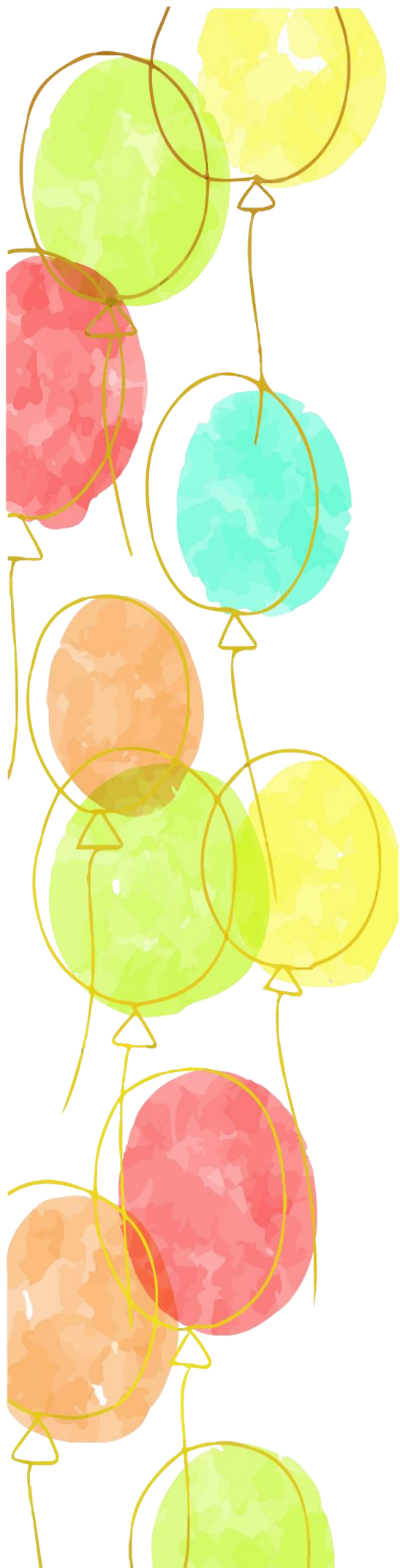


くれ

オレんじガイドブック

呉市認知症ケアパス

認知症の発症、進行に合わせた医療や介護などのサービスを
症状の段階別に紹介し、活用のお手伝いをします。
住み慣れた地域にあるサービスを見つけよう！



目次

☆相談窓口☆

2 ~ 4 ページ

- ・「認知症かもしれない・・・」と思ったときに、お住まいの近くに認知症の人を支える制度やサービスについて、小さなことから相談に乗ってくれる場所があります。
- ・まずは相談することから始めましょう。

☆医療機関☆

5 ~ 7 ページ

- ・認知症は他の病気と同様、早期発見と早期治療が大切です。まずはかかりつけ医に相談しましょう。
- ・必要に応じて認知症専門医を紹介してもらい、サービスを受けることができます。

☆支援サービス☆

8 ~ 9 ページ

- ・住み慣れた地域でいつまでも元気で自立した生活を送ることができるよう、日常生活の支援をします。
- ・介護保険などのサービスを積極的に利用し、適切なサポートを受けましょう。

☆仕事・役割が欲しい☆

10 ページ

- ・自分の役割を持つことでいつまでも自立した生活を送りましょう。
- ・知識や経験を生かし、地域のボランティアや自治会活動などに取り組みましょう。

☆介護予防に取り組みたい☆

11 ~ 13 ページ

- ・認知症の予防や悪化を防ぐために、地域のサークルや活動に参加し、積極的に仲間たちと交流しましょう。
- ・自分自身の目標を定め、その達成に向けて積極的に健康づくりに取り組みましょう。

☆介護予防・生活支援サービス☆

14 ページ

- ・ご自身の持つ能力を最大限に活かしながら、一人ひとりの状態にあったサービスを利用し、要介護状態となることを予防するために、自立へ向けて自分自身の目標を持ちましょう。

☆介護サービス☆

15 ~ 16 ページ

- ・介護が必要な高齢者が安心して生活できるよう、身回りのお手伝いだけでなく、自立を支援します。
- ・かかりつけ医や専門医と相談しながら、多様な医療サービス、福祉サービスを受けることができます。

☆地域密着型介護サービス☆

17 ~ 18 ページ

- ・できる限り住み慣れた地域で生活できるように、呉市が指定した事業者が地域住民に提供するサービスです。
- ・利用者のニーズにきめ細かく応えることができます。

☆住まい☆

19 ~ 20 ページ

- ・認知症の状態に合わせて、よりよい生活を送るために環境を整えましょう。
- ・自宅での生活が難しくければ、施設などへ入所することができます。

好きなんよ



認知症の予防や介護について、お住まいの地域にどんなサービスがあるかを症状の段階別で紹介しています。一緒に探してみましょう！

【予防】物忘れが気になる 【自立】ちよっぴり不安 【見守り】見守りがあれば安心 【手助け】支援が必要 【心配】介護が必要

☆相談窓口☆

高齢者相談室（地域包括支援センター） 地域相談センター	2ページ
認知症・若年性認知症相談会 認知症カフェ	
介護保険についての相談、申請手続き 健康相談（認知症相談、栄養相談など）	
居宅介護支援事業所（ケアマネジャー） 認知症アドバイザー 要介護者巡回相談 介護サービス相談員	
成年後見制度等相談（呉市権利擁護センター） 呉市消費生活センター	4ページ

☆医療機関☆

物忘れ・認知症が診察できる医療機関	5ページ
呉市認知症初期集中支援チーム 認知症疾患医療センター 呉地区認知症診療連携ネットワーク 認知症地域連携バス 紹介先（専門）医療機関	6ページ
オレンジドクター 重度認知症患者デイクア 認知症治療病棟 精神科 心療内科 寝たきり高齢者等往診歯科診療	7ページ

☆支援サービス☆

いきいきバスの交付 認知症サポーター養成講座 チームオレンジ 地域介護教室 配食サービス	8ページ
緊急通報装置の給付等 見守りSOSメール高齢者等事前登録 認知症高齢者家族等支援事業（GPS端末機の助成） 福祉サービス利用援助事業「かけはし」 すこやかサポート事業 高齢者紙おむつ購入助成事業	9ページ

☆仕事・役割が欲しい☆

自宅・地域での仕事（役割） 呉市市民協働センター シルバー人材センター 芸南たすけあい	10ページ
--	-------

☆介護予防に取り組みたい☆

高齢者マシントレーニング教室 からだ元気アップ教室 すこやかサロン きてくれサロン おたっしや筋力アップ教室	11ページ
貯筋グループ 認知症予防教室 口腔ケア ミニ講演会	12ページ

☆介護予防に取り組みたい☆

ふれあい・いきいきサロン 自主グループ 老人クラブ	12ページ
健康教室 老人福祉センター みはらし荘	13ページ

☆介護予防・生活支援サービス☆

総合事業ホームヘルプサービス 生活支援ホームヘルプサービス 短期集中訪問サービス 支え合いホームヘルプサービス その他生活支援サービス 総合事業デイサービス 運動型デイサービス 短期集中通所サービス	14ページ
--	-------

☆介護サービス☆

福祉用具の貸与 福祉用具購入費 住宅改修費 居宅療養管理指導 通所介護（デイサービス） 通所リハビリテーション（デイクア） 短期入所生活介護（ショートステイ） 短期入所療養介護（ショートステイ） 訪問介護（ホームヘルプ） 訪問看護 訪問リハビリテーション 訪問入浴介護 特定施設入居者生活介護 短期利用特定施設入居者生活介護	15ページ 16ページ
---	----------------

☆地域密着型介護サービス☆

定期巡回・随時対応型訪問介護看護 認知症対応型通所介護 地域密着型通所介護 小規模多機能型居宅介護 看護小規模多機能型居宅介護 認知症対応型共同生活介護（グループホーム） 短期利用認知症対応型共同生活介護 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	17ページ 18ページ
--	----------------

☆住まい☆

シルバーハウジング 生活支援ハウス 養護老人ホーム ケアハウス サービス付き高齢者向け住宅 有料老人ホーム 介護老人保健施設（老健） 介護老人福祉施設（特養） 介護療養型医療施設 介護医療院	19ページ 20ページ
--	----------------

☆ 認知症 早期発見の目安 ☆

これは、日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。

☆いくつか思い当たることがあれば、一度専門家に相談してみると良いでしょう。

もの忘れがひどい		人柄が変わる	
<input type="checkbox"/>	1.今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる	<input type="checkbox"/>	11.些細なことで怒りっぽくなった
<input type="checkbox"/>	2.同じことを何度も言う・問う・する	<input type="checkbox"/>	12.周りへの気遣いがなくなり、頑固になった
<input type="checkbox"/>	3.しまい忘れ、置き忘れが増え、いつも探し物をしている	<input type="checkbox"/>	13.自分の失敗を人のせいにする
<input type="checkbox"/>	4.財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う	<input type="checkbox"/>	14.「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
判断・理解力が衰える		不安感が強い	
<input type="checkbox"/>	5.料理・片づけ・計算・運転などのミスが多くなった	<input type="checkbox"/>	15.一人になると、恐がったり寂しがったりする
<input type="checkbox"/>	6.新しいことが覚えられない	<input type="checkbox"/>	16.外出時、持ち物を何度も確かめる
<input type="checkbox"/>	7.話のつじつまが合わない	<input type="checkbox"/>	17.「頭が変になった」と本人が訴える
<input type="checkbox"/>	8.テレビ番組の内容が理解できなくなった	意欲がなくなる	
時間・場所が分からない		<input type="checkbox"/>	18.下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
<input type="checkbox"/>	9.約束の日時や場所を間違えるようになった	<input type="checkbox"/>	19.趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
<input type="checkbox"/>	10.慣れた道でも迷うことがある	<input type="checkbox"/>	20.ふさぎ込んで、何をするのも億劫がり、嫌がる

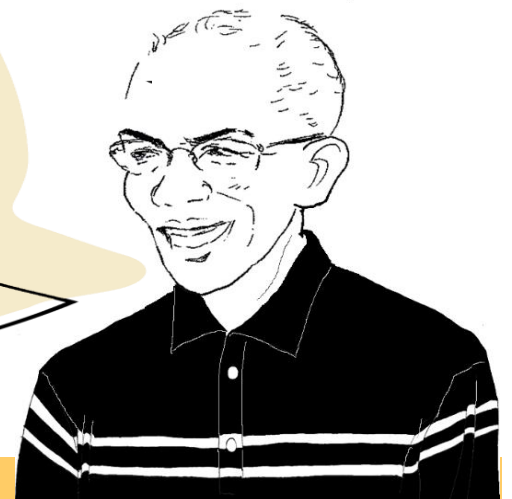
【公益社団法人 認知症の人と家族の会 作成】

～Sさんからのメッセージ～

妻の認知症がわかって数年は誰にも話したくないという思いで、ひたすら秘密にしていました。しかし、妻が「一人歩き」をするようになり、意を決して、ご近所や自治会、お店など地域の皆さんに妻のことを告白し、地域で見守ってもらうようにしました。

その後は本当に気持ちが楽になり皆さんも「何かあればいつでも相談してよ」と言ってくださり、その言葉がいつも心の支えになっています。

“一人で抱え込まないこと！”が大切です。



☆相談窓口☆

高齢者相談室（地域包括支援センター）

予防 自立 見守り 手助け 心配

高齢者の相談窓口として、介護予防サービス、保健、医療、福祉についての相談や、成年後見制度、高齢者虐待などの権利擁護について専門職員に気軽に相談できます。心配事や悩み事など総合的に応えます。

認知症地域支援推進員を配置し、専門的な立場から知識や技術を紹介しており、認知症のささいな相談に応じています。介護支援専門員や医療機関と連携しながら適切な対応に取り組んでいます。

高齢者相談室 (昭和地域包括支援センター)	呉市焼山西3-4-17	30-5666
--------------------------	-------------	---------

地域相談センター

予防 自立 見守り 手助け 心配

在宅介護や保健福祉サービスなど、高齢者の心配ごとや悩みごとなどについて応えます。地域におけるもっとも身近な相談窓口です。

後楽荘	呉市焼山町字打田623	34-5004
栃ノ木荘	呉市栃原町150-2	34-2755

認知症・若年性認知症相談会

予防 自立 見守り 手助け 心配

家族の様子がおかしい、もしかして認知症？などの心配事に認知症の専門家が相談に応じます。お住まいの地域でも相談会を実施します。祝日の際は日程が変更になることがあります。実施時期、開催場所の詳細はお問い合わせください。

呉市役所 1階 相談室 (呉市中央4-1-6)	毎月第3水曜日 13時半～15時半	1人30分程度	先着順 1日4人まで
----------------------------	----------------------	---------	---------------

○申込み：高齢者支援課 ☎ 25 - 5694

認知症カフェ

予防 自立 見守り 手助け 心配

認知症の方やその家族が気軽に集まり、お茶を飲みながら過ごしたり、専門家に気軽に相談をしたりできる場所です。

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「認知症カフェ」をご覧ください。

介護保険についての相談、申請手続き

予防 自立 見守り 手助け 心配

高齢者の福祉、介護保険についてのご相談など随時受け付けています。

介護保険課（呉市役所1階）	呉市中央4-1-6	25-3136
昭和市民センター	呉市焼山中央2-8-12	33-0011

健康相談（認知症相談、栄養相談など）

予防 自立 見守り 手助け 心配

心や身体についての悩みを面接、電話相談にて随時受け付けています。

西保健センター（すこやかセンターくれ3階）	呉市和庄1-2-13	25-3542
-----------------------	------------	---------

居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）

見守り 手助け 心配

家庭で快適な生活を送るために最善なプランを提案します。利用者の負担はありません。

広島県看護協会 居宅介護支援事業所 ひかり	呉市焼山西3-17-9	30-5061
おかげさま 居宅介護支援事業所	呉市焼山泉ヶ丘1-2-14	30-6550
温養院 居宅介護支援事業所	呉市焼山中央6-6-13	34-5656
居宅介護支援事業所 後楽荘	呉市焼山町字打田623	34-5004
ケアマネセンターおおはた 有限会社	呉市焼山南1-2-5	33-5176
老人保健施設コスモス園 居宅介護支援事業所	呉市焼山北3-171-4	34-4000
コスモス園 居宅介護支援事業所	呉市焼山北3-21-5	34-4001
栃ノ木荘 居宅介護支援事業所	呉市栃原町中倉150-2	34-2755

認知症アドバイザー

予防 自立 見守り 手助け 心配

認知症介護の専門的知識を持つアドバイザーが、認知症の方を介護しているご家族の相談に応じます。

特別養護老人ホーム コスモス園	呉市焼山北3-21-5	33-8000
特別養護老人ホーム 温養院	呉市焼山中央6-6-13	33-3858
グループホーム（夢）	呉市焼山本庄4-2-18	30-3080
グループホーム やまびこの里	呉市焼山南1-7-10	27-3787
グループホーム 楽々八景山	呉市焼山町字打田623	30-3578
グループホーム 温養院	呉市焼山中央6-6-13	33-3858

要援護者巡回相談

予防 自立 見守り 手助け 心配

地域の民生委員が、ひとり暮らしや寝たきり高齢者、その家族を支えるため自宅を訪問し、日常生活の状況や健康状態の変化などの見守りを行います。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25 - 3138

介護サービス相談員

予防 自立 見守り 手助け 心配

利用者と事業者の橋渡し役として、介護保険施設及び事業所を訪問し、介護サービスの相談、要望などをお聞きします。介護サービスについて困ったことや心配事など、みなさまからの相談に応じます。電話での相談もお受けします。

○お問い合わせ：介護保険課 ☎ 25 - 3137

成年後見制度等相談（呉市権利擁護センター）

予防 自立 見守り 手助け 心配

認知症や障害などで、判断能力や意思能力が不十分な方が安心して地域で暮らせるよう、専門家が財産管理、生活面の配慮や手続きを行います。虐待に関する相談や成年後見人等の相談支援を行います。

実施日時等変更になる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

◆成年後見相談会（専門家による相談を実施しています）

原則1人1時間以内

一般相談	呉市社会福祉協議会1階 相談室他 (呉市中央5-12-21)	毎週月～金曜日 (祝日を除く)	8時半～17時
専門相談 ※予約制 前日正午まで		毎月第3木曜日 (休日の場合、第4木曜日)	13時～16時

○お問い合わせ：呉市社会福祉協議会 呉市権利擁護センター ☎25-0266

呉市消費生活センター

予防 自立 見守り 手助け

商品やサービスに納得できない、言葉巧みに高額な商品売りつけられたなど、悪質商法などの相談に応じます。

○お問い合わせ：呉市消費生活センター（呉市役所1階 市民相談室） ☎25-3218

☆医療機関☆

物忘れ・認知症が診察できる医療機関

予防
自立
見守り
手助け
心配

認知症について不安や心配がある方が、身近なところで気軽に受診し、相談できる医療機関です。診察のほか、相談、助言を行い、必要に応じて、各種制度、サービス等の相談窓口の紹介や、かかりつけ医や家族等への情報提供、助言、専門医療機関の紹介などを行います。

地域	病院名	備考	電話番号
中央	邦友クリニック (呉市中央1-4-2)	初診（要予約） 精密検査はほうゆう病院で実施	23-2111
	心療内科 村岡クリニック (呉市中央2-6-10村上ビルⅡ4階)	診療時間内に診察、検査、治療 (MRI、CT検査なし) ※要予約 ご家族も一緒に受診してください。	32-2223
	呉中通病院 (呉市中通1-3-8)	毎週月曜日午後、木曜日午前（初診） 脳神経内科	22-2510
	藤原脳神経外科クリニック (呉市中通2-1-24)	随時受付（予約も可） 家族と一緒に受診してください	32-2515
	しんこころのクリニック (呉市西中央1-3-10メディカルスクエア5F)	初診（要予約） 月・火・水・金・土曜日：8時半～12時、15時～18時	32-2777
昭和	松田脳神経外科 (呉市焼山中央1-2-16)	MRI、CT検査可 9時～12時、15時～18時 木・土曜日午後休診、日・祝日休診	30-5161
	呉やけやま病院 (呉市焼山南1-8-23)	月～土曜日：9時～12時（要予約） 日・祝日休診	33-0511
阿賀	ほうゆう病院 (呉市阿賀北1-14-15)	物忘れ外来：月・水・木・金曜日午前（要予約） 認知症外来：月～金曜日午前（要予約）	72-2111
	呉みどりヶ丘病院 (呉市阿賀北1-15-45)	月・水～土曜日（要予約） 9時～12時、13時～16時 アルコール関連問題、合併のある認知症であれば対応。	72-6111
広	早川クリニック (呉市広大広2-7-4)	月～土曜日：8時半～12時、13時～17時半 日・祝日・年末年始休診 ※予約制ではないが、初診は午前	76-6007
	横山病院 (呉市広古新開2-5-20)	木・日・祝日を除く、9時～17時半	74-1122
	小早川クリニック心療内科 (呉市広古新開7-24-3 3階)	火～土曜日（初診は電話予約） 認知症診断治療、成年後見制度の診断書可能	76-3351
	中国労災病院 (呉市広多賀谷1-5-1)	毎週月・火曜日午後（要予約） 物忘れが主訴のかかりつけ医からの紹介患者	72-7171
	ふたば病院 (呉市広白石4-7-22)	月～金曜日午前（要予約） ※かかりつけ医があれば紹介状が必要	70-0571
安浦	安浦病院 (呉市安浦町女子畑133)	月・火・木・金曜日※電話にて要予約 9～12時、13時～13時半	84-2075
下蒲刈	公立下蒲刈病院 (呉市下蒲刈町下島2120-4)	毎週水曜日 午前（要予約） 事前にMRI検査等をしてから診察、家族同伴	65-3100
音戸	呉市国民健康保険音戸診療所 (呉市音戸町高須3-7-15)	休診中	50-0622
呉市外	吉田病院 (江田島町津久茂2-6-2)	月～土曜日：8時半～11時半、13時～16時 ※要予約	42-1100
	浅田心療クリニック (広島市安芸区矢野町700)	月～土曜日：8時半～12時半、13時半～17時 ※初診要予約 受付：8時半～17時	082- 888-1191

呉市認知症初期集中支援チーム

予防 自立 見守り 手助け

認知症の方や認知症が疑われる方のご家庭を訪問し、住み慣れた地域で暮らし続けるために、必要な支援を集中的に行い、自立した生活のサポートを行います。

○お問い合わせ

「てとて」 認知症疾患医療センター（ふたば病院） ☎ 70-0571

「ひなた」 ほうゆう病院内 ☎ 27-3322

認知症疾患医療センター

予防 自立 見守り 手助け 心配

地域の保健医療、福祉、介護等の関係機関と連携を図りながら、認知症疾患に関する鑑別診断、治療方針の選定、専門医療相談を実施します。地域保健医療、介護関係者への研修等を行い、県内における認知症疾患の保健医療水準の向上を目指します。

認知症疾患に関する不安や悩みのある方やご家族等からの相談について、専門の相談員が対応いたします。

○お問い合わせ：認知症疾患医療センター（ふたば病院） ☎ 70-0571

「専門外来」（初診・再診とも予約制） 月～金曜日 9時～12時（祝日、年末年始、盆を除く）

「電話相談」（相談無料） 月～金曜日 9時～17時（祝日、年末年始、盆を除く）

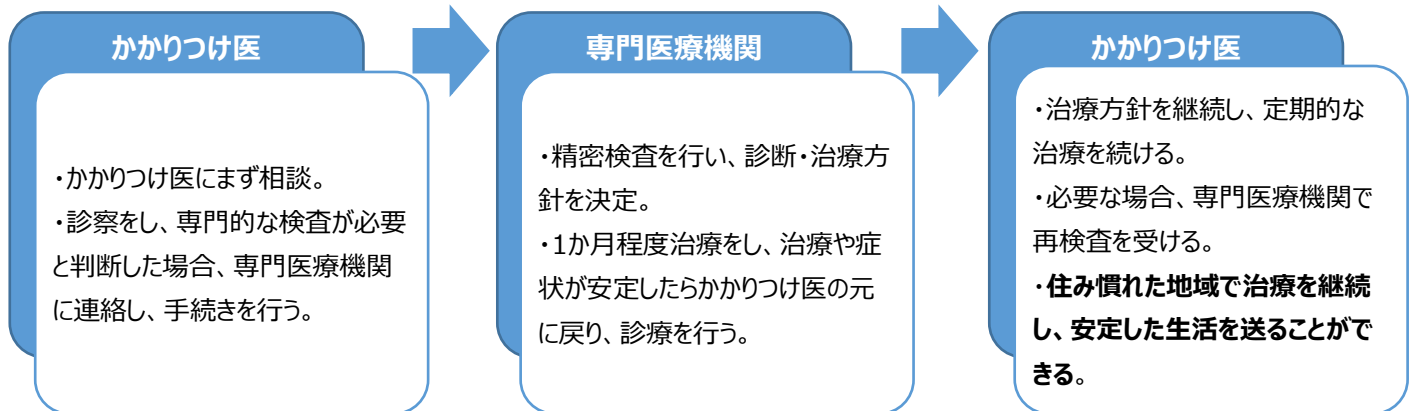
呉地区認知症診療連携ネットワーク

予防 自立 見守り 手助け 心配

（認知症地域連携パス 紹介先（専門）医療機関・オレンジドクター）

物忘れがひどく、認知症の疑いや心配のある方の診察・診療を、患者の症状に応じて、かかりつけ医療機関と認知症専門医療機関が、役割や機能を分担しながら連携して行います。

認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた、環境のよい地域で暮らし続けるためのサポートを行います。



認知症地域連携パス 紹介先（専門）医療機関

予防 自立 見守り 手助け 心配

呉中通病院	呉市中通1-3-8	22-2510
藤原脳神経外科クリニック	呉市中通2-1-24	32-2515
呉共済病院	呉市西中央2-3-28	22-2111
松田脳神経外科	呉市焼山中央1-2-16	30-5161
呉医療センター	呉市青山町3-1	22-3111
ほうゆう病院	呉市阿賀北1-14-15	72-2111
ふたば病院	呉市広白石4-7-22	70-0555
中国労災病院	呉市広多賀谷1-5-1	72-7171
公立下蒲刈病院	呉市下蒲刈町下島2120-4	65-3100

オレンジドクター

予防 自立 見守り 手助け 心配

もの忘れや認知症が気になったら、お近くのオレンジドクターに相談しましょう。必要に応じ専門医療機関に紹介します。

こたち胃腸科・内科医院 小刀 武幸（胃腸科・内科）	呉市焼山中央1-15-25	33-0292
焼山中央内科クリニック 清水 泉（内科）	呉市焼山中央2-5-7-1F	34-2511
森岡整形外科医院 森岡 大三郎（整形外科）	呉市焼山中央2-9-37	34-1800
老人保健施設コスモス園 横手 祐司（内科）	呉市焼山北3-171-4	34-4000
浜田内科泌尿器科 濱田 金三郎（内科）	呉市焼山本庄4-8-16	33-6611

重度認知症患者デイケア

手助け 心配

重度の認知症の方が、日中安心して穏やかに過ごせる場を提供します。お一人お一人の状態に応じたプログラムを作成し、心身の健康を維持し、在宅生活を継続していくために必要なケアをおこなう医療保険のデイケアです。

ほうゆう病院 院長 長尾 正嗣	呉市阿賀北1-14-15	72-2111
呉やけやま病院 院長 森 和彦	呉市焼山南1-8-23	33-0511
ふたばの森 院長 高見 浩	呉市広白石4-7-22	70-0555

認知症治療病棟

手助け 心配

認知症の方に、せん妄や妄想などの精神症状が出て在宅で見られなくなった時、入院して治療する病棟です。

ふたば病院	呉市広白石4-7-22	70-0555
呉やけやま病院	呉市焼山南1-8-23	33-0511
ほうゆう病院	呉市阿賀北1-14-15	72-2111

精神科

見守り 手助け 心配

落ち込みやイライラなどの気分症状、睡眠症状、幻聴や幻覚などの精神症状、認知症やうつ病、統合失調症、不安障害、強迫性障害やPTSDなどの心の病気の診療を行います。

安浦病院	呉市安浦町女子畑133	84-1601
------	-------------	---------

心療内科

見守り 手助け 心配

様々なストレスが要因で体に症状が現れる心身症の治療を行います。主な症状に倦怠感、疲労感、動悸、手足のしびれ、めまいや耳鳴り、喘息、腹痛や下痢などがあります。

音戸診療所（休診中）	呉市音戸町高須3-7-15	50-0622
------------	---------------	---------

寝たきり高齢者等往診歯科診療

心配

寝たきりで通院治療ができない方を対象に、歯科の往診を行います。

○お問い合わせ：呉市歯科医師会 ☎ 2 5 - 4 4 4 1

☆支援サービス☆

いきいきパスの交付

予防 自立 見守り

バスに乗って外にでよう！バスによる市内移動を支援し、高齢者の閉じこもり防止や社会参加を応援します。呉市内の文化施設などの優待もあります。

対象者：満70歳以上で、紙おむつ購入助成券、福祉タクシー乗車券、いきいきパス（障害者）のいずれも交付を受けていない人

1乗車につき100円※いきいきパスに現金を入金して支払います。運賃140円以下の区間は無料です。

◆広島電鉄バス：市内の路線バス

（広島呉線、呉広島空港線は除く。広島焼山線は矢野南5丁目以降の降車は利用不可）

◆呉市生活バス

◆地区内生活バス：川尻、下蒲刈の各地区の単一料金の地区生活バス

（カードリーダーがないため、パスを提示し現金100円を支払う）

◆瀬戸内産交バス：中国労災病院～沖友天満宮前 区間

○バス路線に関する問い合わせ：交通政策課地域交通グループ ☎25-3239

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎25-3139

認知症サポーター養成講座

予防 自立 見守り 手助け 心配

認知症を理解し、認知症の方やその家族を温かく見守り支援するサポーターを養成しています。受講すればどなたでもサポーターになることができます。受講者にはサポーターの証である認知症サポーターカードが配られます。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎25-5694

チームオレンジ

予防 自立 見守り 手助け 心配

認知症の人や家族が抱えている生活上の困りごとなどに対し、認知症サポーター養成講座を受講したボランティアがチームを組んで、支援や相談に応じます。チームによって支援活動は異なります。引き続きチーム募集中です！

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎25-5694

チーム名	対象地区	活動内容
チームオレンジ <small>かいご</small> 快娛	呉市全域	認知症家族の方へ、電話や対面にて傾聴支援

地域介護教室

予防 自立 見守り 手助け 心配

適切な介護の方法や知識、技術等を学びます。介護者との情報交換、交流を行い、地域で支え合うまちづくりの輪を広げます。みんなで日頃の介護の悩みを共有しあう「家族のつどい」や認知症高齢者を支える「家族の交流会」を実施しています。

○お問い合わせ：各地域相談センター（P2参照）

配食サービス

自立 見守り

認知症や閉じこもり、身体状況により食の確保が困難で低栄養が心配な方に対し、低栄養状態の改善や自立支援を目的とした食事を提供し、併せて安否確認も実施します。（1日1食当たり450円）

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎25-3139

緊急通報装置の給付等

予防 自立

消防局へ直接通報する緊急通報装置を給付し、急病などの緊急時に適切かつ迅速に対応します。協力員が必要です。
(利用(設置)料6,600円)

在宅生活を支援するため、火災報知器の設置や電磁調理器を給付します。ただし、火災報知器は緊急通報装置の設置が必要です。(利用料は世帯所得により異なります。)

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25-3139

見守りSOSメール高齢者等事前登録

見守り 手助け 心配

高齢者または障害者の緊急事態等に、事前に登録しておいた情報を警察署や消防局などの協力事業者(見守りサポーター)のパソコンや携帯電話・スマートフォンに見守りSOSメールとして配信し、より多くの方に協力していただき早期発見・保護につなげます。

○お問い合わせ：福祉保健課 重層的支援推進室 ☎ 25-57150

認知症高齢者家族等支援事業(GPS端末機の助成)

見守り 手助け 心配

機器購入費など初期費用の3/4を助成します(上限2万円)。※契約する前に申請が必要です。

※申請できる方(次の1~3の全てに該当する高齢者等を介護している方)

1. 呉市に住民票があること(入院、施設入所の方は対象外)
2. 要支援・要介護認定を受けていること
3. 認知症による、はいかい行動が見られること

【対象経費】

1. 契約時に必要とする、加入、登録手数料
2. 端末機本体の購入費用又は初回使用のレンタル基本費用
3. 端末機に使用する電池、充電器等付属機器の経費
4. 初回基本料金

※導入後の月々の費用は全て自己負担となります。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25-5694

福祉サービス利用援助事業「かけはし」

自立 見守り 手助け 心配

認知症や知的障害、精神障害のため判断能力が不十分で、日常生活に不安がある人が地域において自立した生活が送れるよう、福祉サービスの利用支援や、日常的な金銭管理、通帳等を預かるサービスです。

○お問い合わせ：呉市社会福祉協議会・呉市権利擁護センター ☎ 25-0266

すこやかサポート事業

予防 自立 見守り 手助け 心配

高齢者または障害者のみの世帯などで、ごみ出しが困難な世帯を対象に、玄関先からの個別収集を行います。

○お問い合わせ：環境業務課(広) ☎ 74-9100(安浦) ☎ 87-5100(音戸) ☎ 51-2544

高齢者紙おむつ購入助成事業

手助け 心配

寝たきりなどにより、常時おむつを必要としている高齢者及びその介護者に助成券を年4回まとめて支給します。

要介護4または要介護5の認定を受けている人：月額4,000円

要介護3の認定を受けている人：月額2,000円

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25-3139

☆仕事・役割が欲しい☆

自宅・地域での仕事（役割）

予防 自立 見守り 手助け 心配

洗濯、ゴミ捨て、食器をさげるなど、小さなことでも役割を持ちましょう。役割を持つことで脳が活性化し、いきいきとします。

呉市市民協働センター

予防 自立

呉地域で活動するボランティア団体の情報を発信しています。ボランティア活動をしたい方はご相談ください。

○お問い合わせ：くれ協働センター 呉市役所1階 ☎25-5602

ひろ協働センター 広市民センター4階 ☎71-0321

シルバー人材センター

予防 自立

生きがいづくりと社会参加を促進するため、これまで培ってきた経験や技術、能力を生かし臨時的、短期的な仕事を行います。

○お問い合わせ：シルバー人材センター ☎21-6611

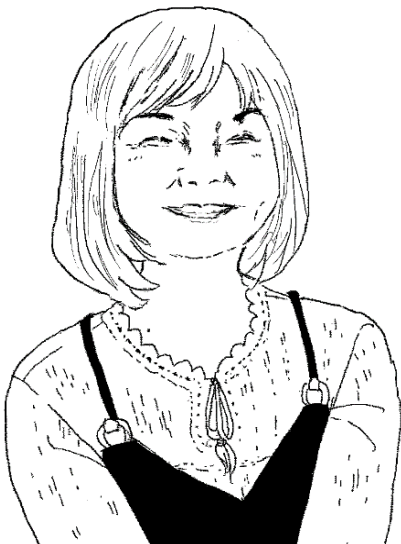
芸南たすけあい

予防 自立

NPO法人（特定非営利活動法人）として広島県の認証を受けた在宅介護の市民活動団体です。自分の空いている時間に、自分にできるサービスを提供し、自分が困ったときにはサービスが受けられます。

○お問い合わせ：芸南たすけあい ☎29-1717

～介護者からのメッセージ～



介護は **笑顔** とシエアすることが大事。
決して一人で抱え込まないで！
ご近所さんとも「おたがいさま」の気持ちで
支え合ひましょう😊

信友直子



☆介護予防に取り組みたい☆

高齢者マシントレーニング教室

予防 自立

高齢者向けのトレーニングマシンなどを使用し、トレーニングを行います。転倒による骨折予防や筋力の維持、向上を図るための教室です。

- ・利用回数：週1回もしくは月2回（全12回程度。※実施場所により異なります。）
- ・利用料：無料

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「介護予防教室」をご覧ください。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25 - 3104

からだ元気アップ教室

予防 自立

家庭でできる運動で、筋力の維持、向上や歩行能力の改善を図ります。トレーニングマシンを使用しない教室です。

- ・利用回数：週1回もしくは月2回（全12回程度。※実施場所により異なります。）
- ・利用料：無料

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「介護予防教室」をご覧ください。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25 - 3104

すこやかサロン

予防 自立

まちづくりセンターなどにおいて、家に閉じこもりがちな高齢者などに対し、介護予防（主に閉じこもり、認知症予防）を目的として、健康教育、軽体操、レクリエーションなどを実施します。

- ・利用回数：週1回（6ヶ月間程度）
- ・利用料：材料費など実費負担があります。

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「介護予防教室」をご覧ください。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25 - 3104

きてくれサロン

予防 自立 見守り

介護保険施設などで、家に閉じこもりがちな高齢者などに対し、介護予防（主に閉じこもり、認知症予防）を目的として、健康教育、軽体操、レクリエーションなどを実施します。

- ・利用回数：実施場所により異なります。
- ・利用料：1回100円と実費負担があります。

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「介護予防教室」をご覧ください。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25 - 3104

おたっしゃ筋力アップ教室

予防 自立

介護予防全般（運動器の機能向上、栄養改善、口腔ケア）に関する総合、実践講座です。自宅から歩いて行ける場所で介護予防に取り組むことができます。教室終了後は自分たちで筋力の維持、向上ができるよう支援を行います。

- ・利用回数：1か月～3か月（※実施場所により異なります。）
- ・利用料：無料

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25 - 3104

貯筋グループ

予防 自立 見守り

自宅から歩いて行くことができる地域で、地域の人が主体となって、いきいき百歳体操等の筋力アップを目的とした活動を継続する5人以上のグループです。

- ・利用回数：週1回程度
- ・利用料：実施グループにより異なります。

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「住民主体の通いの場」をご覧ください。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 0 4

認知症予防教室

予防 自立

まちづくりセンターなどにおいて行われる、認知症についての正しい理解や予防などに関する教室です。

- ・利用回数：実施地域により異なります。
- ・利用料：無料

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 0 4

口腔ケア ミニ講演会

予防 自立

歯や口の疾患を予防し、口腔機能を維持するため、誤えん性肺炎（誤えん：飲食物が誤って気管に入ってしまうこと）などの全身疾患の予防方法について学びます。

- ・利用料：無料

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 0 4

ふれあい・いきいきサロン

予防 自立 見守り

地域の人が老人集会所などで自発的に行っているサロンです。健康教育、軽体操、レクリエーションなどを実施します。

- ・利用料：実施地域により異なります。

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「住民主体の通いの場」をご覧ください。

○お問い合わせ：社会福祉協議会 ☎ 2 5 - 3 5 0 5

自主グループ

予防 自立 見守り

呉市が実施する介護予防事業を受講後、自らがグループを組み、専門職や高齢者相談室（地域包括支援センター）の支援を受けながら、自分たちで運動を続けているグループです。

詳しくは冊子「みんなの通いの場」または呉市ホームページ ➡ 「住民主体の通いの場」をご覧ください。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 0 4

老人クラブ

予防 自立 見守り

現在、呉市25地区の老人クラブに8,000名余りの方が入会し元気に活動しています。

あなたの町の老人クラブで仲間をつくり、健康づくり、社会参加、教養、レクリエーションなどの活動を通して、いつまでもいきいきと輝いて暮らしましょう。

○お問い合わせ：呉市老人クラブ連合会事務局（高齢者支援課内） ☎ 0 8 0 - 8 9 8 5 - 2 5 6 2

健康教室

予防 自立

健康保持、増進のため、介護予防、認知症予防、歯周病予防、心の健康等の講話を行います。

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 25 - 3104

老人福祉センター みはらし荘

予防 自立

高齢者の健康の増進、教養の向上やレクリエーションの提供等を行います。お風呂の利用や各種教室を開催しています。

○お問い合わせ：みはらし荘 ☎ 28 - 3137

☆介護予防・生活支援サービス☆

詳しくは冊子「別冊オレンジガイドブック」をご覧ください。呉市ホームページ → 「総合事業」で検索!!

《訪問型サービス》

総合事業ホームヘルプサービス

予防 自立 見守り

ホームヘルパー等が家庭を訪問し、入浴、食事等の介護や、調理、洗濯、掃除等の家事を援助するサービスです。（介護予防訪問介護相当のサービス）（※自己負担あり）

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

生活支援ホームヘルプサービス（緩和基準によるサービス）

予防 自立 見守り

ホームヘルパー等（一定の研修を修了した従事者）が家庭を訪問し、調理、洗濯、掃除等の家事を援助するサービスです。身体介護は行いません。（※自己負担あり）

※サービスの例：草取り、家具や家電の移動、話し相手、電球交換など

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

短期集中訪問サービス

予防 自立 見守り

リハビリテーション専門職が家庭を訪問し、生活機能上の問題を把握、評価し、運動機能、口腔機能、栄養機能など生活機能改善に向けた助言、指導を短期集中的に行うサービスです。

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

支え合いホームヘルプサービス（住民主体によるサービス）

予防 自立 見守り

ボランティア団体等が軽微な生活援助を行うサービスです。サービス内容や利用料は実施団体ごとに異なります。

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

その他生活支援サービス

予防 自立 見守り

地域ごとに見守り支援等の輪が広がっています。

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

《通所型サービス》

総合事業デイサービス（介護予防通所介護相当サービス）

予防 自立 見守り

事業所に通いながら、入浴や食事などの日常生活の世話や機能訓練等を行うサービスです。（※自己負担あり）

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

運動型デイサービス（緩和基準によるサービス）

予防 自立 見守り

☆楽しく体力づくり教室

市と契約する民間スポーツ施設で気軽に体力づくりに取り組むことができるサービスです。

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

利用料：一回あたり 50円/30分、100円/60分

短期集中通所サービス

予防 自立 見守り

通所リハビリテーション施設などで、専門職が利用者の状態に合わせた個別プログラムを組み、自立支援を目的としたリハビリテーションを集中して行い、運動機能、口腔機能、栄養状態の改善を図ります。

利用できる人：事業対象者、要支援1、2

☆介護サービス☆

詳しくは冊子「別冊オレンジガイドブック」をご覧ください。呉市ホームページ → 「オレンジガイドブック」で検索!!

福祉用具の貸与

自立 見守り 手助け 心配

福祉用具を貸与します。※利用料は福祉用具の種目などによって異なります。要介護度により利用できない品目があります。詳しくは担当のケアマネジャーにご相談ください。

サービスの例：車椅子、特殊寝台、歩行器、認知症老人徘徊感知機器 など

福祉用具購入費

自立 見守り 手助け 心配

レンタルできない、排せつや入浴のための福祉用具を購入したときの費用を支給します。年間10万円（支給額は9万円：1割負担の場合）まで。（ただし、購入できる品目と販売できる事業者が決まっています。）

※自分に合った福祉用具を選ぶために、担当ケアマネジャーや福祉用具専門相談員とよく相談してから購入し、購入後に申請してください。

サービスの例：腰掛便座、簡易浴槽、入浴補助用具 など

住宅改修費

見守り 手助け 心配

手すりの取り付けや段差の解消など、小規模な住宅改修費を支給します。一人につき20万円（支給額は18万円：1割負担の場合）まで。（ただし、改修できる内容は決まっています。）

※改修工事前に申請が必要です。担当ケアマネジャーや福祉住環境コーディネーターとよく相談して、施工箇所や施工業者を決め、介護保険課に申請してください。

サービスの例：手すりの取り付け、段差の解消、滑り防止、引き戸等への扉の変更、便器の取り替え など

居宅療養管理指導

見守り 手助け 心配

医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問し、療養指導をします。

たとえば・・・栄養、歯や入れ歯の管理、薬の飲み方などを知りたい とき

通所介護（デイサービス）

自立 見守り 手助け 心配

事業所に通う方に、入浴、食事など日常生活の世話や機能訓練、レクリエーションなどを日帰りで行うサービスです。

たとえば・・・家族の介護の手を休めたい、人と交流したい とき

通所リハビリテーション（デイケア）

自立 見守り 手助け 心配

日常生活の自立を目指し、老人保健施設や病院などに通い、医師の指示のもと日帰りでリハビリテーションを行います。

たとえば・・・施設に通ってリハビリを受けたい とき

短期入所生活介護（ショートステイ）

自立 見守り 手助け 心配

一時的に自宅で生活することが難しい場合などに特別養護老人ホームなどに短期入所することができます。入浴、排せつ、食事などの介護や、その他の日常生活の世話、機能訓練を行います。

たとえば・・・しばらく家族の介護の手を休めたい、急用や旅行などで介護できない とき

短期入所療養介護（ショートステイ）

自立 見守り 手助け 心配

一時的に自宅で生活することが難しい場合などに老人保健施設などに短期入所することができます。看護、医学的管理下における介護、機能訓練、その他必要な医療、日常生活の世話をを行います。

たとえば・・・しばらく家族の介護の手を休めたい、急用や旅行などで介護できない とき

訪問介護（ホームヘルプ）

自立 見守り 手助け 心配

ホームヘルパー（訪問介護員）が家庭に来て、入浴、排泄、食事などの身体介護や、掃除、調理などの生活援助を行います。（※内容の詳細はケアマネジャーに相談してください。）

たとえば・・・入浴やトイレ、食事などを自分ひとりですることが難しい とき

訪問看護

自立 見守り 手助け 心配

病気はあるが自宅で暮らしたい方を対象に、医師の指示に基づき、看護師などが必要な診療の補助などをします。

たとえば・・・床ずれの手当て、医療機器（在宅酸素など）の管理などが必要

訪問リハビリテーション

自立 見守り 手助け 心配

通いが困難な方の自立を助けるため、医師の指示に基づき、理学療法士、作業療法士などが自宅に訪問し、理学療法や作業療法、その他必要なリハビリテーションを行います。

たとえば・・・退院した後も自宅でリハビリを続けたい、自分ではリハビリできない ときに

訪問入浴介護

手助け 心配

看護職員と介護職員が家庭に移動式の浴槽を持ち込んで、入浴の介助を行います。

たとえば・・・ひとりでお風呂には入れない ときに

特定施設入居者生活介護

自立 見守り 手助け 心配

有料老人ホームやケアハウスなどに入所している方に、在宅と同じように入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練を行います。外部サービス利用型として、外部の訪問系や通所系のサービスを利用する事業所もあります。

たとえば・・・有料老人ホームで生活しているが、介護などの世話を受けたい ときに

短期利用特定施設入居者生活介護

自立 見守り 手助け 心配

短期間、有料老人ホームやケアハウスなどの特定施設で、在宅と同じように入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練などを受けられます。

たとえば・・・有料老人ホームで生活しているが、介護などの世話を受けたい ときに

☆地域密着型介護サービス☆

できる限り住み慣れた地域で生活できるように、呉市が指定した事業者が呉市に住民票がある方に提供するサービスです。施設などの規模が小さいので、利用者のニーズにきめ細かく応えることができます。原則として、他の市区町村の事業所のサービスは受けられません。

詳しくは冊子「別冊オレンジガイドブック」をご覧ください。呉市ホームページ ➡ 「別冊オレンジガイドブック」で検索!!

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

手助け 心配

可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、定期的な巡回や随時通報への対応など、利用者の心身の状況に応じて、24時間365日、日中、夜間を通じて、訪問介護と訪問看護を一体的にまたは密接に連携しながら必要なサービスを必要なタイミングで柔軟に提供します。

たとえば・・・定期巡回や随時対応などのサービスを受けながら自宅での生活を継続したい とき

認知症対応型通所介護

見守り 手助け 心配

認知症と診断された高齢者を対象に、事業所に通う方に、日帰り入浴、排泄、食事の介護など日常生活の世話や、機能訓練等の専門的なケアを行います。

たとえば・・・家族の介護の手を休ませたい、人と交流したい とき

地域密着型通所介護

自立 見守り 手助け 心配

事業所に通う方に、入浴、食事など日常生活の世話やレクリエーションなどを日帰りで行います。

たとえば・・・家族の介護の手を休ませたい、人と交流したい とき

小規模多機能型居宅介護

自立 見守り 手助け 心配

通いを中心に訪問や泊まりを組み合わせ、1つの事業所で多機能なサービスを提供します。地域にある小規模な施設への日中の「通い」を中心に、利用者の状態や希望に応じて「訪問」や「泊まり」のサービスを行います。

たとえば・・・住み慣れた自宅で日常生活を続けたい とき

看護小規模多機能型居宅介護

見守り 手助け 心配

医療ニーズの高い要介護者の在宅での生活支援を図るため、利用者の心身の状態や希望に応じて、「通い」を中心として、「宿泊」、「訪問（介護・看護）」を組み合わせ、医療と介護を一体的に提供するサービスです。

たとえば・・・住み慣れた地域で生活を継続できるよう、通い・訪問・宿泊を組み合わせたい サービスを受けたい とき

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

見守り 手助け

認知症と診断された高齢者が、家庭的な環境のもと少人数で共同生活を行う住宅です。入浴、排泄、食事の介護などの日常生活の世話や機能訓練を行います。

たとえば・・・認知症があるが、家庭的な環境で生活を送りたい とき

短期利用認知症対応型共同生活介護

見守り 手助け

グループホームに短期間入居し、入浴、排泄、食事などの介護や機能訓練を行います。

たとえば・・・認知症があるが、家庭的な環境で生活を送りたい とき

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

見守り 手助け 心配

定員が29名以下の小規模な介護老人福祉施設です。自宅での生活が困難な方が対象で、介護や日常生活上の世話が行われます。医療はほとんど行われません。

たとえば・・・少人数の特別養護老人ホームで介護などの世話を受けたい とき

☆住まい☆

詳しくは冊子「別冊オレンジガイドブック」をご覧ください。呉市ホームページ ➡ 「別冊オレンジガイドブック」で検索!!

シルバーハウジング

予防 自立

バリアフリー対応の公的賃貸住宅です。生活援助員による相談、安否確認、緊急時の対応などのサービスを行います。

対象者：60歳以上の一人暮らし、または夫婦のみの世帯

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 3 9

生活支援ハウス

予防 自立

在宅で自立した生活が困難な方のための施設です。生活援助員が配置され、生活指導や緊急時の対応を行っています。

対象者：60歳以上の一人暮らし、または夫婦のみの世帯で、家族の支援を受けることが困難であって、独立した生活に不安な人

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 3 9

養護老人ホーム

予防 自立 見守り

経済状況及び環境状況により、生活が困難な高齢者が社会復帰及び自立した生活ができるように指導や支援を行う施設です。利用料金は入所者と扶養義務者の所得に応じて異なります。

対象者：65歳以上の、環境上の理由及び経済的理由により、居宅において養護を受けることが困難な人で、市が必要と認めた人

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 3 9

ケアハウス

予防 自立 見守り 手助け 心配

低額な料金で、家族による援助や自炊が困難になり体力にも自信がなくなった方のための、食事の提供、入浴等の見守り、相談及び援助などのサービスを行う施設です。

利用料金は前年の収入に応じて異なります。介護保険サービスを利用した場合の利用料は1割（所得が一定以上ある方は2割、特に所得の高い方は3割）負担となります。

対象者：60歳以上で、身体機能の低下により生活上の不安があり、家族の支援を受けることが困難な人

○お問い合わせ：高齢者支援課 ☎ 2 5 - 3 1 3 9

サービス付き高齢者向け住宅

予防 自立 見守り 手助け 心配

バリアフリー構造で、安否確認や生活相談サービスを提供する住宅です。生活支援や介護、医療の提供は施設ごとに異なります。

家賃等は全額自己負担となります。介護保険サービスを利用した場合の利用料は1割（所得が一定以上ある方は2割、特に所得の高い方は3割）負担となります。

対象者：60歳以上または要支援・要介護の認定を受けている人

○お問い合わせ：住宅政策課 ☎ 2 5 - 3 8 3 0

有料老人ホーム

予防 自立 見守り 手助け 心配

介護や食事が付いており高齢者が暮らしやすい施設です。「介護付」「住宅型」「健康型」など目的に応じた住まいを選ぶことができます。

家賃等は全額自己負担となります。介護保険サービスを利用した場合の利用料は1割（所得が一定以上ある方は2割、特に所得の高い方は3割）負担となります。

介護老人保健施設（老健）

見守り 手助け 心配

病状は安定しており入院の必要がない方が、自宅に戻るために医師の指示のもと介護やリハビリテーションを行う施設です。また、在宅で生活している方が集中してリハビリテーションを受けたい場合も入所できます。

介護やリハビリが中心の施設です

介護老人福祉施設（特養）

手助け 心配

入院治療の必要はないが常時介護が必要で、自宅での生活が困難な方を対象に、入浴、排泄、食事の介護など日常的な世話やリハビリテーションを行う施設です。長期間の入所が可能です。医療はほとんど行われません。

生活介護が中心の施設です

介護療養型医療施設

心配

病状は安定しているが引き続き療養が必要な方に対し、医師の指示のもと療養や介護を行う施設です。長期間にわたり療養が必要な方が対象となる施設です。医療と介護の両方が行われます。

療養や介護が中心の施設です

介護医療院

心配

長期間にわたり療養が必要な方に、住み慣れた地域で暮らせるよう支援を行う施設です。

住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供する中心の施設です