

うま  
「馬く見守る」ガイドブック  
（天童市認知症ケアパス）



天童市健康福祉部保険給付課  
令和3年度 改訂版

# も く じ

---

◆認知症の人を支えるサービスや支援	1ページ
◆認知症について	3ページ
◆認知症の初期症状をチェックしてみましょう	4ページ
◆元気に過ごすために	5ページ
◆相談したい	7ページ
◆受診前のメモ	9ページ
◆介護や認知症に関する相談窓口	10ページ
◆交流したい（認知症カフェ）	11ページ
◆話したい（悩みを聞いてほしい）	12ページ
◆認知症の人との関わり方	13ページ
◆介護保険サービス	14ページ
◆介護保険以外のサービス	15ページ
◆その他の事業	17ページ
◆自分ノート	18ページ
◆天童市内施設一覧	19ページ



# ～はじめに～

『最近もの忘れが気になるけれど、どこに相談すればいいのだろうか？』

『もし自分が認知症になったら？』

『もし家族が認知症になったら、出来ることってなんだろう？』

『認知症の方が周りにいたら、どうしたらいいのだろうか？』

このガイドブックは、『認知症』という病気を正しく理解し、わたしたちが暮らす「天童市」にどのようなサービスや支援があるかをまとめたものです。

もの忘れがある、認知症かもしれない、と思っても、住み慣れた「天童市」で安心して暮らしていくために、このガイドブックを御活用していただければ幸いです。





# 認知症の人を支えるサービスや支援




	認知症の疑い～認知症を有するが日常生活は自立
	物忘れはあるが、金銭管理や買い物、書類作成等を含め、日常生活はほぼ自立している
相談	保険給付課・地域包括支援センター・在宅介護支援センター・民生委員・福祉推進員・認知症サポーター 認知症カフェ(あったかカフェ・Mカフェ)・認知症の人と家族の会
介護予防	すこやか訪問(75歳以上の一人暮らしの方) 一般介護予防事業・介護予防教室・老人クラブ・趣味サークル
他者とのつながり	いきいきサロン・ふれあい天童・老人クラブ・趣味サークル
安否確認見守り	地域包括支援センター・在宅介護支援センター・民生委員・福祉推進員・近隣住民・認知症サポーター・認知症事前登録者支援制度 乳酸飲料サービス事業・見守り配食事業・緊急通報装置・すこやか訪問
生活支援	見守り配食事業・軽度生活援助事業・訪問理美容サービス ふれあい天童 予約制乗合タクシー(ドモス)
身体介護	
医療	かかりつけ医 市内専門医療機関 服薬管理指導
緊急時支援(精神症状がみられる等)	天童警察署・保険給付課・健康課・地域包括支援センター・認知症事前登録者支援事業・秋野病院・天童温泉篠田病院もの忘れ外来 認知症初期集中支援チーム(あったかサポートチームホオジロ)
住まい	自宅 ケアハウス

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
服薬管理ができない、電話の対応や訪問者の対応などが1人では難しい	着替えや食事、トイレ等がうまくできない	ほぼ寝たきりで意思の疎通が困難である
地域包括支援センター	居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)	認知症カフェ(あったかカフェ・Mカフェ)・認知症の人と家族の会
通所介護・通所リハビリ・重度認知症疾患デイ・ケア(ポレポレ)	訪問介護・訪問看護・小規模多機能型居宅介護・短期入所生活介護	ふれあい天童
いきいきサロン・ふれあい天童・老人クラブ・趣味サークル	通所介護・通所リハビリ・重度認知症疾患デイ・ケア(ポレポレ)・訪問介護・訪問看護・小規模多機能型居宅介護・短期入所生活介護	地域包括支援センター・在宅介護支援センター・民生委員・福祉推進員・近隣住民・認知症サポーター・認知症事前登録者支援制度
見守り配食事業・軽度生活援助事業・訪問理美容サービス	ふれあい天童	乳酸飲料サービス事業・見守り配食事業・緊急通報装置
訪問介護・訪問看護・短期入所生活介護・小規模多機能型居宅介護	訪問介護・訪問看護・通所介護・通所リハビリ・小規模多機能型居宅介護	訪問介護・訪問看護・通所介護・通所リハビリ・短期入所生活介護
訪問介護・訪問看護・訪問入浴・通所介護・通所リハビリ・短期入所生活介護	見守り配食事業・軽度生活援助事業・訪問理美容サービス	ふれあい天童
かかりつけ医	訪問看護・居宅療養管理指導	訪問介護・訪問看護・短期入所生活介護・小規模多機能型居宅介護
市内専門医療機関	天童警察署・保険給付課・健康課・地域包括支援センター・認知症事前登録者支援事業・秋野病院・天童温泉篠田病院もの忘れ外来	訪問看護・居宅療養管理指導
服薬管理指導	天童警察署・保険給付課・健康課・地域包括支援センター・認知症事前登録者支援事業・秋野病院・天童温泉篠田病院もの忘れ外来	居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)
認知症初期集中支援チーム(あったかサポートチームホオジロ)	自宅	サービス付高齢者向け住宅・有料老人ホーム
自宅	特別養護老人ホーム・介護老人保健施設・グループホーム	

# 認知症について

## ■認知症は誰でもかかる可能性がある病気です

認知症は、もの忘れの症状、日付けや場所が分からない、意欲が出ないなどの日常生活に支障をきたす状態が6か月以上続いていることを言います。老化現象と思われがちですが、脳の障害によっておこる「病気」です。現在の医学では完治することは難しいとされていますが、早期に発見し正しく治療すれば、症状が改善したり、進行を遅らせることができます。

疾患名	特徴
<b>アルツハイマー型認知症</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症の中で最も多く、全体の約6割を占めています。</li> <li>脳の萎縮が徐々に進むことで、ゆっくり進行します。</li> <li>昔の記憶は残っていますが、最近のことは覚えることが難しいです。</li> <li>男性より女性に多い傾向があります。</li> </ul>
<b>脳血管型認知症</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>脳梗塞や脳出血によって、血管に障害が起こることが原因で発症します。</li> <li>症状が突然現れたり、階段状に悪化したりするので「まだら認知症」と呼ばれる場合もあります。</li> <li>頭痛や手足の麻痺などの自覚症状が早期から見られることもあります。</li> <li>比較的、男性に多くみられます。</li> </ul>
<b>レビー小体型認知症</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>特殊なたんぱく質が脳の細胞に貯まることが原因です。</li> <li>初期の段階からもの忘れや幻視・錯視症状がみられることもあります。</li> <li>パーキンソン症状（震え、小刻み歩行）が見られることもあります。</li> </ul>

※上記以外にも、頭部の病気やケガなど様々な原因で発症する認知症があります。

「認知症かな？」と思ったらできるだけ早く相談しましょう。

(医療機関情報：7・8ページ参照)



# 認知症の初期症状をチェックしてみましょう

(「山形県認知症疾患医療センター」パンフレットより抜粋)

質問	ほとんどない (0点)	時々ある (1点)	頻繁にある (2点)
1 同じ話を無意識に繰り返す			
2 知っている人の名前が思い出せない			
3 物のしまい場所を忘れる			
4 漢字を忘れる			
5 身だしなみに無関心			
6 今しようとしていることを忘れる			
7 外出をおっくうがる			
8 器具の説明書を読むのを面倒がる			
9 理由もないのに気分がふさぐ			
10 物(財布など)が見当たらないことを他人のせいにする			
<b>合計：</b>			<b>点</b>

## ■チェック表の目安

- 0～8点 (正常) これからもこの状態を維持できるよう脳トレにチャレンジを!
- 9～13点 (要注意) 家族と一緒に再チェックしてみましょう。生活の中に認知症予防策を取り入れましょう!(5ページ)
- 14～20点 (要診断) 認知症の初期症状が出ている可能性があります。念のため早めに専門の医療機関への受診をお勧めします。(7・8ページ参照)

## 軽度認知障害(MCI)の早期発見と対処が大切!

認知症の前段階の状態を「軽度認知障害(MCI)」といいます。軽い記憶障害はあっても、基本的に大きな支障等なく日常生活を送れる状態なので、本人や家族、周囲の人も見逃しやすい時期です。

この段階で早めの診断や治療を受けることで、特にアルツハイマー型認知症の進行を遅らせることができるとされています。

早期にかかりつけ医へ相談する、地域のサロンや介護予防教室等に参加して認知症予防に取り組むことが大切です。



# 元気に過ごすために

アルツハイマー型認知症や脳血管型認知症は、糖尿病や脳血管障害など生活習慣から引き起こされる病気との関連が強いと言われています。

発症を完全に予防することは難しいですが、生活習慣を改善することで、発症や進行を遅らせることが期待されます。

## 運動



1. ウォーキングや体操などの毎日30分以上の適度な運動をしましょう。

体を動かす時に計算をしたり、複数人で行う場合はしりとりをするなど、**体と頭を同時に使うと効果的です。**

運動で身体を健康を促すと同時に、脳の活動を活発にする機会を増やすことで、認知症の発症を遅らせることが目的です。

2. バランスの良い食事を心がけましょう。認知症のリスクを下げるため、早いうちから「お酒はひかえめに」を心掛けましょう。高齢になると酔いやすく、脱水症状や転倒の危険が高まります。

### 高齢者の食事のポイント

#### ★「まんべんなく」食べる

高齢者は低栄養になりがちなので、「たくさん食べる」のではなく、色々な食品を「まんべんなく食べる」ことがポイントです。

#### ★タンパク質を意識して食べる

筋肉の素となるタンパク質（肉・魚・卵・大豆製品など）を食べて元気に過ごしましょう！

## 食事



## 脳の活性化



3. 文章を読んだり、書いたりする知的活動と家族や友人等と交流する対人交流が認知症予防につながると考えられています。

何かを思い出すということは、脳に眠っている記憶を呼び起こす脳トレーニングです。

### ★毎日の思い出トレーニング

- 思い出し① 今日は何曜日？
- 思い出し② 今日は何月何日？
- 思い出し③ 昨日食べた夕飯は何？
- 思い出し④ 昨日着ていた服は何？
- 思い出し⑤ 昨日見た人の顔と服装、名前等を思い出してください。  
(※テレビで見た人でも良いです。)

4. 起床・就寝時間を一定にし、毎日の生活リズムを整えましょう。体の健康だけでなく、お口の健康も大切です。

近年、歯周病が全身のさまざまな病気に関わっていることが分かってきています。その一つに認知症も挙げられます。

食後に歯磨きをする習慣をつけて、お口から健康になりましょう。入れ歯を使っている人も、入れ歯を外してブラッシングとうがいをしっかりと行いましょう。

よく噛むことは脳の働きを活発にするので、**一口30回**を目安にしっかり噛んで食べましょう。

## 生活



参考文献 監修山口晴保 みんなの認知症予防 8020推進財団HP



# 相談したい

## ◆医療機関はどこに行けばいいの？

- かかりつけ医がいる方は、かかりつけ医に相談しましょう。  
かかりつけ医がいない方は、専門医の中で相談しやすい医院を受診しましょう。  
(下記：天童市内専門医療機関一覧 参照)
- 画像診断や認知機能検査など、認知症の診断と治療を専門的に行う「認知症疾患医療センター」があります。予約が必要ですので、受診する前にまず電話で相談しましょう。

### ≪認知症疾患医療センター≫

名称	住所	連絡先
篠田総合病院認知症疾患医療センター	山形市桜町2番68号 篠田総合病院内	023-623-1711 (代表)
国立病院機構山形病院認知症疾患医療センター	山形市行才126番地2 国立病院機構山形病院内	023-684-5566 (代表) 023-681-2303 (直通)

### ≪天童市内専門医療機関一覧≫

名称	住所	連絡先
秋野病院	天童市久野本362番地の1	023-653-5725
天童温泉篠田病院 (もの忘れ外来)	天童市鎌田一丁目7番1号	023-653-5711
芳賀心療内科神経科クリニック	天童市田鶴町四丁目2番53号	023-654-3800
東谷心療内科	天童市南町三丁目2番16号	023-664-0345
クリニックあこがれ	天童市荒谷1973番地884	023-652-3281
てんどう脳神経外科・ 頭痛クリニック	天童市芳賀タウン南三丁目7番7号	023-665-1976

## ◆65歳未満の方はどこに相談すればいいの？

- 認知症は高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症した場合は「若年性認知症」といいます。
- 働き盛りの年代で発症することもあり、経済的な問題や介護力の問題が大きいです。早期発見や早期治療により、仕事を続けて社会で活躍されている方もいらっしゃいます。

### ≪総合相談窓口≫

名称	受付	連絡先
やまがた認知症コールセンター (認知症の人とその家族の会 山形県支部内)	月～金曜日 12時～16時 (土日・祝日・年末年始を除く)	023-687-0387
若年性認知症コールセンター	月～土曜日 10時～15時 (年末年始・祝日除く)	0800-100-2707

## ◆受診するときは…

- ◎受診時に伝えたいことをメモしていきましょう。(9ページ 受診前のメモ参照)
  - ①いつ頃から気になる症状が出始めたか、気づくきっかけはどのようなことだったか。
  - ②以前と比べて変わったこと、できなくなったことはどんなことか。
  - ③日常生活で困っていることはなにか。
  - ④以前かかった病気や現在治療中の病気、現在飲んでいるお薬の有無  
(お薬手帳があれば必ず持参する)
- 日頃一緒に生活しているご家族の同伴をお勧めします

## ◆受診が難しい場合

認知症初期集中支援チーム(あったかサポートチーム「ホオジロ」)がサポートします。

## ■認知症初期集中支援チームとは？

40歳以上で受診になかなか結びつかない方への対応として、早期に認知症診断を行い、速やかに支援等が受けられるようにサポートします。  
国の定める研修を受けた秋野病院の専門職チーム(医師・看護師・精神保健福祉士)のあったかサポートチーム「ホオジロ」が認知症を疑われる方のお宅を訪問し、適切な支援を提供します。

## ■対象となる方

- 40歳以上で、在宅で生活している
- ◎認知症としての、適切な医療・介護サービスを受けていない方
- ◎受けていたサービスを中断したままの方
- ◎認知症の症状のために、家庭生活や地域での暮らしにお困りの方

## ■支援内容

- 認知症かどうかの医学的評価
- 適切な医療または介護サービスのご案内
- 生活環境の改善やケアについてのアドバイス
- 介護者のサポート

該当するか迷った際には、お気軽に地域包括支援センターまたは市役所保険給付課までお問い合わせください。



## 受診前のメモ

記入日 年 月 日

ご本人の氏名

記入した方の氏名 (続柄)

初めての受診の前に、ご本人の最近の様子についてメモをとっておくと、医師にも状況が伝わりやすくなります

• もの忘れが気になりだしたのはいつ頃からですか？

• これまでご本人に病歴はありますか？

• 今服用しているお薬はありますか？

○最近のご本人の様子に当てはまる項目がありましたら、印をつけてください

- 短い時間内で何度も同じ話をするようになった
- 以前に比べて怒りっぽくなった、イライラしていることが増えた
- 外に出たがらなくなった
- 趣味や好きだったことに興味がなくなった
- 料理を失敗するようになった（味付け、鍋焦がしなど）
- 同じものをたくさん買うようになった
- 「財布を盗られた」「知らない人が家の中にいる」など事実と異なることを言うようになった
- 悲観的になって気持ちが落ち込む
- 散歩中や車を運転中に、道に迷ったりすることがある



○その他に心配なことや相談したいことがあればご記入ください

## 介護や認知症に関する相談窓口

◆介護のことや認知症に関する相談、高齢者に関する相談は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへお気軽にどうぞ

名称	連絡先	
天童市地域包括支援センター中央 天童市老野森二丁目6番3号 (天童中部(小路を含む)、成生、天童北部、山口、田麦野、津山)	023-658-8190 (FAX:023-654-5166)	
天童市地域包括支援センターめいこうえん 天童市大字矢野目150番地 (天童南部、蔵増、寺津、高揃、干布、荒谷、長岡)	023-664-0600 (FAX:023-664-1317)	
天童市役所 健康福祉部保険給付課 天童市老野森一丁目1番1号	介護支援係 (高齢者の福祉に関すること)	023-654-1111 内線 755・756 (FAX:023-658-8547)
	介護給付係 (介護保険に関すること)	023-654-1111 内線 757・758 (FAX:023-658-8547)

## お金の管理が心配

◆認知症になると判断力が低下してしまうため、自分の考えで財産を活用したり、契約を結んだりすることが難しくなります。そのため、高額な物品の購入契約をさせられたり、悪徳商法などの詐欺にあう危険性が高くなります。このような被害から守る備えをしておくことで安心した生活を続けることができます。

### 消費生活相談事業

消費者と事業者との間における商品購入・サービス提供などについての相談を受け付けます。

- 天童市消費生活センター(天童市役所1階) / 電話:023-654-1111(内線745)
- 消費者ホットライン / 電話:188

### 福祉サービス利用援助事業

高齢者や知的障がい、精神障がいのある方で、お金の管理や引き出しができないなど日常生活に不安のある方のお手伝いをします。

- 相談先:天童市社会福祉協議会 / 電話:023-654-5156

### 成年後見制度

認知症などで、判断力が不十分になった方に代わって、財産管理、契約の締結や取り消しなどを代わりに行ってくれる人をあらかじめ決めておくことができる制度です。

- 相談先:成年後見センター(天童市社会福祉協議会内) / 電話:023-654-5156



# 交流したい

## ◆認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症の方を地域で支援していく、人と人が出会いつながるところです。

認知症ケアの拠点として、認知症の方と家族の方が集い、どんなことでも気軽に相談ができる場所です。また、地域で支えてくださる方々の情報交換の場としてもご利用いただけます。天童市には現在2か所の認知症カフェが開設されています。

	①あったかフェテンドウ	②Mカフェ
運営	市が運営する認知症カフェです。市の担当職員、地域包括支援センターの職員、ボランティアの方がスタッフとして在中しています。 	特別養護老人ホーム明幸園が運営する認知症カフェです。さまざまな専門資格を持つ明幸園職員とカフェボランティアの方々が構成されています。 
対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症のご本人</li> <li>認知症の方のご家族</li> <li>認知症を支える方（地域住民や介護職）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症のご本人</li> <li>認知症の方のご家族</li> <li>認知症を支える方（地域住民や介護職）</li> </ul>
開催日	毎月第1・第3水曜日 13時00分～14時00分（祝日、お盆期間、年末年始を除く）	毎月第1土曜日 13時00分～15時00分
場所	天童市HP及び、毎月1日号の市報に掲載されます	特別養護老人ホーム明幸園 地域交流スペース 天童市大字矢野目150番地
料金	無料	無料（運営協力金の募金箱を設置しております）
問合せ	天童市健康福祉部保険給付課 介護支援係 TEL：023-654-1111 （内線755・756）	明幸園地域支援室 TEL：023-653-3071

どちらのカフェも事前の申し込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。



# 話したい

## 認知症の人と家族の会

認知症の方を介護している家族の集いを開催しています。「一人で悩まないで」を目的に、若年性認知症を含めた認知症の理解や成年後見制度など様々な制度を学び、情報を共有し、気軽に話し合う集いです。

対象者	日時	連絡先
<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症のご本人</li> <li>認知症の方のご家族</li> <li>認知症を支える方（地域住民や介護職）</li> </ul>	右記にお問い合わせください	公益社団法人 認知症の人と家族の会 山形県支部 事務局 電話：023-687-0387

## 山形県認知症相談・交流拠点 さくらんぼカフェ

日頃感じる悩み事の相談や楽しい話題など、気軽にお話しできる相談の場です。常設の電話・面接相談や、出張交流会の開催や若年性認知症の方の交流スペースもあります。

対象者	日時	連絡先
<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症のご本人</li> <li>認知症の方のご家族</li> <li>認知症を支える方（地域住民や介護職）</li> </ul>	月曜日～金曜日 12時～16時	山形市小白川町二丁目3番30号 （県小白川庁舎2階） 電話：023-687-0387

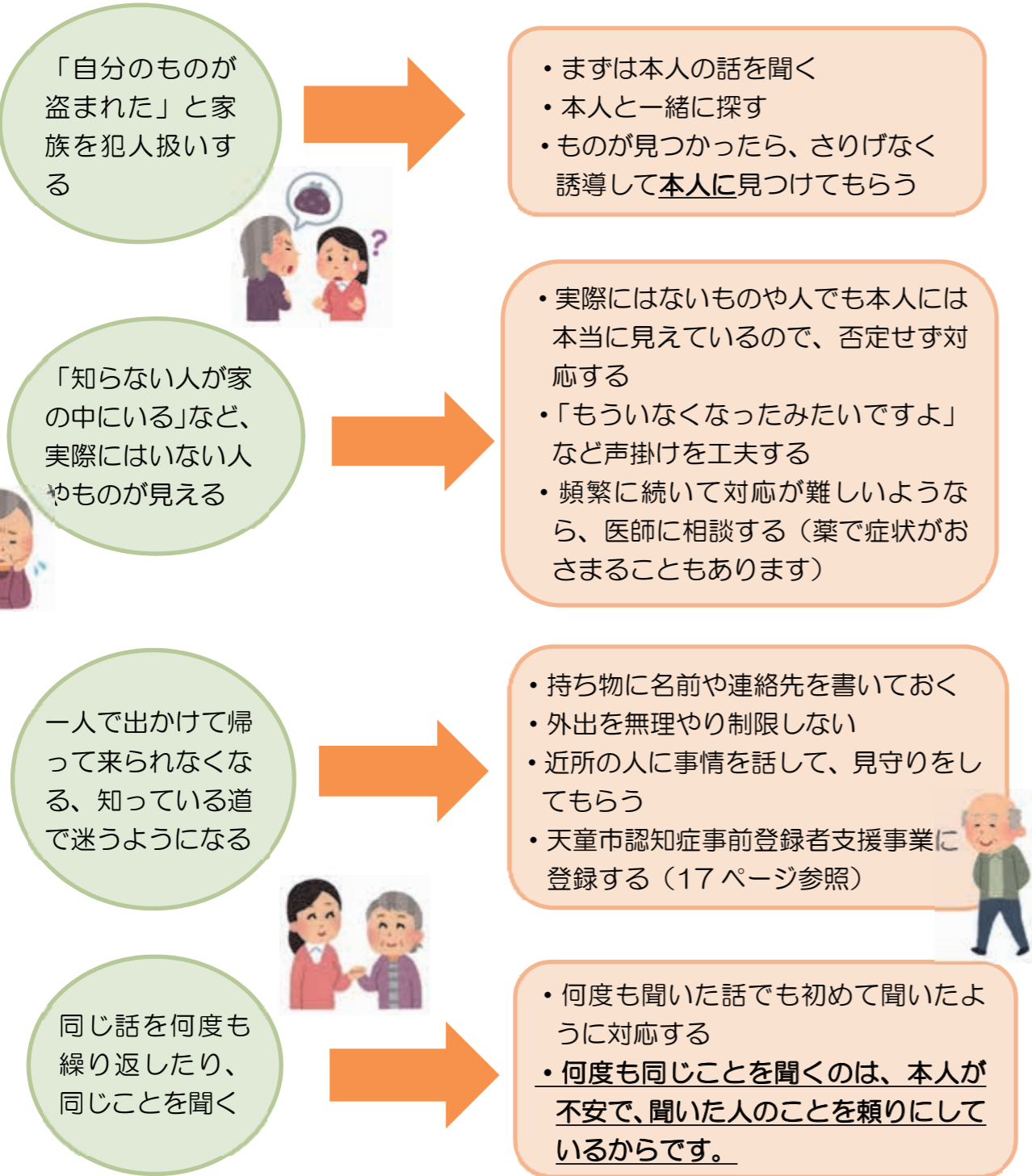
## 若年性認知症の人と家族のつどい 「なのはな」

認知症の人と家族の会山形県支部と認知症疾患医療センター（篠田総合病院内）が共同で開催している会です。

対象者	日時	連絡先
<ul style="list-style-type: none"> <li>若年性認知症の方</li> <li>若年性認知症の方のご家族</li> <li>認知症を支える方（地域住民や介護職）</li> </ul>	毎月1回 （右記にお問い合わせください）	山形市小白川町二丁目3番30号 （県小白川庁舎2階） やまがた認知症コールセンター 023-687-0387




# 認知症の人との関わり方

認知症の症状の中には、周囲の方が対応に困るようなこともあります。しかし、認知症の方の言動にも必ず理由があります。声掛けや対応を工夫することで、お互いが穏やかに生活できます。下記は一例ですので、ご本人に合った関わり方で接してみてください。



★認知症の方の「尊厳」を守りましょう！  
★もしご自分が認知症になった時にしてほしいと思えるような対応を心がけてみましょう。

# 介護保険サービス

<p>介護が必要な方の状態に応じて、介護保険サービスなどの利用を支援します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●地域包括支援センター</li> <li>●居宅介護支援事業所</li> </ul> <p><b>相談</b></p> 	<p>短期間施設に宿泊しながら、介護や機能訓練などを受けることができます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●短期入所生活介護（ショートステイ）</li> <li>●小規模多機能型居宅介護</li> </ul> <p><b>泊まり</b></p> 
<p>自宅での生活を続けられるよう、日常生活を支援します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●訪問介護 ホームヘルパーに自宅に訪問してもらい、日常生活上の支援を受けることができます。</li> <li>●福祉用具貸与（レンタル） 歩行器や手すり、車いすやベッドなど日常生活の自立を助ける用具を貸与できます。介護度によって貸与できる福祉用具が異なります。</li> <li>●住宅改修 手すりの取り付けや段差解消など、小規模な住宅改修に改修費が支給されます。</li> </ul> <p><b>在宅</b></p>	<p>通所サービスに通い、食事や入浴介助、日常生活動作訓練などが受けられます。閉じこもり予防や生きがいつくりにもなります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●通所介護（デイサービス）</li> <li>●通所リハビリテーション（デイケア）</li> <li>●認知症対応型通所介護</li> <li>●小規模多機能型居宅介護支援</li> </ul> <p><b>通い</b></p> 
<p><b>入所</b> 自宅での生活が難しくなった方に対し、食事や入浴など、介護の専門職が日常生活を支援します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） 在宅生活が困難で、常時介護が必要な要介護3以上の方が入所できます。</li> <li>●介護老人保健施設 症状が安定した方が入所してリハビリや介護を受ける施設です。</li> <li>●認知症対応型共同生活介護（グループホーム） 食事や入浴などの介護や機能訓練を行う施設です。</li> </ul>	



## 介護保険以外のサービス

介護の認定を受けていなくても通える場所		
名称	内容	問い合わせ先
NPO 法人ふれあい天童の〜んびり茶の間	<ul style="list-style-type: none"> <li>開催日：月～金曜日</li> <li>開催時間：10：00～15：30頃（送迎要相談）</li> <li>参加費：700円（昼食のみは400円）</li> </ul> おしゃべり・お茶会・書の会・手芸等々、みんなで交流を深め合う温かさにあふれた居場所です。	NPO 法人ふれあい天童 天童市北久野本二丁目4番18号 電話：023-653-0393 FAX：023-653-0398
<b>認知症の症状のある方を対象とした医療保険が適用されるデイケア</b>		
名称	内容	問い合わせ先
重度認知症疾患デイ・ケアポレポレ	<ul style="list-style-type: none"> <li>開催日 月～土曜日</li> <li>開催時間 9：40～15：40</li> </ul> 介護者の負担の軽減と認知症の進行防止や日常生活能力の維持改善を目的とした通所施設です。	医療法人社団斗南会 秋野病院 重度認知症疾患デイ・ケアポレポレ 天童市久野本 362 番地の 1 電話：023-651-2612
	専門医による外来診療に併行して、介助付き入浴や各種のリハビリプログラム（音楽療法や身体をほぐす体操、季節の行事など）を楽しんでいただけます。	
	年齢による制限はありません。ご家庭まで送迎いたします。	
	送迎及び昼食を含む費用は、医療保険が適用になります。自立支援医療制度を利用することで負担が軽減されます。	

## 介護保険以外のサービス

一人暮らし・高齢者のみ世帯の方のための生活支援		
名称（目的）	対象となる方	内容
高齢者軽度生活援助事業（日常生活の支援）	65歳以上の一人暮らしの方や高齢者のみの世帯の方	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者の在宅生活を支援するため、日常生活上の軽易な作業（除雪・ゴミ出し・入院中の洗濯等）を低料金でお手伝いします。</li> <li>作業はシルバー人材センターの会員が行います。</li> </ul>
見守り配食事業（昼食の提供・安否確認）	65歳以上の一人暮らしの方や高齢者のみの世帯の方	<ul style="list-style-type: none"> <li>食生活に関する定期的な実態の把握と利用調整を行い、食事（昼食の弁当）を提供し、安否確認を行います。</li> <li>1食あたり300円（ご飯セット）または200円（おかずのみ）</li> <li>配達日は月・水・金で週1～3回。</li> </ul>
乳酸飲料サービス事業（安否確認）	70歳以上の一人暮らしの方や70歳以上の要介護者と同居の方	<ul style="list-style-type: none"> <li>自宅に乳酸飲料を配達し、声かけと安否確認を行います。</li> <li>自己負担なし。</li> <li>配達日は月・水・金（田麦野地区は火・木）で週1～3回。</li> </ul>
緊急通報体制等整備事業（安否確認・緊急時の対応）	65歳以上の一人暮らしの方や高齢者のみの世帯の方	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者の安否確認や、緊急時に迅速かつ適切な対応をするために、電話回線を利用した緊急通報装置を設置します。</li> </ul>
すこやか訪問【在宅高齢者訪問指導事業】（健康相談）	75歳以上の一人暮らしで、要介護認定を受けていない方	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者の閉じこもりや寝たきり予防等の観点から、心身機能低下防止と健康保持増進を図ることを目的に看護師等が訪問指導をします。</li> </ul>
<b>申し込み・問い合わせ先</b> ●天童市健康福祉部保険給付課 天童市老野森一丁目1番1号 電話：023-654-1111（内線755・756）  ●天童市地域包括支援センター中央 天童市老野森二丁目6番3号 電話：023-658-8190  ●天童市地域包括支援センターめいこうえん 天童市大字矢野目 150 番地 電話：023-664-0600		

# その他の事業

## 1. 認知症事前登録者支援事業「うまく見守る」

認知症等により徘徊または徘徊するおそれのある高齢者及びその家族を支援することを目的としています。対象となる方の情報を事前に市に登録することで、実際に行方不明になった場合、登録した情報を利用し、早期発見・早期保護ができるようにします。また、登録者を警察が保護した場合、速やかに身元を確認し、ご家族に連絡することができます。

## 2. 認知症サポーター養成講座

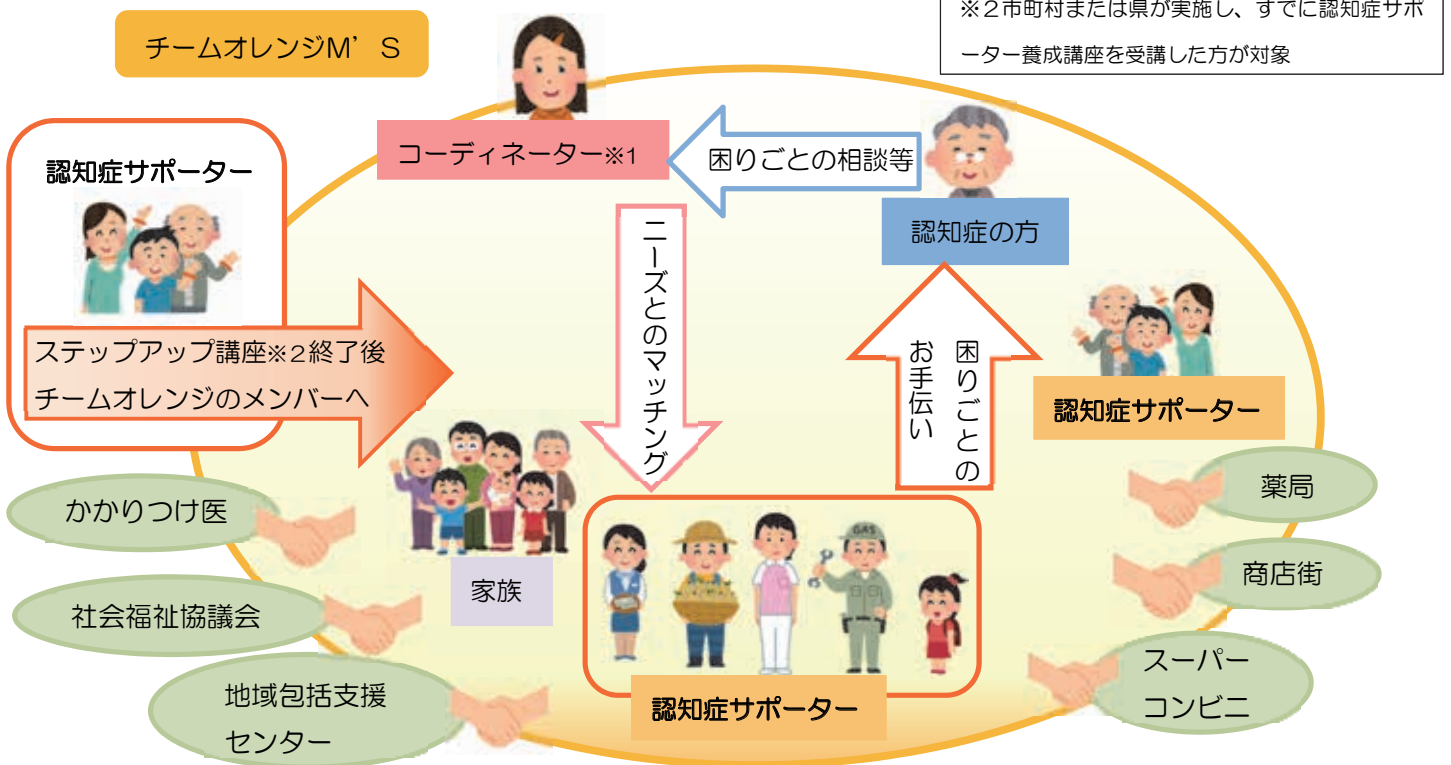
認知症について多くの方に理解をしていただき、温かく見守っていく社会をつくるために、認知症に関する出前講座（無料）を開催し、認知症サポーターの養成を行っています。主に市内在住、在勤の企業や自治会、各種団体の方が対象です。

## 3. チームオレンジ M' S(特別養護老人ホーム明幸園内)

認知症の人やその家族の支援ニーズと認知症サポーターを中心とした支援をつなぐ仕組みである「チームオレンジ」が立ち上がりました。

ステップアップ講座を修了した認知症サポーターが、チームを組んで認知症カフェの運営協力、見守りや傾聴といった支援を行っています。認知症カフェ「Mカフェ」をチームの交流拠点として、認知症の人や家族を支援し、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりに取り組んでいます。

図：チームオレンジの構成と活動イメージ



### ◆問い合わせ先

天童市健康福祉部保険給付課

電話：023-654-1111（内線：755・756）



# 自分ノート

◆認知症になると自分の思いを伝えることが難しくなる場合があります。  
今後の備えとして、自分の気持ちを整理しましょう。

記入日 年 月 日

## 自分のこと

○氏名（ふりがな）

○生年月日

○住所

○電話番号

○趣味・特技

## 病気や介護のこと

○かかりつけの病院

○主治医

○既往歴（今までかかった病気）

○介護認定 なし / 事業対象者 /

要支援（1・2） / 要介護（1・2・3・4・5）

○担当ケアマネジャー

## ○認知症になったことを知っていてほしい人

家族（ ）・友人（ ）

近隣住民（ ）・専門職（ ）

## ○介護してほしい人

家族（ ）・専門職（ ）・家族の判断に任せる

## ○どこで介護してほしいか

自宅・施設・病院・家族の判断に任せる

## ○認知症になったらしてほしいこと、してほしくないこと

## 緊急連絡先（何かあった時に連絡してほしい人）

氏名 続柄

住所

電話番号

# 天童市内高齢者施設一覧

令和3年4月現在

## <居宅介護支援事業所>

ケアマネジャーがいるところで、要介護1～5の方のケアプランを作成します。  
※要支援1、2の方でも地域包括支援センターからの委託により、ケアマネジメントを担当することがあります

	事業所名	電話番号	所在地
1	まいづる居宅介護支援事業所	023-651-2206	南小畑二丁目2番21号
2	清幸園ケアプランセンター	023-651-3327	大清水491番地1
3	明幸園ケアプランセンター	023-653-1170	矢野目150番地
4	天童市居宅介護支援事業所	023-658-7350	老野森二丁目6番3号
5	ラ・フォーレ天童在宅介護支援センター	023-653-8217	道満193番地の1
6	吉岡病院居宅介護支援事業所	023-656-8578	鎌田本町三丁目6番11号
7	(株)多田木工製作所ホームバリュー本店指定居宅介護支援事業所	023-653-5829	糠塚二丁目1番1号
8	B&Gケアマネジメントサービス	023-651-5133	駅西二丁目10番13号
9	指定居宅介護支援事業所あこがれ	023-652-3610	荒谷1973番地884
10	居宅介護支援事業所つるかめ	023-654-6478	小関1204番地5
11	くわのまち居宅介護支援事業所	023-651-5823	鍬ノ町一丁目1番22号
12	ケアマネージメントあさひ	023-674-8030	五日町一丁目2番5号
13	ケアプランセンターなでしこ天童	023-687-1188	山元184番地
14	ケアプランセンターきらめきの里	023-665-5801	山口4540番地1
15	居宅介護支援事業所つばさ天童	023-656-8561	田鶴町三丁目4番37号
16	SOMPOケア 天童 居宅介護支援	023-656-9755	老野森二丁目7番1号
17	居宅介護支援事業所たかだま	023-674-8711	清池1559番1

## <地域包括支援センター>

高齢者の総合相談窓口です。また、要支援1・2の方のケアプランを作成します。  
※お住まいの地区の地域包括支援センターが担当します



	事業所名(担当地区)	電話番号	所在地
1	天童市地域包括支援センター中央 (天童中部(小路を含む)・成生・天童北部・山口・田麦野・津山)	023-658-8190	老野森二丁目6番3号
2	天童市地域包括支援センターめいこうえん (天童南部・蔵増・寺津・高揃・干布・荒谷・長岡)	023-664-0600	矢野目150番地

## <訪問介護>

ヘルパーがいるところです。家事援助や身体介護のお手伝いをします。

	事業所名	電話番号	所在地
1	天童市訪問介護サービス事業所	023-658-7355	老野森二丁目6番3号
2	ニチイケアセンター天童	023-658-4467	中里七丁目4番5号
3	清幸園ヘルパーステーション	023-651-3323	大清水491番地1
4	ほほえみ訪問介護	023-658-1022	高揃字金谷1862番地
5	SOMPOケア 天童 訪問介護	023-658-7422	老野森二丁目7番1号
6	特定非営利活動法人福祉グループコアアやまがた県央	023-651-8038	東本町三丁目2番45号

## <訪問入浴介護>

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けられます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	ほほえみ入浴サービス	023-655-5303	高揃字金谷1862番地

## <訪問看護>

訪問看護師がいるところです。体調確認や服薬管理などを行います。

	事業所名	電話番号	所在地
1	天童訪問看護ステーション	023-654-2450	鎌田本町三丁目6番11号
2	訪問看護ステーションまいづる	023-651-2206	南小畑二丁目2番21号
3	ラ・フォーレ天童老人訪問看護ステーション	023-651-2838	道満193番地の1
4	在宅リハビリ看護ステーションつばさ天童サテライト	023-656-8561	田鶴町三丁目4番37号
5	天童市民病院	023-654-2511	駅西五丁目2番1号
6	訪問看護ステーション レント	023-676-8677	東久野本一丁目1番12号
7	秋野病院(地域連携室 訪問看護チーム)	023-653-5725	久野本362番地の1

## <訪問リハビリテーション>

リハビリの専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けられます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	天童市民病院	023-654-2511	駅西五丁目2番1号
2	介護老人保健施設あこがれ	023-652-2801	荒谷1973番地884

## <福祉用具貸与・特定福祉用具販売>

自立した生活を送れるように、手すりや歩行器などの福祉用具を借りることができます。  
また、トイレや入浴に関する福祉用具を買うこともできます。



	事業所名	電話番号	所在地
1	さくらん天童店	023-658-4870	石鳥居3番地4
2	(株)多田木工製作所ホームバリュー本店指定福祉用具貸与事業所	023-653-5629	糠塚二丁目1番1号



<通所リハビリテーション(デイケア)>

介護老人保健施設や病院で、日帰りの機能訓練などを受けることができます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	介護老人保健施設ラ・フォーレ天童	023-653-8211	道満193番地の1
2	介護老人保健施設あこがれ	023-652-2801	荒谷1973番地884
3	吉岡病院指定通所リハビリテーション	023-654-1188	東本町三丁目5番21号
4	重度認知症疾患デイ・ケア ポレポレ	023-651-2612	久野本362番地の1

<通所介護(デイサービス)>

送迎付きで、食事や入浴サービスなどが受けられるデイサービス事業所です。

	事業所名	電話番号	所在地
1	明幸園デイサービスセンター	023-653-1530	矢野目150番地
2	清幸園デイサービスセンター	023-651-3326	大清水491番地1
3	指定通所介護事業所デイサービスセンターあこがれ	023-652-2713	荒谷1973番地1345
4	天童デイサービスセンターつるかめ	023-654-6478	小関1204番地5
5	久遠の湯デイサービス	023-651-5667	鎌田一丁目1番11号
6	天童もみじ館	023-652-0223	鎌田一丁目6番37号
7	天童デイサービスセンターとなりのつるかめ	023-676-7755	小関1204番地6
8	福祉のひろば通所介護事業所	023-651-2759	鎌田一丁目6番52号
9	デイサービスセンターわらうつるかめ	023-687-1122	北久野本一丁目2番30号
10	ソーシャル支援デイサービス	023-655-5955	中里七丁目3番13号
11	リハビリ特化型デイサービス カラダラボ天童老野森	023-665-5893	老野森一丁目6番10号
12	介護予防センター歩くつるかめ	023-674-0348	北久野本二丁目4番6号
13	デイサービスきらめきの里	023-665-5803	山口4540番地1

<地域密着型通所介護(デイサービス)>

定員18人以下の小規模な通所介護施設で、食事・入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	茶話本舗 天童 デイサービス あさひの家	023-674-8040	五日町一丁目2番5号
2	ソーレホーム天童デイサービス	023-674-6600	桜町1番7号
3	デイサービスお茶のみ大学	023-653-3378	北目四丁目7番22号

<認知症対応型通所介護(デイサービス)>

認知症と診断された方が、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。



	事業所名	電話番号	所在地
1	明幸園デイサービスセンター	023-653-1530	矢野目150番地
2	認知症デイサービスきらめきの里	023-665-5803	山口4540番地1

<小規模多機能型居宅介護>

施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	フラワーきため	023-666-8815	北目二丁目4番32号
2	小規模多機能つばさ原町	023-665-0850	原町145番地1
3	小規模多機能いこいのつるかめ	023-665-1325	小関一丁目2番37号
4	小規模多機能型居宅介護支援事業所たかだま	023-674-8711	清池1559番1
5	小規模多機能きらめきの里	023-665-5807	山口4540番地1

<短期入所生活介護(ショートステイ)>

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事や入浴などの介護や機能訓練が受けられます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	特別養護老人ホーム清幸園	023-651-3325	大清水491番地1
2	特別養護老人ホーム明幸園	023-653-3071	矢野目150番地
3	特別養護老人ホームあこがれ	023-652-2711	荒谷1973番地1345
4	ソーレホーム天童ショートステイ	023-674-6600	桜町1番7号
5	ショートステイ お宿つるかめ	023-687-1556	北久野本一丁目2番30号
6	明幸園ショートステイセンター	023-673-0550	矢野目150番地
7	短期入所生活介護事業所たかだま	023-674-8711	清池1559番1
8	ショートステイきらめきの里	023-665-5802	山口4540番地1
9	短期入所生活介護事業所 さくらホーム天童	023-651-8733	芳賀タウン南四丁目8番3号
10	地域密着型特別養護老人ホーム清幸園	023-687-1120	大清水491番地1
11	ショートステイ つるかめの縁	023-652-1255	小関77番地1

<短期入所療養介護(ショートステイ)>

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療によるケアや介護、機能訓練などが受けられます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	介護老人保健施設ラ・フォーレ天童	023-653-8211	道満193番地の1
2	介護老人保健施設あこがれ	023-652-2801	荒谷1973番地884



<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方が、共同で生活できる場(住居)で、食事・入浴などの介護や支援が受けられます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	ラ・フォーレ天童グループホーム	023-658-8707	道満176番地の1
2	ケアステーション21清池	023-658-1050	清池38番地の3
3	ハートステーション西原	023-658-8477	乱川1579番地53
4	ライフステーション寺津	023-656-9630	藤内新田字天神塚206番4
5	グループホームつばさ原町	023-665-0852	原町145番地1
6	グループホームつるかめ	023-665-1330	小関一丁目2番37号
7	グループホームきらめきの里	023-665-5806	山口4540番地1
8	グループホーム鎌田	023-674-7770	鎌田一丁目6番36号

<介護老人保健施設>

病院と在宅の中間施設で、リハビリを受けて在宅復帰を目指す方の入所施設です。

	事業所名	電話番号	所在地
1	介護老人保健施設ラ・フォーレ天童	023-653-8211	道満193番地の1
2	介護老人保健施設あこがれ	023-652-2801	荒谷1973番地884

<介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)>

要介護3以上の方が入所することができ、最期まで安心して過ごせる入所施設です。

	事業所名	電話番号	所在地
1	特別養護老人ホーム明幸園	023-653-3071	矢野目150番地
2	特別養護老人ホーム清幸園	023-651-3325	大清水491番地1
3	特別養護老人ホームあこがれ	023-652-2711	荒谷1973番地1345
4	特別養護老人ホームさくらホーム天童	023-651-8733	芳賀タウン南四丁目8番3号

<地域密着型介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)>

天童市に住所がある要介護3以上の方が、入所できる施設です。

	事業所名	電話番号	所在地
1	地域密着型特別養護老人ホーム清幸園	023-687-1120	大清水491番地1
2	地域密着型特別養護老人ホームたかだま	023-674-8711	清池1559番1
3	地域密着型特別養護老人ホームきらめきの里	023-665-5333	山口4540番地1
4	特別養護老人ホームつるかめの縁	023-652-1255	小関77番地1



<有料老人ホーム>

高齢者の心身の健康を保ち、生活を安定させるために必要な食事・介護・家事・健康管理のうち、いずれかのサービスを一つ以上提供している住まいのことです。

	事業所名	電話番号	所在地
1	ソーレ天童 (介護付)	023-673-9250	天童市田鶴町三丁目5番11号
2	天童もみじ館 (住宅型)	023-652-0223	天童市鎌田一丁目6番37号
3	はなことば天童 (介護付)	023-674-9555	天童市南小畑三丁目3番20号
4	シルバーコート天童南 (住宅型)	023-654-5733	天童市南小畑四丁目9番18号
5	久遠の家 (住宅型)	023-651-5666	天童市鎌田一丁目1番11号

<サービス付き高齢者向け住宅>

主に民間事業者が運営するバリアフリー対応の賃貸住宅で、日中は生活相談員が常駐し、入居者の安否確認やさまざまな生活支援サービスを受けることができます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	福祉のひろば富士の湯	023-651-2861	天童市鎌田一丁目6番52号
2	シニアライフAtoZ天童	023-652-0339	天童市芳賀タウン南二丁目11番15号

<軽費老人ホーム(ケアハウス)>

比較的低額な料金で入所することができ、食事の提供その他日常生活上の支援を受けることができます。

	事業所名	電話番号	所在地
1	ラ・フォーレ天童 ケアハウス	023-658-8708	天童市大字道満173番地1