

# 認知症あんしんガイドブック

～ 認知症になっても安心して地域で暮らすために～



三郷市長寿いきがい課

令和5年7月発行



認知症あんしんガイドブックについて

このガイドブックは、認知症になっても

住み慣れた三郷市で

安心して暮らし続けられるように

認知症に関する相談窓口や制度

地域にある資源をまとめた冊子です。

また、ご自身やご家族が認知症になったときに

どのような生活を送るのか、どのような備えができるのか

大まかな目安として流れを示したものです。

詳細については、各お問合せ先やホームページを

ご参照くださいますようお願い致します。

※このガイドブックはすべての資源を網羅していないことをご了承ください



# もくじ



1. 認知症の進み方と対応	・・・ P. 1～2
2. 将来のために備えておきたいこと・家族の心構え	・・・ P. 3
3. 認知症簡易チェックサイト	・・・ P. 4
4. 脳とからだの健康チェック	・・・ P. 4
5. 地域包括支援センター／認知症地域支援推進員	・・・ P. 5～7
6. 認知症の相談ができる医療機関	・・・ P. 8
7. 認知症疾患医療センター	・・・ P. 9
8. 認知症初期集中支援チーム	・・・ P. 9
9. 若年性認知症支援コーディネーター	・・・ P. 10
10. 三郷市在宅医療・介護連携サポートセンター	・・・ P. 10
11. 認知症の人と家族の会 電話相談	・・・ P. 10
12. 三郷市社会福祉協議会 権利擁護センター	・・・ P. 11
13. 市民後見人による成年後見制度等に関する相談会	・・・ P. 11
14. 安全運転相談窓口	・・・ P. 12
15. 三郷市消費生活相談	・・・ P. 12
16. 徘徊高齢者等探索システム利用助成	・・・ P. 13
17. 高齢者等SOSネットワーク事業	・・・ P. 14
18. 見守り配食サービス	・・・ P. 15
19. 認知症サポーター養成講座	・・・ P. 15
20. 認知症カフェ	・・・ P. 16～17
21. 介護サービス	・・・ P. 18

# 1. 認知症の進み方と対応

右に行くほど発症から

※右記は一例です。	<b>健康</b>	<b>軽度認知障害 (MCI)</b>	<b>認知症初期</b>
<b>本人の様子</b>	自立	工夫することで日常生活は自立 ●物忘れが増える ●意欲がなくなる	見守りがあれば日常生活は自立 ●約束が思い出せない ●探し物が増える ●新しいことが覚えられない ●仕事や家事で失敗が目立つ
<b>本人にできること</b>	<p>物忘れや間違いが増えても日常生活に支障がない状態を<b>軽度認知障害 (MCI)</b>といいます。適切な対応や治療を行うことで進行や症状を緩やかにすること</p>		
<b>地域、家族にできること</b>	<p>【健康づくり・備え】 ○規則正しい生活をする ○異変があった時は受診する ○かかりつけ医をもつ ○認知症サポーター養成講座を受講する (P.15) ○認知症になったとき、どんな生活をしたいか大切な人と話しておく (P.3) ○認知症簡易チェックサイト、脳とからだの健康チェックを実施する (P.4) ○チームオレンジ・本人ミーティング</p> <p>○「認知症かな」と感じたらかかりつけ医や地域包括支援センターに相談する (P.5~7)</p> <p>○工夫しながら自 ○認知症カフェや ○手伝ってほしい</p> <p>○本人の「役割」や「仕事」が続けられるようにする ○認知症が進行したときの「備え」について、本人の意向に ○変化があったときは、「かかりつけ医」に相談する ○認知症カフェ (P.16~17) や家族のつどいに参加する</p>		

認知症の方や家族を支援する体制	<b>相談</b>	認知症や高齢者の福祉、介護保険に関することなどの相談(市役所、地域包括)
	<b>予防・備え</b>	就労の継続の相談 (65歳未満のかたは若年性認知症支援コーディネーター (P.10)) 社会参加 (ボランティア活動、老人クラブ、サークル活動、認知症カフェ (P.16~
	<b>医療・介護</b>	本人や家族の相談に応じ、情報提供やケアプラン作成、 かかりつけ医または専門医 (P.8~9) に相談、認知症初期集中支 ○居宅療養管理指導・訪問 ○デイサービス・デイケア ○ホームヘルパー・訪問入 ○ショートステイ (短期間
	<b>生活支援</b>	地域での見守りや助け合い (民生委員、消費生活相談 (P.12)、認知症サポーター 安否確認 (見守り配食サービス (P.15))、道に迷ったときへの備え (徘徊 お金の管理や財産のこと・契約行為に関すること (成年後見制度 (P.11))
	<b>住まい</b> (自宅以外で生活を考える場合)	○ケアハウス (生活支援や見守りサービスを受けることができる※一般型と ○サービス付き高齢者向け住宅 (バリアフリー構造の住まいで安否確認や生活 ○介護老人保健施設 (機能訓練を目的)

各施設、各サービスにより受け入れ状況が異なる場合がございますので、

→	認知症中期	→	認知症後期
	<b>見守りや手助けがあれば日常生活は自立</b> ●道に迷うことが増える ●季節に合わない服を着る ●服薬管理ができない	<b>日常生活に手助け・介護が必要</b> ●歩行が不安定になる ●気持ちが抑えられなくなることがある ●食事の介助が必要になる	<b>常に介護が必要</b> ●言葉によるコミュニケーションが難しくなる（感情は保たれている） ●ほぼ寝たきりとなる ●食事をうまく飲み込むことができなくなる
分の役割を続ける 当事者同士のつどいなどに参加する ことは周囲に伝える			
○状態に合わせて介護サービスを利用する ○自分の氏名・住所がわかるものを携帯する			
沿って考えておく ○介護保険サービスを上手に利用する ○ひとりで抱え込まず、担当ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談する ○介護者自身の健康管理をする			

<b>支援センター(P.5~7)、認知症の人と家族の会(P.10)</b>		
<b>趣味や特技を活かす(シルバー人材センター)</b>		
<b>~ 17)、地区サロン等)</b>		
サービスの調整 (ケアマネジャー、地域包括支援センター (P.5~7)		
<b>支援チームに相談 (P.9)</b>		
<b>看護 (自宅で診療や看護を受けることができる) ○訪問歯科診療 ○薬剤師による在宅訪問</b>		
(日帰りでの生活に関する機能訓練、レクリエーションや入浴、食事などの介護を受けるサービス)		
<b>浴 (自宅を受けられる生活支援や身体介護サービスや入浴サービス) ○住宅改修 ○福祉用具購入・貸与</b>		
宿泊して介護を受けるサービス) ○小規模多機能型居宅介護 (施設への通い、居宅への訪問、宿泊等の組合せ)		
<b>ター (P.15)</b>		
<b>高齢者等探索システム利用助成 (P.13) 高齢者等SOSネットワーク事業 (P.14)</b>		
介護型があります) ○有料老人ホーム (日常生活を送るうえで必要な介護サービスを受けることができる)		
相談を受けることができる) ○グループホーム (日常生活の支援を受けながら少人数で共同生活ができる)		
○特別養護老人ホーム (常時、介護サービスを受けることができる)		



詳細は直接お問い合わせいただきますようお願い致します。

## 2. 将来のために備えておきたいこと

- 誰もが認知症になる可能性があります。認知症について、学ぶ機会を持ちましょう。
- 認知症を予防するため規則正しい生活を心がけたり、地域の交流の場などへ出かける機会を増やしましょう。
- 今後の生活設計についてよく考え、家族に伝えておきましょう。  
私の人生ノート Life（エンディングノート）を作ることも一つの方法です。長寿いきがい課にて配付しています。
- 介護保険について知る機会を得て、サービスを知っておきましょう。
- かかりつけ医を持ちましょう。
- 車の運転をいつまでするか、あらかじめ家族等とよく話し合っておきましょう。（P.12）
- 【一人暮らしのかた】
- 火の扱いに気を付け、火災報知器をつけたり電磁調理器に変えたりすることを考えましょう。
- 急病等の緊急時に備え、家族等の連絡先が分かるようにメモしておきましょう。

## 家族の心構え

- 一人で抱え込まず、介護の悩みを相談できる仲間をつくりましょう。
- 認知症の人と家族の会（P.10）が、交流会や電話相談を行っていますので相談する機会をつくりましょう。
- 医療や介護の公的制度を知り、がんばりすぎない介護をこころがけましょう。地域包括支援センター（P.5～7）で制度の利用相談ができます。
- 認知症サポーター養成講座（P.15）を受講し、認知症について学びましょう。
- 認知症を隠さないで、身近な人には伝えて理解者や協力者をつくりましょう。
- 今後の生活設計について、本人とよく話し合っておきましょう。
- 必要に応じて、施設等の情報収集は早めに行いましょう。
- 人生の最期をどう迎えるか、早い段階でかかりつけ医とよく話し合っておき、どのような対応が必要か確認しておきましょう。
- 介護の負担が仕事に影響してきたら、離職する前に地域包括支援センター等の相談窓口にご相談しましょう。

### 3. 認知症簡易チェックサイト

認知症は早期発見と適切な医療や対応が重要であるといわれています。

本人、家族、周囲の人がパソコン、スマートフォン、携帯電話等で認知症のチェックができます。

(個人情報を入力をせずにチェックができます。)

ホームページでもご覧になれます。  
「認知症簡易チェックサイト」で  
検索してください。



【QRコードはこちら】



※利用料は無料ですが、通信料は自己負担となります。

**【お問合せ先】** 長寿いきがい課 地域包括係

**☎048-930-7793 (直通)**

### 4. 脳とからだの健康チェック

「3. 認知症簡易チェックサイト」よりも、より詳細なチェックができます。

40分程度の対面による検査により、現在の記憶力や注意力、ご自身の健康度を確認することができます。

認知症の診断をする検査ではありません。物忘れが気になる、集中力が続かない、医療機関の受診に迷っているなど、年齢相応の機能低下なのかを確認することができますので、お気軽にご利用ください。

(結果により、医療機関受診をお勧めする場合があります。)

脳とからだの健康チェックは市内公共施設にて月に1回、  
予約制で開催します。

【QRコードはこちら】

開催日時、場所は市ホームページにて掲載しております。

「脳とからだの健康チェック」で検索してください。

お問合せ、予約は下記までご連絡ください。



**【お問合せ先】** 長寿いきがい課 地域包括係

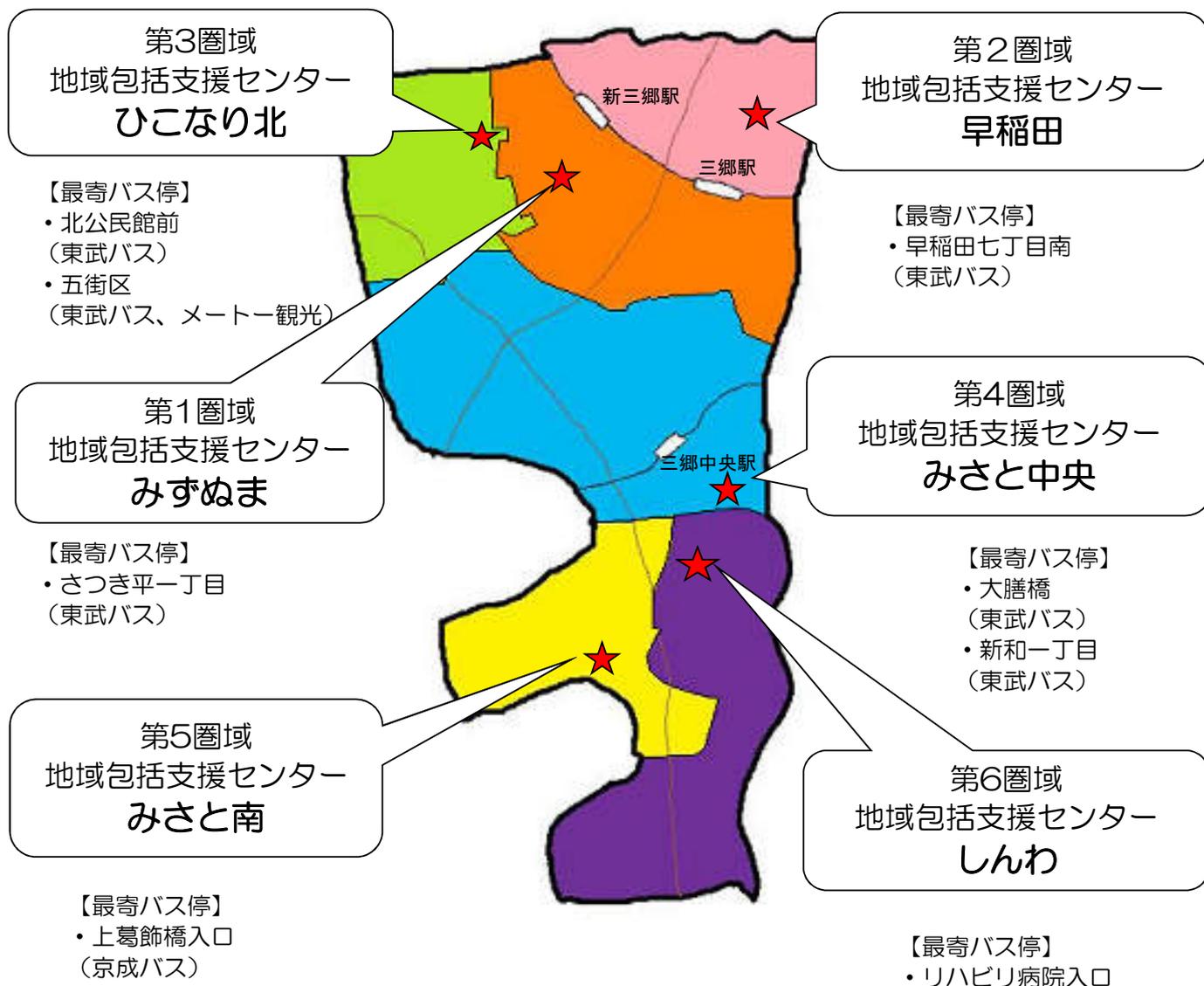
**☎048-930-7793 (直通)**

(QRコードの商標はデンソーウェーブの登録商標です。)

## 5. 地域包括支援センター / 認知症地域支援推進員

高齢者のかたや、介護をしている家族のかたの総合的な相談・支援の窓口です。悩みや、不安、家族介護の悩み等、介護や健康、福祉、医療、生活に関する事のご相談を受け付けております。

各地域包括支援センターに1名ずつ配置されている認知症地域支援推進員は、認知症のかたやそのご家族の相談に対応するほか、市内の地域団体、小中学校や高校、企業などを対象に、認知症を理解してもらうための活動をしています。また、医療機関や介護サービス、認知症カフェなどにつなぐためのコーディネーター役を担っています。



※お住まいの地域により、担当の地域包括支援センターが決まっています。

【第1圏域】 地域包括支援センターみずぬま	
☎ 950-3322	
住所：〒341-0004 上彦名870 瑞沼市民センター3階	
営業時間：月～金曜日 8:30～17:15	
担当エリア 大広戸・仁蔵・笹塚・南蓮沼・駒形・上口（丁目なし）・彦倉（丁目なし）・彦野（丁目なし）・彦成4丁目・采女1丁目・三郷1～3丁目・さつき平1～2丁目・新三郷ららシティ1～3丁目	

【第2圏域】 地域包括支援センター早稲田	
☎ 950-3201	
住所：〒341-0018 早稲田7-1-7 (2階)	
営業時間：月～金曜日 8:45～17:10 土曜日 8:45～12:30	
担当エリア 半田・小谷堀・前間・後谷・田中新田・丹後・彦成5丁目・采女新田・早稲田1～8丁目	

【第3圏域】 地域包括支援センターひこなり北	
☎ 950-6777	
住所：〒341-0003 彦成3-7-7-104	
営業時間：月～金曜日 9:00～17:00	
担当エリア 下彦川戸・上彦川戸・上彦名・彦成1～3丁目・彦音1～2丁目・彦糸1～2丁目・彦川戸1～2丁目・天神1～2丁目	

【第4圏域】 地域包括支援センターみさと中央	
☎949-0090	
住所：〒341-0034 新和2-375	
営業時間：月～金曜日 8:30～17:30	
担当エリア 茂田井・幸房・岩野木・谷中・市助・谷口・花和田・彦江・彦江1～3丁目・彦沢1～3丁目・彦沢・番匠免・番匠免1～3丁目・上口1～3丁目・彦倉1～2丁目・彦野1～2丁目・泉・泉1～3丁目・新和1～2丁目・栄1丁目・中央1～5丁目・インター南1～2丁目・ピアラシティ1～2丁目	

【第5圏域】 地域包括支援センターみさと南	
☎956-8813	
住所：〒341-0035 鷹野5-555 たかの医療福祉会館1階	
営業時間：月～金曜日 9:00～17:00	
担当エリア 栄3～5丁目・鷹野4～5丁目・寄巻・鎌倉・戸ヶ崎・戸ヶ崎1～5丁目	

【第6圏域】 地域包括支援センターしんわ	
☎949-5522	
住所：〒341-0034 新和5-244	
営業時間：月～金曜日 8:30～17:30 土曜日 8:30～12:30	
担当エリア 東町・高州1～4丁目・新和3～5丁目・鷹野1～3丁目	

## 6. 認知症の相談ができる医療機関

医師に認知症の相談ができる医療機関です。電話等での事前予約をお勧めします。

圏域	医療機関名	所在地	電話番号
1	さつき内科	さつき平2-1-2-202	☎951-9100
1	みさと健和団地診療所	采女1-76	☎959-5011
1	たにぐちファミリークリニック	仁蔵523-1	☎050-3146-7471
1	みさと団地中央診療所	彦成4-4-15-101	☎957-5411
1	イムス三郷クリニック	采女1-102-2	☎959-8181
2	クリニックふれあい早稲田	早稲田3-26-3	☎950-3330
2	みさと駅前クリニック	早稲田1-1-1 KTT5ビル1階	☎959-5550
2	みさと協立病院	田中新田273-1	☎959-1811
3	しみず泌尿器科・内科クリニック	彦成1-226	☎957-8865
3	三愛会総合病院	彦成2-342	☎958-3111
4	みさと中央クリニック	中央1-4-13	☎953-5300
4	いわさわ内科医院	幸房472-1	☎953-7300
4	うつみ内科クリニック	谷口568-1	☎953-9681
4	みさとメンタルクリニック	中央1-16-1 みさと中央医療福祉ビル3階	☎953-6100
4	かみぐちクリニック	上口1-2-3	☎952-2323
5	宮川医院	戸ヶ崎2370	☎955-0874
5	あおばファミリークリニック	戸ヶ崎2-286-1	☎955-8621
5	みさと健和クリニック	鷹野4-510-1	☎955-8551
5	とがさきクリニック	戸ヶ崎2-38-2	☎948-1133
6	尾内内科神経科病院	鷹野3-270-1	☎955-8191

※画像診断ができる病院をご紹介しますことがあります。

令和5年3月現在

## 7. 認知症疾患医療センター 武里病院

認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、認知症に関する専門医療相談（電話・面談）などを行っております。

受診を希望される場合は、事前の予約が必要になります。

※「認知症疾患医療センター」とは、認知症患者とその家族が住み慣れた地域で安心して生活するための支援の一つとして、都道府県や政令指定都市が指定する病院に設置するものです。三郷市を担当する認知症疾患医療センターが武里病院です。

【所在地】〒344-0036 春日部市下大増新田9-3	【最寄バス停】かすかべ湯元温泉 (朝日バス)
【営業時間】 月～土曜日 9:00～17:00	【連絡先】認知症疾患医療センター武里病院 <b>☎0120-8343-56</b>

## 8. 認知症初期集中支援チーム



認知症のかたやその家族に早期に関わる「認知症初期集中支援チーム」を派遣し、早期診断・早期対応を行う事業を行っております。

チーム員は、医師と看護師、介護福祉士等の認知症の知識を持つ専門職で構成されています。支援対象のかたの自宅に訪問し、最長6カ月間を目安に集中支援を行います。

<支援対象者>

原則として40歳以上のご自宅で生活をしている認知症のかたや認知症が疑われるかたで、次のいずれかに該当するかたです。

- ・ 認知症の診断を受けていないかた
- ・ 継続的な医療サービスを受けていないかた
- ・ 適切な介護保険サービスに結びついていないかた、利用を中断しているかた
- ・ 認知症の症状が強いため、対応に困っているかた 等

【お問合せ先】市内の各地域包括支援センター（p.5～7）

## 9. 埼玉県・さいたま市若年性認知症支援コーディネーター

65歳未満で発症する認知症を「若年性認知症」といいます。

認知症の進行を遅らせたり、症状を改善できる場合もあるため、早期発見・早期対応が非常に重要です。また、早期から適切なケアや公的制度による支援を受けることができるようになります。

市やご住所を担当する地域包括支援センターなどの相談先以外にも、埼玉県では「若年性認知症支援コーディネーター」を配置し、相談を受け付けております。

お気軽にご相談ください。本人、家族、職場のかた、医療・福祉関係者どなたでも相談できます。

【相談受付時間】

月～金曜日 9:00～16:00

(土日祝、夏季休暇、年末年始除く)

【連絡先】埼玉県・さいたま市若年性認知症  
サポートセンター

☎ 048-814-1212

## 10. 三郷市在宅医療・介護連携サポートセンター



医療介護専門職のための在宅医療・介護に関する相談窓口です。在宅療養を希望するかたや医療・介護関係者への往診医の紹介、在宅での医療や介護に関する相談を受け付けております。

【所在地】〒341-0042

谷口544 (旧保健センター1階)

【最寄】三郷中央駅 徒歩10分

【営業時間】月～金曜日 9:00～17:00

(土日祝、年末年始除く)

【連絡先】三郷市在宅医療・介護連携サポートセンター

☎ 048-949-6119

## 11. 認知症の人と家族の会 電話相談

公益社団法人「認知症の人と家族の会」は1980年に結成された家族の会です。全国に支部があり、情報紙の発行、家族のつどい、介護についての悩みの電話相談などを行っております。

◆ 全国 ◆

【相談受付時間】

月～金曜日 10:00～15:00

(土日祝日を除く)

【連絡先】☎ 0120-294-456

携帯電話からは050-5358-6578

◆ 埼玉県支部 ◆

【相談受付時間】月、火、水、金、土曜日

10:00～15:00

【連絡先】

☎ 048-814-1210



## 1 2. 三郷市社会福祉協議会 権利擁護センター

権利擁護センターでは、判断能力が不十分な高齢者や障がいのあるかた、ご家族や関係者のかたを対象に、成年後見制度や福祉サービスの利用支援に関する相談を受け付けています。

### 【事業内容】

- ①福祉サービスの利用相談や、成年後見制度の相談
- ②福祉サービス利用援助事業（あんしんサポートねっと）  
定期的に訪問し、福祉サービスの利用の援助や暮らしに必要なお金の出し入れや郵便物の確認のお手伝いをします。
- ③講座や出前講座の実施（市民のかた向け）  
権利擁護に関する講座や老いじたく講座を実施します。
- ④ネットワーク会議の開催（関係機関や専門職のかた向け）  
関係機関の職員と成年後見制度について学習し、身近に相談できる体制づくりを行います。

【所在地】 三郷市社会福祉協議会

〒341-0041 花和田638-1  
三郷市健康福祉会館5階

【最寄バス停】

三郷市役所（東武バス）

【営業時間】 月～金曜日 8：30～17：15

（土日祝、年末年始除く）

【連絡先】 三郷市社会福祉協議会

☎ 048-953-4191

## 1 3. 市民後見人による成年後見制度等に関する相談会

市民後見人が市民に身近な場所で成年後見制度等に関する個別相談会を開催しています。後見人を依頼したいかたからのご相談や、判断能力が不十分になる前に死後事務や遺言書等についての相談も受け付けています。相談会を利用する場合は事前予約が必要です。※相談費用は無料です。

【所在地】 ほっとサロン・いきいき

〒341-0003  
彦成3-7-9-1

【最寄バス停】

北公民館前（東武バス）  
五街区（東武バス、メートー観光）

【開催日】 毎月最終日曜日

13：00～15：00

【連絡先】 いきいきネット代表

☎ 090-8568-6953

## 14. 安全運転相談窓口

埼玉県警察運転免許センターでは、運転免許を取得している家族が認知症になりお困りのかた・高齢や病気等で運転に不安のあるかたやそのご家族からの相談に面接や電話で応じています。

【所在地】 埼玉県警察運転免許センター  
〒365-8501

埼玉県鴻巣市鴻巣405-4

【受付時間】  
月～金曜日（祝日・年末年始除く）  
9:00～15:00

【連絡先】

☎ 048-543-2001（音声ガイダンス：  
4番をプッシュ） または☎ #8080

## 15. 三郷市消費生活相談

不必要なリフォームの勧誘や訪問販売、次々と契約をさせられるなどの悪質商法でお困りの場合はご相談ください。

三郷市消費生活センターへの来所または電話で相談できます。（先着順）

【所在地】 三郷市役所 2階  
〒341-8501  
花和田648-1

【最寄バス停】  
三郷市役所（東武バス、マイスカイ交通、京成タウンバス、京成バス、メートー観光、埼玉観光）

【営業時間】 月～金曜日  
（祝日・年末年始除く）  
10:00～12:00、13:00～16:00

※営業時間内に終了するよう、お時間に余裕を持ってご相談ください。

【連絡先】 三郷市消費生活センター

☎ 048-930-7725（直通）

※休日の相談窓口（消費者ホットライン）

電話番号 （局番なし）188

受付時間 土曜日、日曜日、祝日（年末年始12月29日～1月3日を除く）の  
10:00～16:00



## 16. 徘徊高齢者等探索システム利用助成

徘徊高齢者等の早期発見に役立つ探索システムを利用する家族のかたに、費用の一部を助成します。

徘徊高齢者等が行方不明になった場合にオペレーターへお電話いただくと、端末を携帯しているかたの現在位置を検索できます。

### ●助成額

	料金（税込）	助成額	利用者負担額
申し込み料	11,000円	7,500円	3,500円
利用料（月額）	3,410円	2,790円	620円

縦 4.75cm  
横 3.85cm  
厚さ 1.185cm  
重さ 25.5g

※消費税10%の場合。消費税率が変更された場合、料金と利用者負担額も変更になります。

※令和4年度より、端末を変更し軽量化されました。令和3年度までご利用されていたかたは、従来どおりの利用を継続するか、新たな端末へ変更するかお選びいただけます。

**【お問合せ先】 市内の各地域包括支援センター（p.5～7）**

## 17. 高齢者等SOSネットワーク事業

認知症などを理由に道に迷ったときなど、地域の協力・支援を得ながら早期発見・安全確保につなげるための事業です。

道に迷った場合でも、「見守りシール」のQRコードを発見者が読み取ることで、高齢者等SOSネットワーク事務局へ連絡することができ、スムーズに自宅に戻ることができます。また、対象者が行方不明となった際に、地域の協力事業者へ搜索協力依頼を行っております。



見守りシールは、衣類・靴・かばん等にアイロンやドライヤーで貼り付けることができます。

見守りシールは、保護先で身元を特定し、ご家族が早期にお迎えに行けるようにするツールです。



左記のシールを身につけているかたが、お困りの様子の時に優しくお声かけいただき、QRコードの読み取りにご協力くださいますようお願い致します。

### <対象者>

- (1) 40歳以上で認知症と診断されたかた
- (2) 所在不明になるおそれのある障がい者のかた
- (3) 市内介護サービス事業者で介護保険サービスを利用しているかた



### <協力事業者になると>

所在不明者の連絡が入った場合、そのかたの登録情報が高齢者等SOSネットワーク事務局から協力事業者へFAX・メールで配信されます。

情報を受けた協力事業者は、本人を見かけた場合に高齢者等SOSネットワーク事務局に連絡します。

協力事業者は事前登録制になっております。

### <対象事業者>

市内介護サービス事業者、医療機関、特定非営利活動法人、商店会その他の市内で事業を行う事業者

**【お問合せ先】** 長寿いきがい課 地域包括係  
☎048-930-7793 (直通)

## 18. 見守り配食サービス

食事の用意が困難な寝たきりや虚弱な高齢者のかたに、栄養バランスのとれた昼食又は夕食をお届けします。また、利用者の安否確認を行います。

<対象者>

65歳以上の寝たきりや虚弱なひとり暮らし高齢者等のかたで、日常的に食事の確保が困難なかた

**【お問合せ先】 市内の各地域包括支援センター（p.5～7）**

## 19. 認知症サポーター養成講座

認知症になっても住み慣れた地域で、自分らしい生活を続けていくためには認知症についての正しい理解が必要です。

認知症の基礎知識や認知症のかたとの接し方を学び、認知症のかたを見守り支援する「認知症サポーター」になりませんか。

町会などの地域団体だけでなく、企業や学校向けの講師派遣もしております。

### 認知症サポーター養成講座の受講方法

5名以上の参加が見込まれる団体が対象となります。

まずは、お気軽に長寿いきがい課、または地域包括支援センター（P.5～7）にご相談ください。

**※受講費用は無料です**



「認知症サポーターキャラバン」のマスコット



**【お問合せ先】 長寿いきがい課 地域包括係**

**☎048-930-7793（直通）**

## 20. 認知症カフェ

令和5年7月現在

認知症のかたやその家族、認知症に関心のあるかたが集まり、それぞれの思いや考えを話せる場です。団らんや情報交換のほか、個別に相談できる場所にもなっています。（全ての圏域の認知症カフェをご利用できます。）  
※開催日が変更になっている場合があります。まずは連絡先にお問合せください。

### 圏域1 レインボーさろん

【開催日】 第1・第3月曜日		【時間】 13:30～15:30	
【参加費】 200円		【内容】 レクリエーション、認知症予防 ふれあいの場の提供	
【場所】 四丁目のクローバー (彦成4-4-17-103)	【最寄バス停】 五街区 (東武バス) 三郷団地五街区 (メートー観光)	【連絡先】 NPO法人 ささえあいの会みさとクローバー ☎950-8208	

### 圏域1 オレンジカフェ～縁 ゆかり～

【開催日】 第2土曜日		【時間】 10:00～12:00	
【参加費】 無料		【内容】 体験を通して認知症予防や交流、相談を実施 (体験は運動、作業、鑑賞)	
【場所】 瑞沼市民センター (上彦名870)	【最寄バス停】 瑞穂中学校前 パークフィールド東 (東武バス)	【連絡先】 三郷ケアセンター ☎953-6161	

### 圏域3 オレンジカフェ

【開催日】 第3土曜日		【時間】 10:00～12:00	
【参加費】 無料		【内容】 トランプ、塗り絵、手遊び、 カラオケなどのレクリエーション	
【場所】 ほっとサロン・いきいき (彦成3-7-9-1)	【最寄バス停】 北公民館前 (東武) みさと団地 (東武バス、メートー観光)	【連絡先】 NPO法人いきいきネット(担当者) ☎090-8568-6953	

## 圏域5 カフェおあしす

【開催日】 第4火曜日	【時間】 14:00~15:30	
【開催日】 第2木曜日	【時間】 10:00~12:00	
【参加費】 飲み物代100円	【内容】 うたごえ、認知症予防体操 (リハビリ職員による指導)	
【場所】 みさと健和病院会議室 (鷹野4-269)	【最寄バス停】 鎌倉 (京成バス、東武バス) 鎌倉北、水神橋 (東武バス)	【連絡先】 NPO法人おあしす会 ☎956-0065

## 圏域5 地域で共に生きるナノ オレンジカフェ

【開催日】 第4木曜日	【時間】 10:00~12:00	
【参加費】 無料 (制作の日は材料費別途徴収)	【内容】 近況報告、おしゃべり 季節のテーマを取り入れた歌や体操	
【場所】 地域で共に生きるナノ (戸ヶ崎2-374-1)	【最寄バス停】 戸ヶ崎郵便局 (東武バス) 戸ヶ崎老人福祉センター (京成タウンバス)	【連絡先】 地域で共に生きるナノ ☎951-1817

## 圏域6 グリーンカフェ

【開催日】 第3日曜日	【時間】 13:30~15:30	
【参加費】 無料	【内容】 飲み物を飲みながら語り合う、 工作、体操、ミニ講座等	
【場所】 埼玉みさと総合リハビリ テーション病院総合介護センター (新和5-156-1)	【最寄バス停】 新和仲橋/リハビリ病院入口 (東武バス) 三郷駅・三郷中央駅より無料送迎バス有	【連絡先】 埼玉みさと 総合リハビリテーション病院 ☎953-1211

※地区サロン・自主サロン等地域のかたが気軽に集い交流する場につきましては「三郷市通いの場マップ」に掲載しています。

## 2 1. 介護サービス

介護サービスを利用するには、要支援・要介護認定を受ける必要があります。  
(認定を受けるには、住民票がある市区町村の窓口で申請手続きをします。)

介護予防・日常生活支援総合事業、訪問介護（ヘルパー）、通所介護（デイサービス）、短期入所サービス（ショートステイ）、施設入所等のサービス利用やケアの仕方については、地域包括支援センターや担当ケアマネジャーが相談に応じます。

### サービスを利用できるかた

65才以上のかた（第1号被保険者）は、介護が必要になった原因を問わず介護や支援が必要と認定されたかた。

40歳以上64歳までのかた（第2号被保険者）は、介護保険の対象となる特定の病気が原因で介護や支援が必要と認定されたかた。

**【お問合せ先】 市内の各地域包括支援センター（P.5～7）または、介護保険課**

介護予防・日常生活支援総合事業・三郷市通いの場に関すること

**【お問合せ先】 長寿いきがい課・長寿いきがい係**

**☎048-930-7788（直通）**

介護認定の申請や更新に関すること

**【お問合せ先】 介護保険課・介護認定係**

**☎048-930-7791（直通）**

介護保険料や介護サービスの提供に関すること

**【お問合せ先】 介護保険課・介護給付係**

**☎048-930-7792（直通）**



# メモ

< 発行 >

**三郷市 長寿いきがい課 地域包括係**

〒341-8501

三郷市花和田648番地1 健康福社会館4階

月～金8:30～17:15 (土・日・祝日・年末年始休み)

☎ **048-930-7793** (地域包括係 直通)

長寿いきがい課ホーム  
ページはこちらから

