 長寿支援課 相談支援係<br>電話:922-1281<br>FAX:922-3279<br><br>各地域包括支援センター<br>(連絡先は裏表紙を参照ください)<br><br>埼玉県虐待通報ダイヤル<br>電話:#7171<br>(つながらない場合は<br>762-7533) |

### 【精神障害者保健福祉手帳】

認知症や高次脳機能障害などにより、精神障がいのため日常生活や社会生活への制約がある場合に交付されます。手帳を持つことで、住民税等の控除や携帯電話の基本料金・バス・電車運賃割引等の優遇が受けられます。

#### 問い合わせ先

障がい福祉課 障がい支援係  
電話:922-1442  
FAX:922-1153

### 【自立支援医療(精神通院)制度】

統合失調症やうつ病、認知症などの精神疾患により、通院による継続した治療を受けると、医療費の負担が多くなることがあります。  
そこで自立支援医療制度を申請することにより、精神疾患に必要な治療を続けられるように医療費の軽減を図るための制度です。

#### 問い合わせ先

障がい福祉課 障がい支援係  
電話:922-1442  
FAX:922-1153

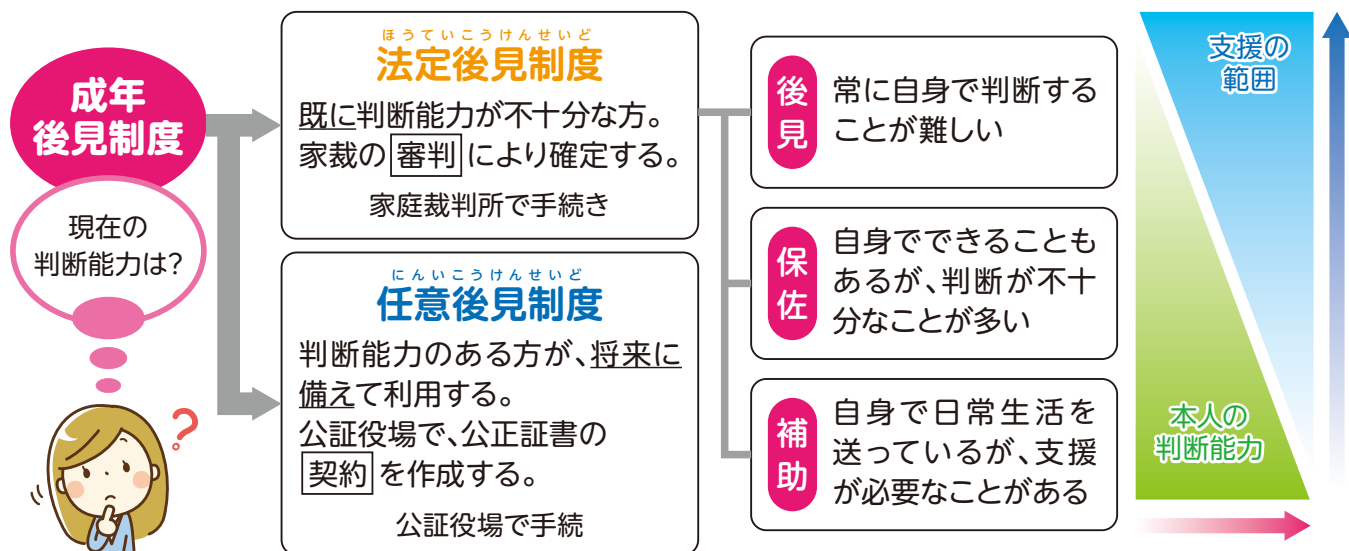
### 【重度認知症デイケア(医療デイケア)】

医療保険で利用できる認知症の方のためのデイケアです。(介護保険との併用が可能)認知症の進行を抑えたり、精神状態の安定・心身の健康維持を図りながら、在宅生活を継続していくために必要なケアを行います。詳細はかかりつけの精神科医や担当のケアマネジャーにご相談ください。



# 成年後見制度を知っていますか？

認知症などがあることで、日常生活で困りごとや心配ごとが起きることがあります。誰もが自分らしく安心して暮らせるよう、本人の気持ちを大切に、生活や財産を守る、契約を代わりに行うなど、法的にさまざまな支援を行う制度です。



成年後見制度は、大きく2つに分けることができます。

その他に福祉サービス利用援助事業 **あんしんサポートねっと** というサービスもあります。

軽度の認知症など、生活していく上でひとりで判断することに不安がある方に対し、

- 福祉サービス利用援助
- 日常の暮らしに必要な事務手続き援助
- 日常的金銭管理
- 書類等預かりサービス

などのお手伝いをします。



問い合わせ先

■草加市社会福祉協議会 そうか成年後見サポートセンター(中核機関)  
**TEL:048-932-6788 / FAX:048-932-6779**

■長寿支援課相談支援係  
**TEL:048-922-1281 / FAX:048-922-3279**

■各地域包括支援センター  
(裏表紙をご覧ください)

# 12 介護保険サービス

介護保険サービスでは、ホームヘルパーに住まいへ訪問してもらったり、施設に通ったりして食事や入浴などのサービスを受けることができます。

認知症の症状が進んでいくと家族だけで介護を行うのは困難になっていきます。抱え込まずに介護保険サービスをうまく活用して負担を軽減しましょう。

## 介護保険サービスを利用するには

介護保険の対象となるのは下記の人です。

- 65歳以上の人(第1号被保険者)
- 40歳～64歳で、初老期における認知症や、がん(医師が一般に認められている医学的知見に基づき、回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る)など厚生労働省の定めた「特定疾病」に該当する人(第2号被保険者)



介護保険サービスを利用するためには、介護や支援の必要性を判定する「要介護認定」や「基本チェックリスト」を受ける必要があります。まずは、市区町村の介護保険担当窓口や地域包括支援センターに相談しましょう。

## 介護保険サービス利用の流れ

### 申請する

市の窓口で、申請の目的を伝えます。希望するサービスがあればその旨を伝えます。  
※日常生活において比較的軽度な支援を必要とする65歳以上の方で、希望する介護サービスが訪問介護と通所介護のみの場合は、基本チェックリストの判定により「サービス・活動事業」を利用できます。

### 認定調査、または、基本チェックリストを受け、要介護認定を受ける

要介護認定の申請をすると、訪問調査の後に公平な審査・判定が行われ、介護度が決まります。

### ケアプランの作成

介護保険サービスを利用するためにはケアプラン(介護を利用するための計画)を作成する必要があります。  
担当のケアマネジャーや地域包括支援センターのスタッフと、どのようなサービスが必要かを話し合いながら作成しましょう。



### サービスの利用

サービス事業者と契約し、ケアプランにそってサービスを利用します。契約にあたってはサービス内容や料金などをよく確認しましょう。

詳しくは「よくわかる介護保険」をご覧ください



# 介護保険で受けられるサービス

## サービスの種類

### 訪問してもらうサービス



住まいに訪問してもらい、食事や入浴の介護やリハビリを受けます。

### 施設に通うサービス



施設に通って食事や入浴の介護やリハビリを受けます。

### 施設に泊まるサービス



短期間施設に泊まって食事や入浴の介護やリハビリを受けます。

### 住宅の改修、用具の貸与・購入



住宅の改修費用や福祉用具の貸出・購入費用を助成します。

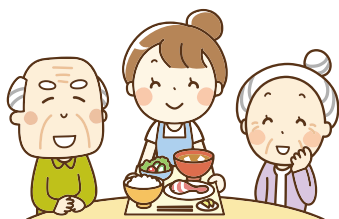
### 施設で暮らすサービス



施設に入所し、介護や医療、看護を受けます。

## サービスの例

### 認知症対応型通所介護



認知症と診断された高年者が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

### 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）



認知症と診断された高年者が共同で生活できる場（住居）で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

### 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

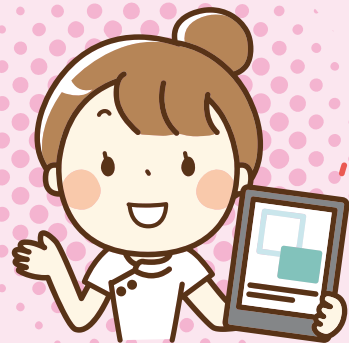


密接に連携をとっている介護職員と看護師の定期的な訪問を受けられます。また、電話などにより通報することで、随時対応も受けられます。

## 納得のいくケアプランのために

ケアプランは安心した生活を送るための設計図。目標の達成につながるサービスを組み込むことが大切です。担当のケアマネジャーに、どんな生活を送りたいかを伝え、具体的な目標を立てましょう。

サービス利用の途中でも「自分の生活に合わない」「改善が見られない」という場合は、ケアプランの見直しができますので、遠慮なくケアマネジャーに相談してください。



# 13 介護者のつどいマップ

## ①介護者のつどい※

- 日 時：4/9、8/13、12/10 午後1時～2時30分
- 場 所：草加市総合福祉センターであいの森  
1階レストラン奥
- 住 所：柿木町261-1
- 連絡先：草加川柳地域包括支援センター ☎932-7007

## ②認知症介護者のつどい※

- 日 時：6/18、10/15、2/18 午後1時15分～2時30分
- 場 所：勤労福祉会館
- 住 所：旭町6-13-20
- 連絡先：新田西部地域包括支援センター ☎946-0520

## ③ケアカフェふくろう～介護者のつどい～※

- 日 時：7/8、11/11、3/10 午後1時30～2時30分
- 場 所：地域の居場所さかえる
- 住 所：栄町1-1-14
- 連絡先：新田東部地域包括支援センター ☎932-6775

## ④介護者のつどい

- 日 時：毎月第1土曜日 午後2時～3時
- 場 所：リバーサイドカフェ
- 住 所：栄町2-7-34
- 連絡先：ジョイフルファミリー ☎932-3419  
joyful.orangecafe@gmail.com

## ⑤介護サロンほっとスペースらくだ

- 日 時：毎月第3金曜日 午後1時～3時
- 場 所：生活クラブ生協草加生活館3階
- 住 所：草加1-18-13
- 連絡先：介護者支援の会 草加  
☎080-5454-8668 堀  
☎090-5340-4560 鎌瀧

## ⑥介護者のつどい※

- 日 時：5/16、9/19、1/16 午後2時～3時30分
- 場 所：ケアステーションかしの木(かしの木ひろば)
- 住 所：草加1-8-13
- 連絡先：草加西部地域包括支援センター ☎946-7030

## ⑦介護者のつどい※

- 日 時：7/18、11/21、3/20 午後2時～3時30分
- 場 所：苗塚会館
- 住 所：苗塚町322
- 連絡先：草加安行地域包括支援センター ☎921-2121

## ⑧介護者の集い「オアシス」

- 日 時：毎月第3土曜日 午前10時～正午
- 場 所：中央公民館
- 住 所：住吉2-9-1
- 連絡先：☎924-6607 村松  
☎090-2315-0643 山田

## ⑨介護者のつどい※

- 日 時：6/6、10/3、2/6 午後1時15分～2時45分
- 場 所：高砂コミュニティセンター
- 住 所：中央1-2-5
- 連絡先：草加東部・草加稲荷地域包括支援センター  
☎959-9133

## ⑩介護者の集い「オアシス」

- 日 時：毎月第1火曜日 午後1時30分～3時30分  
※祝日の場合は、会場変更となります
- 場 所：氷川小学校 平成塾
- 住 所：氷川町448
- 連絡先：☎924-6607 村松  
☎090-2315-0643 山田

## ⑪介護者のつどい※

- 日 時：4/12、8/9、12/13 午後1時～3時
- 場 所：新里文化センター
- 住 所：新里町983
- 連絡先：谷塚西部地域包括支援センター ☎929-0014

## ⑫介護サロンほっとスペースこもれび

- 日 時：毎月第4木曜日 午後1時～3時
- 場 所：市民活動センター1階会議室
- 住 所：谷塚町752
- 連絡先：介護者支援の会 草加  
☎090-5340-4560 鎌瀧

## ⑬介護者のつどい※

- 日 時：5/15、9/18、1/15 午後1時15分～2時45分
- 場 所：瀬崎コミュニティセンター
- 住 所：瀬崎6-6-22
- 連絡先：谷塚中央・谷塚東部地域包括支援センター  
☎929-3613

## ⑭介護者の集い「オアシス」

- 日 時：毎月第4火曜日 午前10時30分～正午  
※祝日の場合はお休み
- 場 所：瀬崎小学校 平成塾
- 住 所：瀬崎2-32-1
- 連絡先：☎924-6607 村松  
☎090-2315-0643 山田

## 『介護者のつどい』とは

介護している人やかつて介護をしていた人が集い、同じような立場の人の介護体験や悩みを聞くことができる場です。

自らの体験を語ることで、自分の介護のあり方やほかの介護者も同じようなことで悩んでいることに気づき、自らを振り返るきっかけにもなっています。

左ページの※印のある会場は、地域包括支援センターが主催しており、主に介護保険制度や介護技術などについて、専門的な情報を知ることができます。

④⑤⑧⑩⑫⑭の会場は、民間団体が主催しており、主に介護していて感じる様々な気持ちを整理したり、同じ思いを持った仲間と出会ったりすることができます。

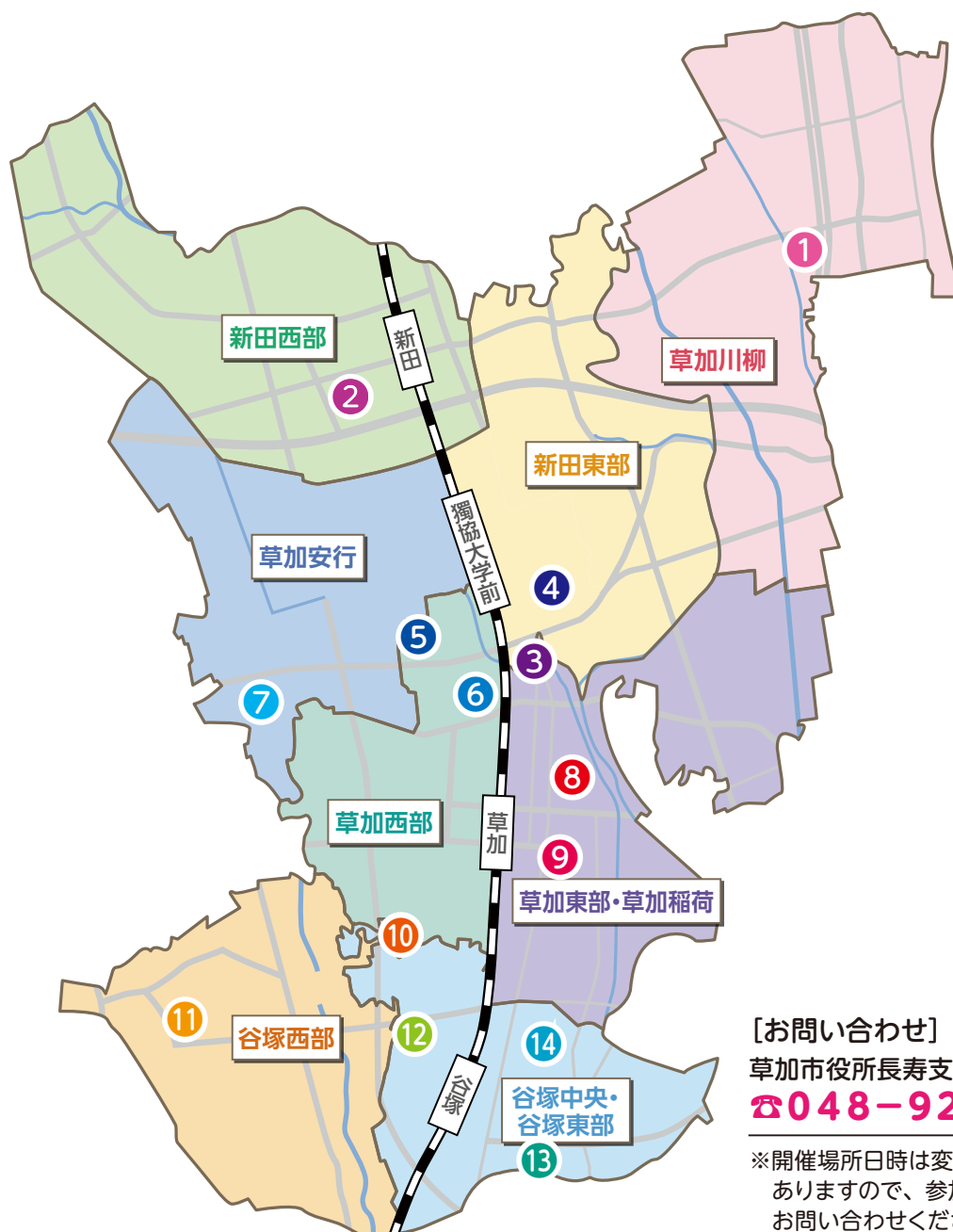
家族の介護をしている方は、ぜひ気軽に参加してみてください。

### 参加者の声

参加するまではどんな場所か不安でしたが、自分の話を聴いてもらい、気持ちが楽になりました。

同じ立場の人と出会い、食事やお茶をする仲間ができました！

介護についての色々な情報も知ることができました。



【お問い合わせ】

草加市役所長寿支援課 相談支援係

☎048-922-1281

※開催場所日時は変更となることがありますので、参加される際にはお問い合わせください。



## 『オレンジカフェ』とは

認知症の人、認知症の人を支える家族の負担軽減を図り、地域における認知症に対する正しい理解と適切な対応の普及啓発を図ることを目的にお菓子やお茶を楽しみながら気軽にお話ができる憩いの場です。



■対象者 → 認知症の人、その家族、地域住人、医療福祉専門職など

！ご家族の  
声

いきいきと目を輝かせ、立ち上がって朗々と歌を歌ったことに一同感動しました。

おじいちゃんがにこにこ話しているのを初めてみました！

次々に昔の話をする夫にびっくりしました。



認知症ご本人の  
声を大切に、  
認知症になっても、  
安心して暮らせるまち  
そうかをめざし  
ましょう



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

# 介護者のつどい・オレンジカフェ（認知症カフェ） 月間スケジュール

## 介護者のつどい

※地域包括支援センターが開催する日程は、P30 をご覧ください。

|     | 日 | 月 | 火                                                         | 水 | 木                                                | 金                                             | 土                                         |
|-----|---|---|-----------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 第1週 |   |   | 10 介護者の集い<br>「オアシス」<br>氷川小学校<br>(午後1時30分<br>～3時30分)       |   |                                                  |                                               | 4 介護者のつどい<br>リバーサイドカフェ<br>(午後2時～3時)       |
| 第2週 |   |   |                                                           |   |                                                  |                                               |                                           |
| 第3週 |   |   |                                                           |   |                                                  | 5 介護サロンほっと<br>スペースらくだ<br>生活クラブ生協<br>(午後1時～3時) | 8 介護者の集い<br>「オアシス」<br>中央公民館<br>(午前10時～正午) |
| 第4週 |   |   | 14 介護者の集い<br>「オアシス」<br>瀬崎小学校<br>祝日は休<br>(午前10時30分<br>～正午) |   | 12 介護サロンほっと<br>スペースこもれび<br>市民活動センター<br>(午後1時～3時) |                                               |                                           |



お問い合わせ

草加市役所 長寿支援課 相談支援係

連絡先：048-922-1281

## オレンジカフェ（認知症カフェ）

|     | 日 | 月 | 火                                                      | 水                                     | 木 | 金 | 土                                                                                                |
|-----|---|---|--------------------------------------------------------|---------------------------------------|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第1週 |   |   |                                                        |                                       |   |   | 3 オレンジカフェリバーサイド<br>リバーサイドカフェ<br>(午後1時～3時)                                                        |
| 第2週 |   |   |                                                        |                                       |   |   | 2 オレンジカフェろいやる<br>であいの森<br>(午後1時30分～2時30分)<br>4 オレンジカフェ草加キングス・ガーデン<br>新里文化センター<br>(午後1時15分～2時45分) |
| 第3週 |   |   | 7 きくの里オレンジカフェ<br>まねき猫<br>きくの里1階<br>(午後1時30分<br>～3時30分) | 6 オレンジカフェひまわり<br>草加生活館1階<br>(午後1時～3時) |   |   | 5 オレンジカフェまつばら<br>コンフォール松原19号棟<br>(午後2時～4時)<br>1 オレンジカフェあおやぎ<br>みんなの家・草加青柳<br>(午後1時30分～3時)        |
| 第4週 |   |   |                                                        |                                       |   |   |                                                                                                  |



お問い合わせ

草加市役所 地域介護課 地域支援室

連絡先：048-922-2862

# 16 認知症の人を見守るためにできることは？

認知症の人が自分の家に無事に帰ることができるよう、気がかりな高年者を見かけたら、笑顔で「大丈夫ですか？」「どうしましたか？」などのちょっとしたひと声をかけるご協力をお願いします。

## 長時間のひとり歩きは、命の危険を伴っています！

- 道に迷っている認知症の人は、普段答えられることも答えられないことがあります。
  - 自ら道をたずねたり、助けを求めることができません。
  - 声をかけてもらえないと、どこまででも歩いて行ってしまうことがあります。
  - 昼夜や悪天候でも構わずに歩き続けることがあります。
- 悪天候で、人里離れた場所に迷い込むと時には命を落とす危険性も・・・

## こんな人を見かけたら、“ひと声”かける勇気を出してみましょう

- 普段見かけない高年者がウロウロ、キョロキョロしている。
- 必死で無表情に歩いている。
- 道路などの縁石に長時間座りこんでいる。
- 季節や気温に合わない服装で歩いている。
- 声をかけても「大丈夫、大丈夫」と声かけを振り切って、さらに歩き続けようとする。

**笑顔で「こんにちは、大丈夫ですか？」などの一声と警察『110番』への連絡をお願いします**

### 草加お知らせメールのご案内

迷い人の搜索、防犯、災害関連情報をメールやLINEで配信しています。登録すると、必要な情報を受信できます。詳細は草加市ホームページをご覧ください。

#### ご利用登録 (パソコン、携帯共通)

- ① アドレス **t-soka@sg-p.jp** へ空メールを送信してください。
- ② 登録URLが表示されたメールが自動返信されます。
- ③ URLにアクセスし、登録画面で配信を希望するカテゴリーを登録してください。  
二次元コードからも、上記アドレスを取得できます。  
※登録すると利用規約に同意したものとみなします。



#### ご利用上の注意

本システムの利用に際し、登録及び年会費は無料です。  
ただし、情報の送受信に伴う通信料は利用者の負担です。

#### 登録・操作方法の お問い合わせ先

バイザー株式会社(草加お知らせメールコールセンター)  
電話: **0570-783-773** 平日午前9時～午後5時30分(年末年始、夏季休暇を除く)

#### お問い合わせ先

草加市市長室広報課 電話: **048-922-0549**

# 17 認知症の人と運転

認知症になると、日常生活は自立していても、突発的な対応や適切な判断に支障がみられるため、事故を起こす可能性が大きくなります。

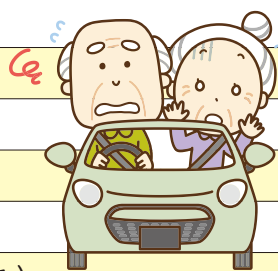
運転者が認知症だと分かった場合には、速やかに運転を中止しましょう。

また、認知症の疑いがある場合には、診断を受けましょう。

## 「ドライバー危険度チェック」をやってみましょう

運転をしていてヒヤリとしたりハットすることが増えていませんか？  
以下の10項目について、あてはまるものにチェックをしてください。

|                          |                                          |
|--------------------------|------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 車のキーや免許証などを探し回ることが増えた。                   |
| <input type="checkbox"/> | 曲がる際にウィンカーを出し忘れることが増えた。                  |
| <input type="checkbox"/> | 何度も行っている場所への道順がすぐに思い出せないことが増えた。          |
| <input type="checkbox"/> | 車庫入力で壁やフェンスに車体をこすることが増えた。                |
| <input type="checkbox"/> | 駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を停めることが難しくなった。         |
| <input type="checkbox"/> | 急発進や急ブレーキ、急ハンドルなど、運転が荒くなった(と言われるようになった)。 |
| <input type="checkbox"/> | 車の汚れが気にならず、あまり洗車をしなくなった。                 |
| <input type="checkbox"/> | 好きだったドライブに行く回数が減った。                      |
| <input type="checkbox"/> | 同乗者と会話しながらの運転がしづらくなった。                   |



**3つ以上**当てはまった方は、**運転免許の自主返納を検討しましょう。**  
**注意**が必要です！

## 高齢運転者の交通事故例

高齢運転者による人身事故件数は、年々増えています。高齢運転者の交通事故例をみてみましょう。

### 〈下校中の児童をはねる〉

路側帯に突っ込み、下校中の児童3人をはね逃走。認知症の症状があり、医師や家族から運転をやめるように注意されていたが、聞き入れず運転を続けていた。



### 〈免許返納間際、正面衝突！〉

運転歴40年のベテランドライバー。免許返納を考えていた矢先、国道でカーブを曲がりきれずセンターラインから飛び出し、対向車と正面衝突。本人大けが。  
相手側運転手大けが、相手側同乗妻死亡、子供半身不随の重い障害。

認知症の人が事故を起こした場合、被害者に対する補償は自賠責保険、任意保険どちらの保険も適用されます。ただし、運転していた認知症の人、同乗者の怪我や、自動車の破損の補償が出るかどうかは、各保険会社の対応によって異なります。

また、認知症の人が事故を起こした場合、ケースによっては賠償責任がご家族に及ぶこともあります。

## 運転が心配な高齢者へのご家族の対応、考え方

運転が心配な高齢者へのご家族の対応として、以下の3点はどれも大事な対応です。全てを同時に進められれば良いですが、ご本人の気持ちや様々な事情により難しい場合もあるでしょう。その場合には、まずは、ご本人の安全の確保を考えるようにしてください。

### ① ご本人(運転者)の安全を確保しましょう

運転が危険だと感じた場合には、認知症であるかどうかに関わらず、運転を継続することは望ましくありません。ご本人の安全確保を第一に考えましょう。

「ドライバー危険度チェックシート」の項目にチェックが入るようであれば、ご本人も理解した上で運転を中止できるように、粘り強く話し合しましょう。

### ② 不安があれば、正確な診断を受けましょう

運転する人に認知症の不安があれば、できるだけ早く医療機関を受診し、正確な診断を受けましょう。担当医から、症状や運転を含めた日常生活への影響について、よく説明を聞きましょう。

※受診については、14ページ「初めての受診どうしたらいいの?」をご覧ください。

### ③ ご本人にとっての運転の「目的」「意味」を理解しながら説得しましょう

運転する「目的」や「意味」は、人それぞれ違います。ご本人が運転を中止した後に、どのような支援が必要になるかを一緒に考えてみましょう。

- 日常生活に必須の場合 → 自動車の代わりとなる移動手段や支援を探しましょう。
- 生きがい・楽しみの場合 → 運転とは別の楽しみや生きがいをご本人と一緒に探しましょう。

各機関では、運転を続けることに不安のある方やその家族等からの相談を受け付けています。

■埼玉県警察運転免許センター運転免許試験課運転適性相談室 **048-543-2001**(代表)

- ・音声ガイダンスに従い、「4」番を押してください。
- ・月～金曜日(休日・年末年始を除く) 午前9時～午後3時

■草加警察署 **048-943-0110**(代表)



出典:「認知症高齢者の自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアル」国立長寿医療研究センター 長寿政策科学研究部

## 「運転経歴証明書」を知っていますか?

草加市では、毎年多くの方が運転免許返納をされています。運転免許を返納して申請すると「運転経歴証明書」を取得できます。

- ①本人確認書類(身分証明書)として生涯使えます
- ②シルバー・サポーター制度の協賛事業所で提示すると様々な特典を受けられます

※協賛企業は、埼玉県警察ホームページで確認できます。

※草加市内の協賛事業所では、飲食店の10%割引等があります。



|                |                 |           |
|----------------|-----------------|-----------|
| 氏名             | 〇〇 〇〇〇          | 昭和〇年〇月〇日生 |
| 住所             | 〇〇県〇〇市〇〇〇123-45 |           |
| 交付             | 〇〇年〇月〇日         |           |
| 第 1234567890 号 |                 |           |
| 〇〇年〇月〇日        | 〇〇年〇月〇日         | 〇〇年〇月〇日   |

運転経歴証明書

#### ■「運転経歴証明書」の申請先

- ・埼玉県警察運転免許センター
- ・各警察署(鴻巣警察署を除く)

#### ■申請に必要なもの

- ・交付手数料1,100円・運転免許証

# 18 もしも家族が行方不明になったら？



あれ？いない？

まずは…

**家族の行方がわからなくなったら**

**まずは警察署へ連絡を！ 行方不明届**

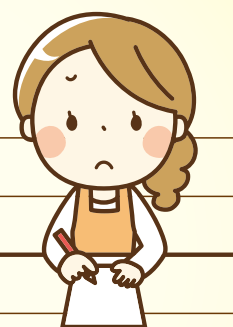


**草加警察署 ▶ 048-943-0110**

**警察に連絡をする際は、次のような情報が必要となります。  
また、警察への届け出は、本人の最近の様子がわかる家族が  
行うようにしましょう。**

## 届出に必要なもの

- ◆名前住所などの基本情報
- ◆当日の服装についての情報
- ◆本人の写真
- ◆居なくなったときの状況
- ◆本人の認知レベルの情報（名前や住所は言えるのか）
- ◆本人の特徴
- ◆持ち物に名前がついていないか



**早く発見されるように普段から次のことを心がけましょう！**

- ①衣類に名前を書きましょう！目立たないところでも大丈夫です。
- ②名前以外に草加市と書きましょう！草加市民ということがわかれば、名前がわからなくても早期発見につながります。
- ③普段から行動範囲や行動の特徴をつかんでおきましょう！  
例）本人がよく行くところや出てしまう時間帯など
- ④いざと言うときにあてないよう届出の情報を整理しておきましょう！  
警察署の連絡先などと一緒にまとめておくのも良いです。
- ⑤外出時に行方不明になることが頻回なときは、あんしん見守りネットワーク事業、認知症高齢者位置情報探索事業などを利用しましょう！（ご利用については25ページ参照）

自ら健康管理や介護予防に取り組み、いつまでもいきいきと元気に暮らすためのノートです。フレイル予防・体操・食事・口腔・認知症など、健康づくりに役立つ情報を掲載しているほか、生活の目標や日々の取り組みを記録することができます。

また、誰もが迎える人生の最終段階において、どのような最期を迎えたいか、望む最期を迎えるためにやっておきたいことなどを考える人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）を行うことができるノートになっています。

## もしもの時のための 人生会議（ACP）

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危機が迫った状態になると、約70%の人が医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりできなくなると言われています。元気なうちから、もしもの時に備えて、どのような治療や介護を望むか、大切な人や専門職の人たちと話し合う時に、是非ご活用ください。

人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）とは、「自分が大切にしていることは何か」「自分はどのように生きたいか」など、自分の価値観や生き方、これからの過ごし方のほか、あなたが望む医療や介護について、自ら考え、家族や信頼できる人と繰り返し話し合い、共有するプロセスのことを言います。



いきいき元気ノートは、地域介護課地域支援室窓口や、介護予防教室等で配布しているほか、ホームページからご覧になれます。



## 草加市内で認知症の相談ができる医療機関

草加市内の医療機関のうち、認知症検診・相談・診断ができる医療機関を下記の表にまとめました。医療機関を探す際にご活用ください。

※情報が変わっている場合がありますので、受診される際は事前に各医療機関へお問い合わせください。

- **認知症検診**：脳の健康度チェック(認知症検診)を実施している医療機関
- **もの忘れ相談**：認知症の相談に対応できる医療機関(草加八潮医師会ホームページに掲載)
- **専門外来**：認知症の専門外来 認知症の診断ができる医療機関(草加八潮医師会ホームページに掲載)

| 地 区  | 医 療 機 関 名        | 認知症<br>検診 | もの忘れ<br>相談 | 画像情報を<br>踏まえた診断 | 専門<br>外来 | 住 所          | 電話番号     |
|------|------------------|-----------|------------|-----------------|----------|--------------|----------|
| 新田西部 | メディカルハブクリニック     | ●         |            |                 |          | 金明町516-1-1   | 943-8292 |
|      | 草加グリーンクリニック      | ●         | ●          |                 |          | 金明町604-1     | 954-7677 |
|      | レン・ファミリークリニック    | ●         | ●          | ●               |          | 新善町373       | 944-2200 |
|      | 平田クリニック          | ●         | ●          |                 |          | 新栄1-48-11    | 942-1245 |
|      | しんえいクリニック        | ●         | ●          | ●               |          | 新栄4-2-5      | 941-5211 |
| 新田東部 | 草加脳神経外科クリニック     |           | ●          | ●               | ●        | 栄町2-1-33 1F  | 949-6112 |
|      | かたい内科クリニック       |           | ●          |                 |          | 松江1-25-13    | 936-6612 |
|      | 草加松原整形外科医院       | ●         |            |                 |          | 松江2-3-26     | 935-4838 |
| 草加川柳 | かとうファミリークリニック    | ●         | ●          |                 |          | 青柳4-26-16    | 933-0333 |
|      | 正務医院             | ●         | ●          | ●               | ●        | 青柳5-12-13    | 936-7422 |
|      | 虎溪医院             | ●         | ●          |                 |          | 青柳6-22-1     | 931-3700 |
| 草加安行 | いしどりクリニック        | ●         | ●          |                 |          | 苗塚町418-1     | 969-4990 |
|      | 埼玉草加病院           | ●         |            |                 |          | 松原1-7-22     | 944-6111 |
|      | 臼田診療所            | ●         | ●          |                 |          | 松原2-4-21-101 | 942-5300 |
|      | 大城クリニック          | ●         | ●          |                 |          | 松原5-1-5      | 942-3039 |
|      | あや総合内科クリニック      | ●         | ●          |                 |          | 花栗1-11-23    | 943-4341 |
|      | 草加きたやクリニック       | ●         | ●          |                 |          | 北谷1-22-13    | 941-7800 |
| 草加西部 | 大里内科医院           | ●         | ●          |                 |          | 氷川町178-2     | 925-3118 |
|      | たなか内科・循環器内科クリニック | ●         |            |                 |          | 氷川町644-2     | 921-6085 |
|      | 石井外科医院           | ●         | ●          |                 |          | 氷川町928       | 925-4255 |
|      | 山崎胃腸科・内科クリニック    | ●         | ●          |                 |          | 氷川町2129-2    | 928-0011 |
|      | メディクス草加クリニック     | ●         |            |                 |          | 氷川町2149-3 1F | 920-6161 |

| 地 区           | 医 療 機 関 名        | 認知症<br>検診 | もの忘れ<br>相談 | 画像情報を<br>踏まえた診断 | 専門<br>外来 | 住 所                | 電話番号     |
|---------------|------------------|-----------|------------|-----------------|----------|--------------------|----------|
| 草加西部          | さかの医院            |           | ●          |                 |          | 西町195-2            | 921-2011 |
|               | 草加内科呼吸ケアクリニック    | ●         | ●          | ●               |          | 草加1-4-5            | 999-5941 |
|               | かがわ医院            | ●         |            |                 |          | 草加3-8-21           | 942-6062 |
| 草加東部・<br>草加稲荷 | おぎ野医院            | ●         |            |                 |          | 稲荷3-13-23          | 936-3636 |
|               | 内藤クリニック          | ●         | ●          | ●               |          | 住吉1-2-28           | 922-6011 |
|               | 内山内科小児科医院        | ●         | ●          |                 |          | 高砂2-6-4            | 922-0963 |
|               | 友愛クリニック          |           | ●          | ●               |          | 高砂2-11             | 928-1191 |
|               | 草加すぎうら内科クリニック    | ●         | ●          |                 |          | 高砂2-11-23 草加SKビル2F | 950-8040 |
|               | 草加すずのきクリニック      |           | ●          | ●               | ●        | 高砂2-17-32          | 922-3377 |
|               | ゆずな内科在宅クリニック     | ●         |            |                 |          | 高砂2-20-29アースビル2F   | 924-8396 |
|               | 山崎クリニック          | ●         | ●          | ●               |          | 中央2-4-11           | 924-1375 |
|               | 中田医院             | ●         | ●          | ●               |          | 中央2-16-43          | 922-2111 |
|               | 神谷医院             | ●         | ●          | ●               | ●        | 吉町3-1-3            | 922-2616 |
| 谷塚西部          | さくら整形外科          | ●         |            |                 |          | 谷塚上町235-1          | 921-7155 |
|               | 草加西部クリニック        | ●         |            |                 |          | 両新田西町456           | 928-3301 |
|               | みなみ草加クリニック       | ●         | ●          |                 |          | 新里町107-1           | 924-0600 |
|               | 柳島ファミリークリニック     | ●         | ●          |                 |          | 柳島町650             | 927-7911 |
| 谷塚中央・<br>谷塚東部 | 肥田医院             | ●         | ●          |                 |          | 谷塚町1193-5          | 925-9362 |
|               | 鳳永病院             | ●         | ●          | ●               | ●        | 谷塚2-12-15          | 924-2631 |
| 八潮市           | 佐藤医院(八潮)         | ●         | ●          |                 |          | 伊勢野142             | 996-9108 |
|               | 軽部クリニック          |           | ●          |                 |          | 大瀬1-7-1            | 994-1241 |
|               | にしかわ脳神経外科クリニック   | ●         |            |                 |          | 大瀬6-9-9            | 994-2800 |
|               | 埼玉回生病院           | ●         | ●          | ●               | ●        | 大原455              | 995-3331 |
|               | 清水内科クリニック        | ●         | ●          | ●               |          | 中央1-8-4 3F         | 994-3711 |
|               | 小関医院             | ●         |            |                 |          | 中央1-26-13          | 996-9677 |
|               | 八潮病院             |           | ●          | ●               | ●        | 鶴ヶ曽根1089           | 996-3034 |
|               | 広瀬病院             | ●         |            |                 |          | 八條2840-1           | 995-6371 |
|               | えのかわ医院           | ●         | ●          | ●               |          | 緑町3-1-8            | 999-0222 |
|               | えばと脳神経外科・内科クリニック | ●         | ●          | ●               | ●        | 緑町3-23-2 2F        | 998-2233 |
|               | 後谷診療所            | ●         | ●          | ●               |          | 南後谷751             | 995-3428 |
|               | 八潮整形外科内科         | ●         | ●          |                 |          | 南後谷865             | 997-0800 |
|               | 八潮中央総合病院         | ●         | ●          | ●               | ●        | 南川崎845             | 996-1131 |
|               | 藤井クリニック          | ●         |            |                 |          | 八潮2-2-8            | 998-7522 |