

認知症になっても  
住み慣れた地域で暮らしていくために

# 認知症ガイドブック

(認知症ケアパス)



常陸太田市 高齢福祉課 高齢福祉係  
☎0294-72-3111 (内線 131・144)

## ～ も く じ ～

	ページ
はじめに.....	1
1 認知症とは？.....	2
2 早期発見・早期診断の重要性.....	4
3 認知症を予防するために.....	7
4 認知症の方への接し方.....	8
5 認知症ケアパス.....	10
6 認知症の相談窓口.....	11
7 本人や家族を支援する主な制度やサービス.....	15
① 介護予防.....	15
② 他者とのつながり.....	17
③ 安否確認・見守り.....	19
④ 生活支援.....	21
⑤ 介護.....	23
⑥ 家族支援.....	24
⑦ 権利擁護.....	25
8 これからの生活の備え.....	27

## ～はじめに～

認知症は、誰でも発症する可能性のある脳の病気です。高齢化の進行に伴い、認知症高齢者も増加すると見込まれ、2025年には、65歳以上の高齢者のうち、5人に1人が認知症になるといわれています。（厚生労働省推計）

一方で認知症は、早く気づいて対応することで、その症状を軽減できたり、進行を遅らせたりすることができるともいわれています。

認知症になっても住み慣れた常陸太田市で安心して暮らし続けることができるよう、この「認知症ガイドブック（認知症ケアパス※）」を、皆さまにご活用いただければ幸いです。

※認知症ケアパスとは、認知症について不安や悩みを抱えている方やその家族の皆さまが、認知症を正しく理解し、いつ、どこで、どのようなサービスを受けられるかというサービスの利用の流れを示したものです。

認知症ガイドブックは常陸太田市ホームページからダウンロードすることができます。

[トップページ](#) / [暮らし](#) / [福祉・介護](#) / [介護](#) / [認知症施策](#)

# 1 認知症とは？

認知症は、何らかの原因で脳の細胞が壊れたり、働きが悪くなったりするために、さまざまな障害が起こる病気です。日常生活に支障が出ている状態（およそ6か月以上継続している状態）をいいます。

認知症は少しずつ進行し、症状が変化するため、進行に合わせて上手に対応することが大切です。

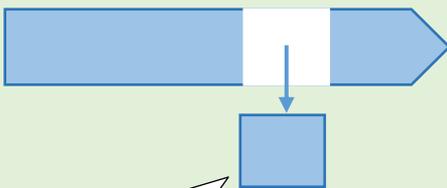


## 「認知症」と「加齢」によるもの忘れの違い

年齢を重ねると誰でも忘れやすくなりますが、「認知症によるもの忘れ」と「加齢によるもの忘れ」は違います。区別が付きにくいいため、「おやっ」と思ってもそのままにしがちですが、認知症のサインかもしれません。認知症は早期発見が大切です。

### 「認知症」によるもの忘れ

- 出来事のすべてを忘れる
- もの忘れに気づかない（自覚がない）
- 季節や日時、場所が分からない など

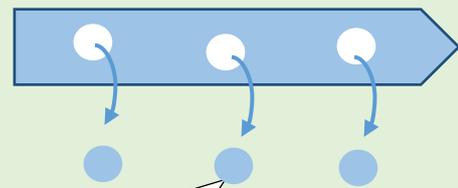


体験全体が抜け落ちる  
例：朝ごはんを食べたことを忘れている



### 「加齢」によるもの忘れ

- 出来事や体験の一部を忘れる
- もの忘れの自覚がある
- 日時や場所を間違えることがある など



体験の一部を忘れる  
例：朝ごはんを食べたものを忘れている  
(朝ごはんを食べたことは覚えている)

日常生活に支障がある

日常生活にあまり支障がない

## 主な「認知症」の種類

脳の部位によって機能が異なるため、どこに障害が起こるかで認知症の症状は異なってきます。

種類	原因	症状
アルツハイマー型 認知症	脳内に異常なたんぱく質が蓄積し、脳の神経細胞が減少することで海馬などが萎縮し、発症する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●本人は病気の自覚がないことがある</li> <li>●新しいことが覚えにくく忘れやすい</li> <li>●時間、場所、人の判断がつかなくなる</li> </ul>
脳血管性認知症	脳梗塞や脳出血により、血液が届かなくなった部分の脳神経細胞の働きが低下したり、死滅したりすることにより発症する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●記憶障害は軽く、人格や判断力は保たれることが多い</li> <li>●機能低下はまだらに進む</li> <li>●気分が落ち込む、意欲が落ちる</li> </ul>
レビー小体型 認知症	脳内にレビー小体という特殊な物質が蓄積し、神経細胞が損傷を受けて発症する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●人物や動物、昆虫などの幻視が現れる</li> <li>●歩行が小刻みになり、転倒しやすくなる</li> </ul>
前頭側頭型認知症 (ピック病)	脳の前頭と側頭で脳細胞が減少し、脳が萎縮することで発症する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●性格の変化がみられる</li> <li>●反社会的な行動や反道徳的行動がみられる</li> </ul>

※症状は一例であり、すべての症状がみられるわけではありません。また、上記以外でも頭部の病気やケガなど様々な原因で認知症が発症することがあります。

## 認知症の症状

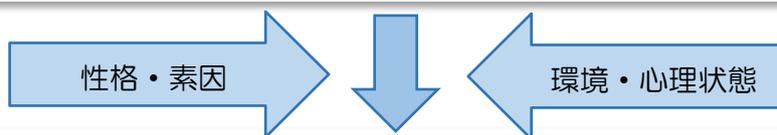
認知症の症状は、「**中核症状**」と「**行動・心理症状**」の2種類に大きく分けられます。

「**中核症状**」とは、脳の神経細胞が壊れていくことによって発症する症状で、記憶や判断力、時間や場所の認識などの認知機能が損なわれる認知症本来の症状です。

「**行動・心理症状**」とは、中核症状をもとに本人の性格や周囲との関わり方、環境などが関係して引き起こされる症状です。

### 中核症状

- 記憶障害（体験したことを覚えられなくなる）
- 見当識障害（季節、時間、場所が分からなくなる）
- 実行機能障害（段取りが立てられない）
- 理解・判断力の低下（考えるスピードが遅くなる） など



### 行動・心理症状

- 暴力・暴言（大声をあげたり、暴力をふるう）
- 徘徊（外出し、帰り道が分からなくなる）
- 抑うつ（気持ちが落ち込んでやる気がでない）
- 妄想（物盗られ妄想、捨てられ妄想など） など



## 2 早期発見・早期診断の重要性

家族に気になる症状があったとき、「きっと年齢のせいだ」「まさか自分の家族が」などと考えて、病院に行くことをためらう方は少なくないと思います。

認知症の症状は、日常生活上のちょっとした変化にあらわれることが多いものです。

「ちょっと変だな」というサインを見逃さず、初期に発見し治療を受けることによって、進行を遅らせることや、症状を軽くすることができる場合があります。

まずは、かかりつけ医や専門医療機関、地域包括支援センターなどに相談してみましょう。



### 早期発見・早期診断によるメリット

#### 1 治る病気や一時的な症状の場合があります

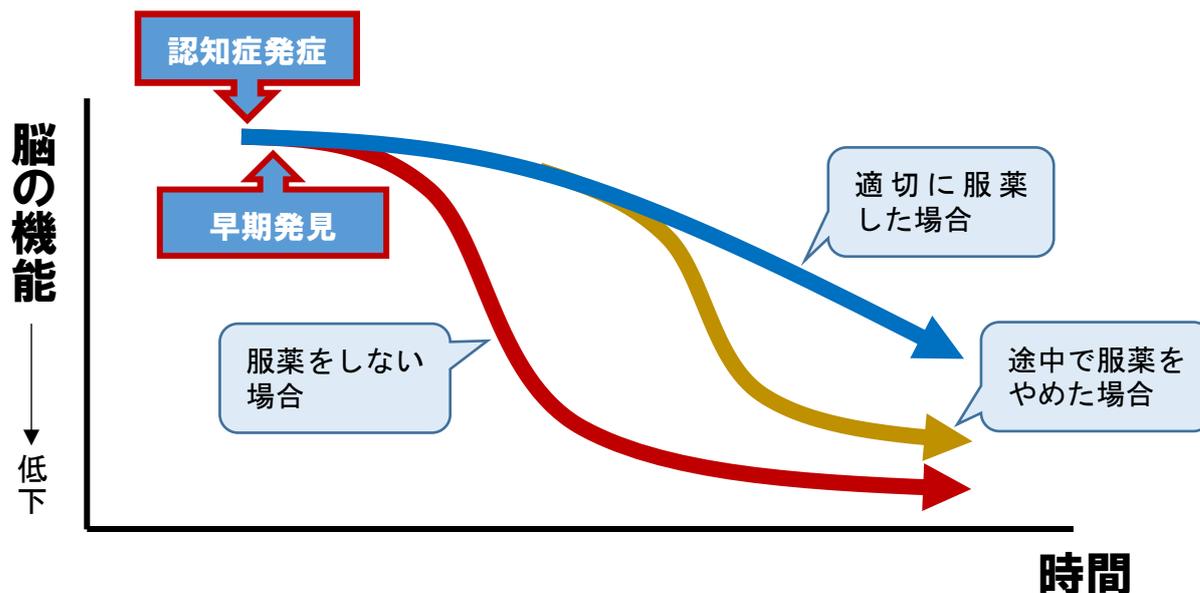
認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し早期に治療をはじめることで、改善が期待できるものもあります。

#### 2 進行を遅らせることが可能な場合があります

認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、その進行のスピードを遅らせることができます。

#### 3 今後の生活について準備することができます

症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療の方針を決めたり、利用できる制度やサービスを調べたりする「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。



認知症を早く発見し、適切に対応すると認知機能を比較的良い状態に維持することができます。

## かかりつけ医を持ちましょう

日頃から健康状態を診てくれる身近なかかりつけ医は、認知症になる前から本人の健康状態や持病などを把握しているため、相談がスムーズに行えます。

また、必要に応じて専門医療機関を紹介してもらうことができます。かかりつけの病院がない方は、近くの医療機関に相談してみましょう。かかりつけ医以外にも、かかりつけの歯科医や薬局を持つことも大切です。



### ご家族の皆さまへ

もし、本人が受診を拒否する場合は、まずは家族だけで相談窓口に行き、アドバイスを受けてみるのも方法です。

いきなり専門医療機関へかかることに抵抗がある場合には、かかりつけ医に相談してみましょう。ただし、認知症は初期であるほど診断が困難です。適切に治療を受けるためにも専門医療機関にかかるのが理想的です。

また、認知症と診断されても「あわてない」ことが大切です。

医師の診断には、日頃の本人の様子を知っている家族の情報が役立ちます。次のようなことをメモしていきましょう。

#### ●受診の前に整理して伝えたいポイント

- どのような症状があるか（例：薬の飲み忘れが多いなど）
- 性格や習慣など、どんな変化がいつ頃から現れたか
- この半年間で症状は進行したか、日や時間帯で変化があるか
- 本人のこれまでの病気や、服用中の薬について
- 今、具体的にどんなことで困っているか など



## 認知症の気づき「チェックリスト」

★思い当たる「もの忘れ」の症状はいつ頃からですか。 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月頃から

★心配ごとや困りごとは何ですか。

ご本人

ご家族

★「ひょっとしたら認知症かな？」と、気になり始めたら自分でチェックしてみましょう。

※このチェックリストの結果は、あくまで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	項目	まったくない	ときどきある	ひんぱんにある	いつもそうだ
1	財布や鍵など、物を置いた場所が分からなくなることがありますか。	1点	2点	3点	4点
2	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
3	周りの方から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか。	1点	2点	3点	4点
4	今日が何月何日か分からないことがありますか。	1点	2点	3点	4点
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。	1点	2点	3点	4点

チェック	項目	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
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。	1点	2点	3点	4点
7	一人で買い物に行けますか。	1点	2点	3点	4点
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。	1点	2点	3点	4点
9	自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか。	1点	2点	3点	4点
10	電話番号を調べて、電話をかけることができますか。	1点	2点	3点	4点

チェックをしたら1～10の合計を計算 合計

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。

※かかりつけ医や認知症疾患医療センターなどの専門医療機関または地域包括支援センターに相談してみましょう。

出典：「知って安心認知症」地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター監修

### 3 認知症を予防するために

生活習慣病（高血圧症、脂質異常症、糖尿病、心臓病など）を予防・改善することは、認知症の予防にもつながるといわれています。また、活動的な生活を心がけ、脳に刺激を与えることも大切です。

#### 体を動かす習慣をつけましょう

体を動かすことで、脳への血流が増え、脳細胞の活性化につながるといわれています。また、筋力低下を予防することで、寝たきりを招く転倒・骨折を防ぐこともできます。



#### 栄養バランスのよい食事を心がけましょう

塩分や脂質の取り過ぎに注意して、肉、魚、野菜などバランスのとれた食事を心がけましょう。また、栄養不足は脳の老化も促進してしまうので注意しましょう。



#### 人との交流や、生活を楽しむようにしましょう

地域活動に参加して人との交流を続けたり、頭を働かせる趣味に打ち込んだりすることで、脳に刺激を与えましょう。

脳と体を同時に使うことは、認知症の予防効果があります。



#### しっかり休養をとりましょう

体だけでなく、脳の休養も大切です。1日に30分程度の昼寝はアルツハイマー病の予防に効果的と言われています。



次のような方は、認知症になりやすいといわれていますので注意が必要です。

- 脂っぽい食事が好きな方
- アルコールを飲みすぎる方
- タバコを吸っている方
- 社会的接触が少ない方

#### 軽度認知障害（MCI）

軽度認知障害（MCI）とは、健常者と認知症の中間の段階で「**認知症予備群**」ともいわれています。厚生労働省の資料（令和4年時点）では、約559万人（全体の15.5%）と推計されています。一方で、この状態にとどまり認知症に進行しない方もいます。この段階で脳の活性化を図ることや、運動習慣を身につけることは、認知症の予防に効果的です。

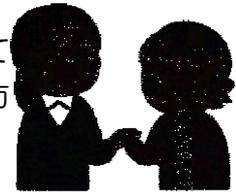
※MCIや早期認知症の方を対象に認知症の進行予防に重点をおいた、認知症ケアを行う医療機関もあります。

## 4 認知症の方への接し方

認知症の症状は、本人が最初に気づくことが多いようです。

認知症が進むと、今までできていたのにできなくなることが徐々に増えてきます。また、言われても思い出せない「もの忘れ」が重なると、多くの方は何かしらの不安を感じ始めます。

本人の気持ちになって接することを心がけましょう。



### 認知症の方への心得（3つの“ない”）

- ①驚かせない ②急がせない ③自尊心を傷つけない

### 具体的な対応 7つのポイント

①まずは見守る	認知症と思われる方に気づいたら、本人やほかの方に気づかれないように、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守ります。
②余裕をもって対応する	こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。
③声をかけるときは一人で	複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ一人で声をかけましょう。
④後ろから声をかけない	一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけます。唐突な声かけは禁物。「何かお困りですか?」「お手伝いしましょうか?」など優しく声をかけましょう。
⑤相手の目線に合わせてやさしい口調で	小柄な方の場合は、体を低くして目線を同じ高さにして対応しましょう。
⑥おだやかに、はっきりと	高齢者は耳が聞こえにくい方が多いので、ゆっくりと話すようにしましょう。
⑦相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する	認知症の方は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えるのも苦手です。相手の反応を伺いながら会話しましょう。

参考：全国キャラバン・メイト連絡協議会「認知症を学び地域で支えよう」

### あなたも認知症サポーターになりませんか？

#### ●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、地域や職場で認知症の方やその家族を見守る「応援者」のことです。

#### ●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の受講が必要です。講座は、約90分となっており、認知症の方への対応方法や認知症に対する正しい知識について学びます。

受講者には、認知症サポーターの証としてオレンジリングをお渡ししています。

問 常陸太田市社会福祉協議会 ☎0294-73-1717



## 認知症介護のポイント

認知症の方を家庭で介護するには、状態に合わせた介護の方法を選び、工夫していくことが大切です。

### 事例1

「人と会う約束などを忘れてしまうことがある」



大事なことや出来事はメモに書きとめる

メモは、本人の目にとまる場所に張り紙をするなどの工夫をしておくと思出しやすくなります。メモした内容を思い出せないようなら、さりげなく教えてあげましょう。

### 事例2

「食事を済ませたのに、食事をとっていないと言う」



説得しようとするしない

食事を済ませたこと自体を忘れていています。分からせようとしても、かえって不満や不信感を抱いてしまうことになります。いったん気持ちを受け止めて、お茶を出すなど気持ちの転換を促しましょう。そのうち、忘れて気持ちが変わることがあります。

### 事例3

「自分の家にいるのに家に帰ると言い外出してしまう」



無理に止めようとするしない

「出かける準備をしましょう」などと、別のことをすると気が紛れて外出することを忘れることがあります。どうしても出かけたいときは一緒に出かけて、話をしながら歩いたり、公園で一緒に休んだりすると、気分転換ができるので効果的です。

### 事例4

「お金や財布がなくなったと言う」



同じ感情を共有して、味方になる

本人は盗まれたと思い込んでいます。反論せず「それは困りましたね、一緒に探しましょう」と共感します。本人以外の方が財布を見つけた場合でも、「この辺りを探してみませんか」と言い、本人に見つけてもらうことが大事です。

# ～認知症ケアパス～

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。家族や周囲の方が認知症を理解し、進行に合わせて上手に対応していくことが大切です。  
※症状の現れ方には個人差があります。

認知症の進行	認知症の進行は右に進むほど発症から時間が経過し進行している状態				重度 →
	認知症の疑い	ひとりで生活ができる	見守りが必要	手助けや介護が必要	常に介護が必要
認知症の進行	<ul style="list-style-type: none"> <li>• もの忘れが気になる</li> <li>• お金の管理や買い物・書類の作成などはひとりでできる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• もの忘れにより生活のしづらさがある</li> <li>• 日付や時間が分からなくなる</li> <li>• 買い物やお金の管理にミスがみられる</li> <li>• 日常生活はなんとか行っている</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 買物やお金の管理ができない</li> <li>• 服薬管理ができない</li> <li>• 電話の対応や訪問者の対応が困難</li> <li>• 道に迷うようになる</li> </ul>	以下のことに手助けや介護が必要となる ・着替え ・入浴 ・食事 ・排せつ ・整容（洗面・歯みがき・化粧）	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 車椅子、ベッドでの生活が中心となる</li> <li>• 食事をとることが困難になる</li> <li>• 言葉による意思表示や理解が困難になる</li> </ul>
本人の様子 (こんなことは ありませんか (例))	<input type="checkbox"/> 重要な約束を忘れる <input type="checkbox"/> 新しい場所への旅行などが難しい	<input type="checkbox"/> 出来事を忘れる <input type="checkbox"/> 日時が分からない <input type="checkbox"/> 食事に客を招く段取りができない <input type="checkbox"/> 計画的な買い物ができない <input type="checkbox"/> 小銭での支払いができない <input type="checkbox"/> 意欲の低下 <input type="checkbox"/> もの盗られ妄想	<input type="checkbox"/> 直前のことを忘れる <input type="checkbox"/> 買物ができない <input type="checkbox"/> 季節や場所が分からない <input type="checkbox"/> 季節にあった服が選べない <input type="checkbox"/> 家族とのトラブル <input type="checkbox"/> 昼夜逆転 <input type="checkbox"/> 攻撃的な言動 <input type="checkbox"/> 徘徊	<input type="checkbox"/> 服を着る順番が分からない <input type="checkbox"/> ボタンがかけられない <input type="checkbox"/> 体を上手に洗えない <input type="checkbox"/> 顔が洗えない <input type="checkbox"/> 箸の使い方が分からない <input type="checkbox"/> トイレの失敗 <input type="checkbox"/> 歯をみがけない	<input type="checkbox"/> 歩行が困難 <input type="checkbox"/> 介助にて椅子に移動 <input type="checkbox"/> ベッドの上での生活が中心になる <input type="checkbox"/> 言葉が話すことができない <input type="checkbox"/> 言葉によるコミュニケーションが難しい <input type="checkbox"/> 食事の時にむせる <input type="checkbox"/> 誤えん <input type="checkbox"/> 肺炎

家族の気持ち (例)	拒否	混乱・拒絶	受容
家族の心がまえ	年齢のせい、言えばできるはず	自分だけがなぜ、認知症に振り回されてしまう、介護疲れ	割り切り、どう看取るのか
ケアのポイント	<input type="checkbox"/> 早めに地域包括支援センターに相談しましょう。 <input type="checkbox"/> 認知症や介護について、学ぶ機会を持ちましょう。	<input type="checkbox"/> 腹が立ってあたりまえ。ひとりで抱え込まないで、介護仲間をつくりましょう。交流会や電話相談がありますので、情報を得る機会をつくりましょう。 <input type="checkbox"/> どのような医療や介護のサービスがあるかを知って、早めに介護サービスを利用して、頑張り過ぎない介護を心がけましょう。 <input type="checkbox"/> 認知症を隠さないで身近な方には伝えて、理解者や協力者をつくりましょう。	<input type="checkbox"/> 介護者があつての介護です。まずは自分のことや健康を大切にしましょう。 <input type="checkbox"/> 今後のことについて検討し、施設の情報収集などは早いうちに行っておきましょう。 <input type="checkbox"/> 終末期のケアについて、早い段階で医師やケアマネジャーなどと相談し、どういった対応が必要か確認しておきましょう。

認知症の相談窓口	地域包括支援センター    在宅介護支援センター    認知症疾患医療センター    ケアマネジャー 高齢福祉課（認知症施策、介護サービスなど）    社会福祉課（障害者施策、生活保護など）    健康づくり推進課（一般介護予防など）    県関係（保健所、健康推進課 地域包括ケア推進室）			
介護予防	【介護予防サービス】介護予防型サービス（訪問・通所） 【一般介護予防事業】らくらく健康塾    スクエアステップ    いきいきヘルス体操教室    など			
他者とのつながり	老人クラブ    シルバー人材センター    サロン活動    など 認知症カフェ    認知症の人と家族の会			
安否確認・見守り	配食サービス    緊急通報体制等整備    徘徊高齢者家族支援サービス    民生委員による見守り    事業者との連携（見守り協定） 防災行政用無線    おかえり SOS ネットワーク    ふれあいネットワーク			
生活支援	運転免許証自主返納支援    安全運転相談    乗合タクシー    高齢者通院支援助成    軽度生活援助    高齢者日常生活用具給付等    介護用品購入費助成    シニアカード    など			
介護	居宅サービス（訪問介護、デイサービス（19人以上）、ショートステイ、住宅改修 など） 地域密着型サービス（グループホーム、小規模多機能型居宅介護、デイサービス（18人以下）など） 施設サービス（特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院）			
家族支援	あんしんファミリー介護講座    介護マーク    介護慰労金支給			
権利擁護	消費者生活相談    日常生活自立支援事業    成年後見制度			

## 6 認知症の相談窓口

### 地域包括支援センター（おとしより生活相談センター）

地域包括支援センターは、介護、健康や福祉、医療など、高齢者の生活に関するあらゆる相談に対応します。「どこに相談したらよいか分からない」といった場合でも、まずはご相談ください。

保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員の3職種が連携しながら、相談内容に応じて、必要なサービスの情報提供や適切な機関へおつながります。

また、地域包括支援センター内に認知症初期集中支援チームや認知症地域支援推進員を配置しています。



担当エリア	相談窓口	所在地	問い合わせ先
常陸太田 ・金砂郷地区	地域包括支援センター 本所	稲木町 33 (市総合福祉会館内)	0294-72-8881
水府・里美地区	地域包括支援センター サブセンター	町田町 163-1 (市役所水府支所内)	0294-70-5678

開設日 月～金曜日(土日・祝日・年末年始を除く)

開設時間 8:30～17:15

### 在宅介護支援センター（おとしより生活相談センター）

各地区に高齢者の相談窓口として在宅介護支援センターが開設されています。

担当エリア	相談窓口	所在地	問い合わせ先
常陸太田地区	在宅介護支援センター「くじらヶ丘」	田渡町 855-1	0294-70-2616
金砂郷地区	在宅介護支援センター「松栄荘」	箕町 844-1	0294-76-2723
水府地区	在宅介護支援センター「誠信園」	和久町 864-1	0294-85-1970
里美地区	在宅介護支援センター「えみの里」	徳田町 143	0294-70-7151

### 認知症疾患医療センター

認知症疾患医療センターとは、茨城県が指定する認知症専門の医療機関です。

近隣の医療機関名	所在地	問い合わせ先
栗田病院	那珂市豊喰 505	029-298-1396
志村大宮病院	常陸大宮市上町 313	0295-58-8020

## 行政機関

### ◇常陸太田市

《高齢福祉課》 ☎ 0294-72-3111

相談内容	問い合わせ先
認知症施策、高齢者福祉サービスに関すること	高齢福祉係（内線 131・144）
介護保険、介護認定申請、介護サービス事業所に関すること	介護保険係（内線 155・156）

### 《健康づくり推進課》

相談内容	問い合わせ先
一般介護予防事業、健康相談などに関すること	0294-73-1212

### ◇茨城県

《茨城県保健医療部 健康推進課 地域包括ケア推進室》

茨城県では、毎年9月を「茨城県認知症を知る月間」として定め、認知症に対する正しい理解の普及・啓発に関する各種広報活動や研修会などを実施しています。

☎ 029-301-3333

詳しくは、県ホームページをご覧ください

茨城県 認知症	検索
---------	----

### 《ひたちなか保健所》

保健師や専門の相談員が相談に応じます。※事前予約が必要です。

☎ 029-265-5515

## ケアマネジャー（介護支援専門員）

ケアマネジャー（介護支援専門員）は、自宅で介護を必要とする方が、介護保険サービスを適切に利用することができるように次のような支援を行っています。

- ・利用者や家族の相談に応じアドバイスをします。
- ・利用者の状態・希望に沿ったケアプランを作成します。
- ・サービス事業所との連絡や調整をします。
- ・施設入所を希望する方に適切な施設を紹介します。



## 若年性認知症の専門機関

認知症は高齢者に多い病気ですが、年齢が若くとも発症することがあり、65歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。

働き盛りであることが多いため、本人だけでなく家族への生活の影響が大きいのが特徴です。「いつもと何かが違う」というサインを見逃さず、相談・受診することが大切です。

### ◇茨城県若年性認知症相談窓口

問 栗田病院

☎ 029-295-0005

9：00～17：00 月～土曜日（祝日・年末年始を除く）

茨城県では、関係機関と連携を図りながら、若年性認知症の人と家族等が地域で安心して暮らせるよう、ワンストップの相談窓口として総合的に支援することにより、若年性認知症の特性に配慮した就労継続支援及び社会参加支援等の推進を図ることを目的として、「若年性認知症支援コーディネーター」を配置しています。

### ◇若年性認知症コールセンター

問 社会福祉法人仁至会 認知症介護研究・研修大府センター

☎ 0800-100-2707

10：00～15：00 月～火・木～土曜日（祝日・年末年始を除く）

10：00～19：00 水曜日（祝日・年末年始を除く）

## 認知症無料相談

### ◇公益社団法人 認知症の人と家族の会 茨城県支部

問 ☎ 029-828-8099

13：00～16：00 月～金曜日（土日・祝日・年末年始を除く）

### ◇レビー小体型認知症サポートネットワーク茨城交流会

問 介護老人保健施設ナーシングホームかたくり

☎ 029-255-5222

### ◇NPO法人 とともに歩む認知症の会・茨城

問 ☎ 080-9819-4829

## 認知症デイケア（医療保険対応）

軽度認知障害（MCI）の方、認知症の診断のある方、それぞれの段階で認知症の進行を抑え、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うためのデイケアです。

認知症デイケアを行っている最寄りの専門医療機関は以下のとおりです。

問 栗田病院

那珂市豊喰 505

☎ 029-298-1396

## 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、医療と介護の専門職が、認知症が疑われる方や認知症の方及びその家族を訪問し、アセスメント、家族支援などの初期の支援を包括的、集中的（おおむね6か月）に行い、自立生活のサポートを行うチームをいい、地域包括支援センターに配置しています。

### 【支援の対象となるのは】

- 40歳以上で、自宅で生活している認知症が疑われる方や認知症の方
  - (ア) 認知症疾患の診断を受けていない方
  - (イ) 継続的な医療サービスを受けていない方
  - (ウ) 適切な介護サービスに結びついていない、介護サービスを中断している方
- 医療・介護サービスを利用しているが、認知症の行動・心理症状が顕著なため、対応に苦慮している方

### 【チームによる支援の流れ】

#### 1 まずは地域包括支援センターにご相談ください

本人や家族などが地域包括支援センターに相談します。  
地域包括支援センターは、認知症初期集中支援チームの支援が必要かどうか判断します。



#### 2 チーム員がご自宅を訪問します

訪問が必要な対象者のご自宅を訪問し、認知機能や身体の状況、生活状況の確認をします。  
また、認知症に関する情報提供などを行います。  
※必要に応じ随時訪問します。



#### 3 チーム員会議を開催します

チーム員と認知症サポート医によるチーム員会議を開催し、適切な医療サービスや介護サービスを検討し、支援方針を決定します。



#### 4 初期集中支援を実施します

初期集中支援では、以下のような支援を実施します。

- ・医療機関への受診勧奨
- ・介護保険サービス利用の勧奨
- ・かかりつけ医との連携 など



#### 5 関係機関に引き継ぎます

ご自宅を訪問、チーム員会議を開催のうえ、支援の終了を判断します。  
サポート終了後は、ケアマネジャーなどの関係機関に引き継ぎます。  
※引き継ぎ後、2か月以内に利用状況の確認（モニタリング）を行います。

## 7 本人や家族を支援する主な制度やサービス

### ① 介護予防

元気なうちから介護予防に取り組むことで、認知機能の低下を予防し、自立して生活を維持することができます。

#### 介護予防・日常生活支援総合事業

##### 介護予防・生活支援サービス事業

生活機能の低下がみられた方の状態を改善するため、介護予防の取り組みや日常生活の支援を行います。

- 対象者 ①要支援1・2の認定を受けた方
- ②基本チェックリストで生活機能が低下していると判断された方（事業対象者といいます）

#### 基本チェックリストとは？

運動、口腔、栄養、もの忘れ、うつ、閉じこもりに関する25項目の質問に、「はい」か「いいえ」で答えていただき、生活機能の状態を判定する質問票です。

No	質問項目	回答 (はい/いいえ)	判定
1	バスや車などで1人で外出していますか	はい	N
2	日用品の買い物をしていますか	はい	
3	洗濯物の出し入れをしていますか	はい	
4	友人の集まりをしていますか	はい	

◇訪問型サービス《高齢福祉課》 ☎ 0294-72-3111

内 容	問い合わせ先
ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事、入浴、排せつの介助などの「身体介護」や、調理、洗濯などの「生活援助」が受けられます。	介護保険係 (内線 149)

◇通所型サービス《高齢福祉課》 ☎ 0294-72-3111

内 容	問い合わせ先
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を日帰りで受けることができます。また、運動機能の向上、栄養改善、口腔機能向上といった選択サービスも受けることができます。	介護保険係 (内線 149)

## 一般介護予防事業（主な事業）

### ●対象者 65歳以上のすべての方

#### ◇スクエアステップ教室

25cm四方の升目で仕切られたマットを利用して、いろいろなパターンの足踏み（ステップ）を行う運動です。

「歩く脳トレ運動」ともいわれ、転倒予防・認知機能向上などに効果があるといわれています。

問 健康づくり推進課 ☎ 0294-73-1212



#### ◇いきいきヘルス体操教室

各集会所などにおいて、シルバーリハビリ体操指導士と一緒に筋力低下の予防や、健康の保持・増進を目的とした体操を行います。

問 健康づくり推進課 ☎ 0294-73-1212

### ●対象者 65歳以上の方で、体力低下等が気になっている方

#### ◇らくらく健康塾

運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上、認知機能向上のプログラムを約4か月（全15回）で集中的に行います。

問 健康づくり推進課 ☎ 0294-73-1212

## ② 他者とのつながり

他者とのつながりや役割を持ち、安心して通えて、また通いたいと思う場所を見つけましょう。

### 認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症の方やその家族、地域住民や専門スタッフが互いに交流したり、情報を交換したりする集いの場所です。

☎ 地域包括支援センター ☎ 0294-72-8881



### 「認知症カフェ」7つの要素

1. 認知症の方が、病気であることを意識せずに過ごせる
2. 認知症の方にとって、自分の役割がある
3. 認知症の方と家族が社会とつながることができる
4. 認知症の方と家族にとって、自分の弱みを知ってもらえていて、かつそれを受け入れてもらえる
5. 認知症の方とその家族が一緒に参加でき、それ以外の方が参加・交流できる
6. どんな方も自分のペースに合わせて参加できる
7. 「人」がつながることを可能にする仕組みがある



【「認知症カフェのあり方と運営に関する調査研究事業報告書」

(2013 公益社団法人認知症の人と家族の会発行) より】

### その他

公益社団法人 認知症の人と家族の会 茨城県支部

認知症の方ご本人と介護家族の方による支えあいの組織です。無料相談や交流会なども行っています。

☎ ☎ 029-828-8099

13:00~16:00 月~金曜日(土日・祝日・年末年始を除く)

### 老人クラブ

おおむね60歳以上の高齢者が、生きがいと健康づくりのため、ニュースポーツや教養活動などの多様な社会活動を行っています。

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111 (内線 131・144)



### シルバー人材センター

豊富な経験や優れた技術をもつ高齢者が、臨時的・短期的な仕事を通じて社会参加をし、生きがいを高めることを目的としています。

☎ シルバー人材センター ☎ 0294-72-7700

### 高齢者生産活動センター

経験や技術、知識をもった高齢者がその技術などを生かした生産活動による社会参加を通して、生きがいを高めることを目的としています。

☎ 高齢者生産活動センター ☎ 0294-82-2342

## ふれあいサロン

地域の高齢者や地域の人々が気軽に集まり、趣味活動やレクリエーションを楽しみながら交流を深めています。

☎ 常陸太田市社会福祉協議会 ☎ 0294-73-1717

## 生き生きふれあい事業

教養講座（健康・生きがい関係）、高齢者スポーツ活動、創作活動、趣味活動、日常動作訓練に関するサービスを提供します。

- 対象者 65歳以上で家に閉じこもりがちな高齢者  
※介護認定者（事業対象者を含む）は対象外
- 利用回数 週1回程度。お住まいの地区によって異なります。
- 利用者負担 1回あたり500円

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

## ふれあい給食サービス事業

月2回程度昼食時にボランティアが訪問し、食事を届けるとともに孤独感の解消を図ります。

- 対象者 65歳以上の在宅のひとり暮らしの高齢者および心身障害者  
※敷地内同居は対象外
- 利用者負担 1回あたり300円（原材料費など及び実費相当額）

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

### ③ 安否確認・見守り

認知症の方が、住み慣れた地域で生活を続けるためには、地域の支えが必要となります。

#### 配食サービス

夕食時に食事を自宅に配達するとともに、安否の確認を行います。

- 対象者 ひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯など ※敷地内同居は対象外
- 利用回数 平日週4回以内
- 利用者負担 1食 350円

問 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線 131・144）



#### 緊急通報体制等整備事業

オペレータに繋がる機材を設置し、必要に応じて救急要請を行い、高齢者の見守りサポートを行います。

- 対象者 ひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯 ※敷地内同居は対象外
- 利用者負担 ①固定型電話機器とペンダント 200円（月額）  
②携帯電話型機器 300円（月額）

問 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線 131・144）

#### 徘徊高齢者家族支援サービス

認知症高齢者が徘徊した場合、早期に発見できるシステムを、介護する家族が利用する場合に、初期費用を助成します。

問 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線 131・144）

#### 民生委員・児童委員による見守り

民生委員・児童委員は地域住民の身近な支援者として、生活上の相談に応じ、社会福祉の増進に努めています。

問 社会福祉課社会福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線 141・142）

#### 事業者との連携（見守り協定）

事業者が日常業務の中で高齢者などの見守りを行い、日常とは明らかに異なる状況に気づいた場合は、市に通報して連携を図ります。

問 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線 131・144）

#### ふれあいネットワーク

社会福祉協議会の生活支援コーディネーターが連絡調整役となり、民生委員・児童委員、地域住民の協力を得て地域主体の見守りのネットワークを構築します。

問 常陸太田市社会福祉協議会 ☎ 0294-73-1717

## もしもご家族が行方不明になってしまったら

認知症が進行すると、徘徊してしまう恐れがあります。

常陸太田市では、防災行政用無線を利用し、行方不明者の探索を行うことができます。

【手続きの流れ】

①警察署に捜索願を届け出てください。 太田警察署 ☎ 0294-73-0110



②警察署から市防災対策課に防災行政用無線の放送依頼が入ります。



③防災行政用無線により行方不明者高齢者の情報を放送します。

## 事前に家族が準備しておいたほうがよいこと ～あわてないために～

①写真2枚 顔写真（アップ）、全身写真

高齢になると、写真を撮る機会が減りますが、なるべく最新のものを用意しておく。

②衣類やいつも持ち歩く物には、名前や住所を記入しておく。

③本人の身体状況や特徴についてメモを用意しておく。

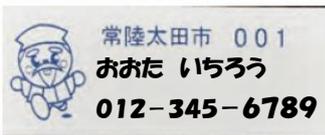
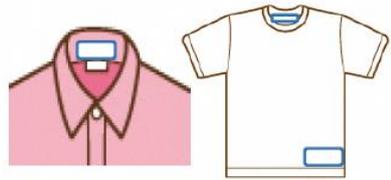
## おかえりSOSネットワーク

「常陸太田市おかえりSOSネットワーク」の事前登録をご活用いただくことで、日頃から茨城県警察や市関係機関と登録者の情報を共有し、外出先で保護・発見された場合に迅速にご家族へご連絡することができます。

なお、あわせて衣服や身の回り品に付けられる「おかえりマーク」を配布いたします。

（※この登録制度は、「茨城県おかえりマーク」事業を活用します。）

☎ 高齡福祉課高齡福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

シールの種類	貼る場所の例
 <p>常陸太田市 001 防水反射素材シール</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>靴のかかと部分</li> <li>杖 ・ 自転車</li> <li>よく持ち歩く身の回りのもの</li> </ul> 
 <p>常陸太田市 001 おおた いちろう 012-345-6789 アイロンシール</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>上着の襟もと</li> <li>肌着</li> </ul> 

## ④ 生活支援

日常生活を支援する次のような生活支援サービスを上手に利用しましょう。

### 運転免許証自主返納支援

加齢や病気などに伴う身体機能の低下などにより、運転に不安を感じ、自主的に運転免許証を返納した方を対象に支援を行います。

#### ●対象者

常陸太田市に住民登録のある方で平成28年10月1日以降にすべての運転免許を自主返納された方

#### ●支援内容（下記から一つを選択）

- ・市内路線バスICカード 10,000円分（満75歳以上の方 5,000円分）  
※満75歳以上の方は、市高齢者バス利用促進助成金の活用によりバス運賃が半額となるため、5,000円分のICカードで10,000円分の利用価値となります。
- ・市内タクシー利用券 10,000円分

問 常陸太田市地域公共交通活性化協議会（企画課企画係） ☎ 0294-72-3111（内線312）

### 安全運転相談

認知症や高齢などで運転に不安のある方やその家族の方の相談窓口を設けています。（要予約）  
10:00～11:00 13:00～15:00 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

問 茨城県警察運転免許センター 安全運転相談室 ☎ 029-240-8127（専用電話）

### 乗合タクシー運行事業

乗合タクシーは、他の人と乗り合いでご利用いただくサービスです。常陸太田市内を運行区域とし、ご利用には事前の利用者登録とご予約が必要です。

※お一人での乗降が難しい方は介助者の登録が必要です。

#### ●対象者 事前に登録した常陸太田市内に住所を有する方

#### ●利用者負担 1回400円

#### ●運行区域 常陸太田市内

#### ●運行日・運行時間 月～金（年末年始運休・祝日運行） 午前8時～午後5時

問 企画課企画係 ☎ 0294-72-3111（内線312）

### 高齢者通院支援助成事業

自宅と市内の医療機関または市長が指定する医療機関へのタクシー代を補助します。片道1回として原則月4回が限度となります。

#### ●対象者（自力で医療機関に行くことができない下記の方）

ひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯 ※自動車を使用する同居者がいる場合は対象外

#### ●利用者負担

- ・要支援、要介護認定者 利用料金の2割負担
- ・一般高齢者 利用料金の5割負担

問 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

## 軽度生活援助事業

### ◀庭の除草など▶

庭木の剪定や除草などをシルバー人材センターに依頼した際の助成を行います。

- 対象者 ひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯、40～64歳で介護認定を受けているひとり暮らしの方（家事援助等と合算して月8時間まで）※敷地内同居は対象外

- 利用者負担 1時間あたり100円 ※その他諸費用がかかります。

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

### ◀家事援助等▶

①外出時の援助、食材の確保、部屋の掃除・整頓などの家事援助が受けられます。

- 対象者 ひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯（庭の除草などと合算して月8時間まで）  
※介護認定者（事業対象者を含む）、敷地内同居は対象外

- 利用者負担 週1回2時間以内（1時間あたり60円～75円）※その他諸費用がかかります。

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

②生活管理指導員（ヘルパー）を派遣し、日常生活に関する支援、指導などを行います。

- 対象者 高齢者で、日常生活を営むのに援助を必要とする方

※介護認定者（事業対象者を含む）、敷地内同居は対象外

- 利用者負担 週1回2時間以内（1時間あたり190円）

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

## 高齢者日常生活用具給付等事業

電磁調理器、ガスコンロ、火災報知器、老人福祉車、自動消火器の給付や老人用電話の貸与を行います。

- 対象者 ひとり暮らし高齢者、老人福祉車については杖を必要とする高齢者

- 利用者負担 0円～全額（生計中心者の前年所得税額によります）

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

## 介護用品購入費助成事業

紙おむつ等の購入費の一部を助成します。

- 対象者 65歳以上で、要介護1～5の認定を受けている方、市県民税が非課税である方、介護保険施設に入所していない方、医療機関に入院していない方

- 助成限度額 年額60,000円（月額5,000円）

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

## ⑤ 介護

介護保険制度によって利用できるサービスです。介護サービスの内容や利用については、ケアマネジャーにご相談ください。



### 介護サービスを利用するには介護認定申請が必要です。

介護認定申請から認定までの流れ

- ① 高齢福祉課または各支所窓口で介護認定の申請をします。
- ② 市の認定調査員などが訪問し、本人と家族に聞き取り調査などを行います。
- ③ 主治医が介護を必要とする原因となる疾病などについて記載し、判定の資料とします。
- ④ 保健、医療、福祉の専門家による「介護認定審査会」で、要介護度を決定します。

※65歳未満の方でも、「**初老期における認知症**」と医師から診断され、介護が必要であると認定を受けた場合は、介護サービスを利用することができます。

問 高齢福祉課介護保険係 ☎ 0294-72-3111（内線 154・155・156）

居宅サービス	サービス名
自宅に訪問してもらいサービスを受ける	訪問介護、訪問リハビリテーション など
事業所に通ってサービスを受ける	通所介護（デイサービス）※1、通所リハビリテーション
一時的に施設に入所する	短期入所（ショートステイ）
住まいの環境を整える	福祉用具貸与、福祉用具購入、住宅改修※2

※1 利用定員19人以上のデイサービスで市内市外問わず利用することができます。

※2 ≪高齢者住宅リフォーム助成事業（介護保険外サービス）≫

住宅を整備または工事に要した費用から介護保険の住宅改修費を除いた額の4分の3を助成します（助成の限度額30万円）。

問 高齢福祉課介護保険係 ☎ 0294-72-3111（内線 155・156）

地域密着型サービス	サービス名
住み慣れた地域で暮らし続ける （市内の事業所のみ利用）	グループホーム、小規模多機能型居宅介護、 定期巡回・随時対応型訪問介護看護、地域密着型通所介護 （デイサービス）※3

※3 利用定員18人以下のデイサービス。

施設サービス	サービス名
施設に入所してサービスを受ける	特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院

## ⑥ 家族支援

認知症の方を介護することは容易ではありません。介護の悩みをひとりで抱え込まず、悩みや不安を打ち明けられる相手を持つだけでも気持ちは楽になります。

### あんしんファミリー介護講座

介護の基礎知識を学び、家族介護やボランティア活動に役立てます。

問 常陸太田市社会福祉協議会 ☎ 0294-73-1717

### 介護マーク

他の方からは、介護中であることがわかりにくい場面（公衆トイレの付き添い、下着の買い物など）に、介護していることがわかるように首から下げる目印（カード）を発行しています。

発行場所 高齢福祉課、各支所地域振興課、地域包括支援センター



### 介護慰労金支給事業

要介護3～5のいずれかの認定を受けている方と同居し、自宅で介護している介護者に対し、慰労金を支給します。

要介護3 5,000円（月額）

要介護4 7,000円（月額）

要介護5 7,000円（月額）

問 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

### ご家族の皆さまへ

家族が認知症になったとき、ご家族の皆さまは、ショックを受け、とまどい、混乱してしまうかもしれません。

認知症の方を受け入れるには、介護者の気持ちの余裕が必要です。気持ちの余裕は、周囲からの理解や支援、介護サービスの適切な利用などにより得られると考えられます。

- 頑張りすぎず、周囲の方の協力を得てください。
- 一人で抱え込まないで、相談できる方を持ってください。
- 介護保険などの、いろいろなサービスを上手に利用してください。

## ⑦ 権利擁護

認知症になると判断力が低下してしまうため、自分で考えて財産管理をしたり、契約を結んだりすることが難しくなりますが、安心して暮らすことができるように、ご本人の保護や支援を行います。

### 消費者生活相談

高齢者を狙った悪質な商法が増えています。契約トラブル、多重債務、商品やサービスに関するトラブルなど消費生活上の相談に応じます。

☎ 常陸太田市消費生活センター ☎ 0294-70-1322



### 日常生活自立支援事業

認知症などによって、日常生活上の判断が十分にできず、福祉サービス利用の手続きや金銭管理に不安のある方が、契約に基づき地域で安心して生活できるように支援する福祉サービスです。

☎ 常陸太田市社会福祉協議会 ☎ 0294-73-1717

### 成年後見制度

認知症、知的障害、精神障害などによって、理解力や判断力が不十分になった方に代わって、本人の権利を守る援助者（成年後見人など）を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。

（支援の内容は本人の判断能力によって異なります。）

☎ 地域包括支援センター ☎ 0294-72-8881  
サブセンター ☎ 0294-70-5678



成年後見制度の申立ては本来、「本人、家族、4親等以内の親族など」が行いますが、何らかの理由で本人、親族などによる申立てができないときに、市長が代わって申立てを行うことができます。

☎ 高齢福祉課高齢福祉係 ☎ 0294-72-3111（内線131・144）

(本人の判断能力が不十分になる前に)	(本人の判断能力が不十分になってから)
<p>将来、判断能力が不十分になった場合に備えて、あらかじめ公正証書で任意後見契約を結んでおき、「だれ」に「どのような支援をしてもらうか」を決めておく「<b>任意後見制度</b>」が利用できます。</p> <p>☎ 水戸合同公証役場 水戸市桜川 1-5-15 都市ビル 6階 ☎ 029-231-5328 日立公証役場 日立市幸町 1-4-1 日立駅前ビル 4階 ☎ 0294-21-5791</p>	<p>家庭裁判所によって、援助者として成年後見人などが選ばれる「<b>法定後見制度</b>」が利用できます。利用するためには、家庭裁判所に審判の申立てをします。</p> <p>本人の判断能力に応じて、「後見」「保佐」「補助」の3つの制度を利用できます。</p> <p>☎ 水戸家庭裁判所 本庁 水戸市大町 1-1-38 ☎ 029-224-8486</p>

## 法律的な相談

◇法テラス茨城（日本司法支援センター茨城地方事務所）

面談や電話により、法制度や手続き、関係機関の相談窓口を案内します。また、法律相談が必要な方が、経済的に困りの場合には、無料法律相談を案内します。

☎ 法テラス茨城 ☎ 050-3383-5390

◇常陸太田市の無料法律相談 ※予約制

☎ 市民相談室（広報広聴課） ☎ 0294-72-3111（内線 126）

## 8 これからの生活の備え

認知症になっても自分らしい人生を送るために、自分の意思を示しておくことは、その意思に沿った医療や生活の支援を受けるために役立ちます。判断能力が低下するまでにこれからの生活についての思いを家族や周囲の方に伝えておきましょう。参考としていくつかの項目をあげてありますので、活用してみてください。

思いはその都度変わりますので、鉛筆で記入することをお勧めします。

記入日	年	月	日
私の大切なもの			
私の大切な人や存在			
私の大切な思い出			
私の毎日の習慣			
私の楽しみ、好きなもの			
私の苦手なこと、嫌いなもの			
介護や生活支援についての希望			
医療についての希望			
その他			

**常陸太田市認知症ガイドブック（認知症ケアパス）**

【発行】 令和7年4月（改訂）

【編集】 常陸太田市高齢福祉課高齢福祉係  
常陸太田市認知症地域支援推進員

【問い合わせ先】

〒313-8611

茨城県常陸太田市金井町 3690

常陸太田市高齢福祉課高齢福祉係

TEL 0294-72-3111（内線 131・144）

FAX 0294-70-1600

E-mail [fukushi4@city.hitachiota.lg.jp](mailto:fukushi4@city.hitachiota.lg.jp)