



かしわ 認知症対応ガイドブック

認知症になっても住み慣れた柏で 安心して暮らすために



柏 市

(令和5年10月発行)

はじめに

認知症になっても、住み慣れた地域、住み慣れた家で暮らし続けたいという願いは、誰もが持っています。

『かしわ認知症対応ガイドブック』は、「身近な人が認知症かもしれない」、「家族が認知症で困っている」といった場合に、具体的な対応のヒントや適切な対処方法などを理解する一助として、様々な関係者がご本人やご家族に心を寄せながら「認知症にやさしいまち柏」を推進するために作成いたしました。市民の皆様にご利用していただければ幸いです。

本ガイドブックの作成にあたりご協力をいただきましたご本人やご家族、医療・介護の関係者の皆様に深く感謝申し上げます。

介護者のかたへ

このガイドブックは、実際の介護経験者の事例やノウハウをもとにして作成したものです。

いろいろな困り事は、病気になる前からのご本人の性格やこれまで生きてきた歴史や人生観なども影響します。困った際の対応に正解はありません。ご本人のこれまでの人生や介護者との関係などから、最適と思える対応が大切です。

目次

1	認知症の各段階に応じた利用可能なサービスや相談窓口	1
2	認知症が気になる	3
3	認知症を医療機関で診てもらう	5
①	受診のコツを知りたいです	5
②	どんな検査や治療をするのですか、認知症は治りますか	7
③	薬を服用する時はどのような事に気をつければよいですか	8
4	困り事にはこんな対応	9
①	同じ事を何度も聞いたり、話したりします	9
②	お金や物を盗まれたと訴えます	10
③	食事をしたのに食べてないと言います	11
④	同じ物をたびたび買ってきます	13
⑤	外出して帰れなくなります(はいかい)	14
⑥	ふさぎ込んで、気力がなくなり、閉じこもりがちです	15
⑦	お風呂や着替えを嫌がります	16
⑧	排せつの失敗があります	17
⑨	大きな声を出したり、怒ったりします	18
⑩	車の運転が心配です	19
⑪	デイサービスに行きたがりません	20
⑫	お金の管理が難しくなり、心配です	21
⑬	若い年齢で発症したので、これからの事が心配です	22
5	地域での交流の場	23
6	地域での見守り	25
7	認知症のご本人とそのご家族からの声	26
8	介護をするかたへ	27
9	医療機関情報	31
10	相談先	34



1 認知症の各段階に応じた 利用可能なサービスや相談窓口

掲載されているサービス内容の詳細については、最寄の地域包括支援センターにご相談ください。

注：サービス分類は、あくまでも目安です。記載がない時期でも利用できる場合があります。

	初 期	中 期	中 期 以 降			
本人の気持ち	不安・否定	怒り	取り 抑うつ			
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> 物の置き場所を忘れて、探し物が多くなった 料理の味付けが変わった 外出を面倒がる 同じものばかり買ってくる お金の計算ができない 暗証番号を忘れてATM等でお金がおろせない 	<ul style="list-style-type: none"> 食事をしたことを忘れる 服薬や通院を嫌がる 身なりを気にしなくなる 季節に合わない服装をする 外出すると一人で帰宅できない 	<ul style="list-style-type: none"> 自分の名前が答えられない 日常生活のさまざまな場面で介護が必要 うまく気持ちを表現することができず、感情的になることがある 少しずつ体が思うように動かなくなり、寝ている時間が長くなる 			
家族の気持ち	戸惑い・否定	混乱・疲労	割り切り・理解 受容			
家族の心得・ 対応のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ご本人の心の葛藤に寄り添い、にこやかに接しましょう。 依頼する時はシンプルに分かりやすく伝えましょう。 できないことを責めずに、できることをひとつずつ継続して取り組めるようにしましょう。 誰かの見守りがあったり、本人のペースで行えれば、できることはたくさんあります。病気を隠さず、周囲に支援してくれる人を多く見つけましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ご本人が事実でな否定したり理論的聴いて、認知症の行動・心理症状がせん。一人で抱えドバイスもらい いことをかたく信じ込んでしまうことがあります。な説得は、逆に混乱させてしまいます。まずは話をかたの世界を理解し対応しましょう。出現し、介護者にとっては一番苦しい時期かもしれこまずに、交流会などに参加して介護経験者からアましよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ご本人は自分の思いをうまく伝えることができないかもしれません。ご本人の心地よい生活にすこしでも近づけてみましょう。 介護者の負担が大きくなります。ご家族だけで抱え込まずに、交流会に参加したり、地域のサービス等も利用しましょう。 ご本人とご家族にとって、安心安全な住まいはどこか、専門家にも相談してみましよう。 			
見守りのもと、自分らしい生活を続けていきたい (見守り、病院受診、 服薬管理支援)	地域のサービス <ul style="list-style-type: none"> たすけあいサービス (各団体) 配食サービス (民間事業所) <small>※詳しくは「シニアはつらつガイドブック」をご覧ください。</small>	柏市防災福祉 K-Net (福祉政策課、町会) 緊急通報システム (高齢者支援課)	通院等が難しい ときはご自宅でも	在宅医療 (柏地域医療連携センター) 医療・介護の多職種がチームとなって在宅での療養生活を支えます。	地域サービス 移動サービス (柏市社会福祉協議会) <small>※車いす利用者限定です。利用には一定の条件があります。</small>	在宅福祉サービス (高齢者支援課) <ul style="list-style-type: none"> 配食サービス費助成 介護用品 (紙おむつ) 給付 寝具乾燥消毒・丸洗い 送迎費助成 訪問理髪費助成 <small>※利用には一定の条件があります。</small>
認知症初期集中 支援チーム (地域包括支援課)	かかりつけをみつけ、 定期受診をしましょう!	かかりつけ医 認知症サポート医 歯科医師 かかりつけ薬局	認知症の確定診断 認知症専門外来 P31	病院 病状は変化します。日々の変化を記録して医師に伝えるようにしましょう。	訪問歯科診療 (歯科介護支援センター) いつまでもおいしくお口から食べられるよう、歯科医師・歯科衛生士が訪問します。	
介護保険サービス等を使って生活リズムや環境、体調を整えたい	介護保険の申請 (高齢者支援課・各地域包括支援センター・沼南支所) <small>※詳しくは「介護保険のかんたん手引き」をご覧ください。</small>	自宅で暮らす ・福祉用具貸与・特定福祉用具 購入費・住宅改修 <small>※介護保険を利用して、生活する環境を整えるサービスです。ケアマネジャーに相談しましょう。</small>	介護保険の利用	ケアマネジャーに相談しましょう! 自宅で利用：訪問介護、訪問入浴、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護 通いで利用：通所介護 (デイサービス)、通所リハビリ (デイケア) 一時的に入所：ショートステイ、介護老人保健施設 <small>※詳しくは「介護保険のかんたん手引き」をご覧ください。</small>	高齢者住宅・施設で暮らす ☆特別養護老人ホーム サービス付き高齢者住宅 有料老人ホーム等 <small>※施設毎に受入状況が異なりますので、施設にご確認ください。</small> ☆ 認知症対応型グループホーム 共同生活をする住宅で、介護を受けながら食事や入浴などへの支援、機能訓練を受けられます。	
さまざまな福祉サービスを使って備えておきたい	地域生活支援センター (あいネット) 心配ごと相談 (柏市社会福祉協議会) ちば認知症相談コールセンター (認知症の人と家族の会)	わたしの望みノート (柏市社会福祉協議会) <small>※元気なうちから人生への望みを記入しておきましょう。</small>	老いじたくあんしん相談室 (NPO『老いじたくあんしんねっと』) <small>※さまざまな専門家がライフプラン全般の相談にお答えします。</small>	消費者被害 P13 (消費生活センター)	成年後見制度 P21 (かしわ福祉権利擁護センター・地域包括支援センター・地域包括支援課)	
社会参加・仲間づくり・役割をもって生活したい	就労・ボランティア セカンドライフ応援窓口 (バレット柏) 柏市社会福祉協議会ボランティアセンター	通いの場・サロン (柏市社会福祉協議会) <small>※詳しくは「シニアはつらつガイド」をご覧ください。</small>	傾聴ボランティア かしわオレンジフレンド 認知症サポーター養成講座を受けたかたで地域で認知症のかたやそのご家族の支援をしているかたです。	若年性認知症 家族会 P22、認知症家族会 P24	認知症介護者交流会 P23	
			認知症カフェ P23			

2 認知症が気になる

認知症は単なる加齢によるもの忘れと違い、脳の神経細胞の変化により起こる病気で、日常生活に支障をきたしている状態のことを言います。

今までできた事ができなくなったり、生活に支障をきたす事が多くなることから、「何かおかしい事が自分の中に起こっている」「なんとなく頭がおかしくなった」と感じるかたもいます。分からなくなる事への不安や焦りから感情が不安定になったり、怒りっぽくなったり、ふさぎ込みがちになることもあるため、ご本人の気持ちに配慮して対応することが大切です。

ご家族や周りのかたに認知症と思われる症状があり、どのように対応してよいか困っているときは、お近くの地域包括支援センター（P34）にお気軽にご相談ください。



地域包括支援センターから

沼南地域包括支援センター
保健師 日笠 千晴

どんな事でもご相談ください。ご本人だけでなくご家族の介護疲れや不安などのご相談もお受けします。また、病気や介護、経済的な問題など、多くの課題を抱えているかたも少なくありません。地域包括支援センターには認知症の専門知識を有する保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが配置されております。

当センターへの来所相談はもちろん、電話相談や状況に応じた家庭訪問対応も可能です。お気軽にご連絡ください。

認知症の主な初期症状

- 同じことを何度も言う・問う・する
- 話のつじつまが合わない
- 慣れた道でも迷うことがある
- 外出時に持ち物を何度も確かめる
- 些細なことで怒りっぽくなったり、頑固になった
- ふさぎ込んで何をするのもおっくうがり嫌がる
- 好きなことにも興味を示さなくなった

認知機能のチェックが簡単にできるようになりました。

認知症は早く気づき、必要な相談や治療、サービスを受けることによって、症状や進行をゆるやかにすることが可能な場合があります。

自分のために、家族のために、認知機能をチェックしましょう。

「かしわもの忘れチェック（認知機能簡易チェック）」

※チェックシート（紙タイプ）とチェックサイトがあります。

※本人用と家族・介護者用があります。

※チェックサイトの利用料は無料です。（通信料は自己負担になります）

【チェックシート】



▲地域包括支援センター、近隣センター、柏駅前行政サービスセンター等で配布しています。

【チェックサイト】



▲こちらの二次元バーコードを読み取ることで、チェックサイトにアクセスできます。

3 認知症を医療機関で診てもらおう

1 受診のコツを知りたいです

慢性の病気などでかかりつけ医がいる場合は、ご家族から家庭での様子がかかりつけ医に相談してください。

必要により、認知症なのか、他の病気があるのかを診断してもらうために、かかりつけ医から総合病院や専門医を紹介し、診察や検査を案内されることもあります。治る病気もありますし、早めに対処すれば改善したり、進行を遅らせることもできます。総合病院などの大きな病院を受診前には、できるだけ、かかりつけ医からの「紹介状（診療情報提供書）」をもらって受診しましょう。かかりつけ医からの紹介状を持参すれば、追加の特別な料金の支払いが不要となります。

かかりつけ医がいない場合は、認知症の診療を行う医療機関（P31）を参考にして、お近くの医療機関に受診してください。また、もの忘れ外来、神経内科、老年科、精神科等で専門外来を行っている医療機関では、予約が必要な医療機関もありますので、事前に問い合わせてください。

また、ご本人が受診を嫌がることも多いので、事前に医療機関に相談した上で、ご家族が受診に付き添ったり、健康診断や風邪などのからだの不調を理由にして受診を促すなどの工夫が必要な場合があるでしょう。それでも受診を嫌がる場合は、ご家族のみの相談が可能かどうか医療機関に相談してください。



かかりつけ医(ホームドクター)から

柏市医師会 ホームクリニック 柏院長 織田 暁寿

ご家族が見ていて気になることがあれば、いつでもご相談ください。

ご本人が来られなくても（受診を嫌がる場合）ご家族だけの相談でも可能です。その上で、ご本人が受診できるような工夫を一緒に考えていきましょう。血液検査やもの忘れのチェックを行い、認知症の可能性があると判断した場合は専門の総合病院へ紹介します。診断のための画像検査などを行い、ある程度方針が決まったら、再度かかりつけ医へ定期的に通院することも可能です。

その場合も専門の総合病院とは常に連携していますので安心してください。



認知症専門医から

柏市医師会 東京慈恵会医科大学附属柏病院 精神神経科 診療部長 忽滑谷 和孝

受診にあたっては、ご本人の生活状況をよくご存知なご家族と一緒に来院されるとよいです。

お薬手帳をお持ちのかたは、ご持参ください。また、ご家庭で困っている内容をご本人の面前で先生に話づらい時には、メモ用紙に簡単にまとめ、受付時に渡しておくといよいでしょう。受診を尻込みしている場合には、「珍しい病気ではなく、認知症にならないための工夫を聞きに受診しましょう。」と予防的観点を強調して受診を促してみてください。いきなり薬をだすなど、ご本人の嫌がることはしませんので、ご安心ください。

2 どんな検査や治療をするのですか、認知症は治りますか

もの忘れなどの症状の原因となる病気は様々であり、認知症以外の病気でも同じ様な症状がでていることもあります。治療することで、認知症状が改善することもあります。

認知症は、脳の細胞の変化によって起こることが多いため、根治は難しいですが、薬物療法と好ましい生活環境により、症状の進行や介護で困る行動などを抑えながら、自宅での生活を長く続けていくことができます。

また、血管性認知症では、脳梗塞などの再発防止のために医師の診察を定期的に受けることも必要です。



認知症疾患医療センターの 認知症専門医から

柏市医師会 北柏リハビリ総合病院 院長 杉原 浩

認知症疾患医療センターでは認知症が疑われるかた、もの忘れで認知症を心配しているかた、認知症の介護で困っている介護者のかたなど、認知症に関するあらゆる相談を行っています。

かかりつけ医の先生がいらっしゃる場合は紹介状を書いていただき、かかりつけ医がいない場合でも、認知症疾患医療センターに電話連絡をいただき相談してください。

診察は問診、記憶力テストをまず行い、専門医が身体診察とCT、MRIなどの画像検査を参考に鑑別診断し、治療と介護システムの構築を含めて指導させていただきます。

また、問診では、普段の様子が診断の手がかりとなりますので、いつから、どのような症状があるのか、どのようなことで困っているのか、今までにかかった病気や頭部のけが、現在治療している病気などの情報をメモしてください。また飲んでいる薬のわかるお薬手帳を持参してください。

3 薬を服用する時はどのような事に気をつければよいですか

薬の効果については、主治医や薬局の薬剤師に説明を受けましょう。症状が落ち着かない場合は、認知症の薬がご本人の症状や状態にあったものになっているのか、飲み忘れのせいなのか、複数の薬を服用しているために薬の飲み合わせが悪いのか、薬の副作用なのか、飲み忘れてしまったと思い込み過剰に服用してしまったかなどの状況を確認しましょう。

服薬を確認するため、日付や朝・昼・晩などの飲むタイミングがわかるケースを利用したり、利用している訪問介護やデイサービスなどの職員に服薬状況を確認してもらうこともできます。飲み忘れ、飲み間違いが多いようなら、1日の内服回数を減らして、一包化してもらえますので、お薬手帳を利用して主治医や薬剤師に相談しましょう。



薬剤師から

一般社団法人 柏市薬剤師会 会長 齊藤 泉

正しく薬の効果を得るために、きちんと薬を飲むことは、とても大切です。

薬の飲み忘れが多い、飲み間違いがある、飲んでいるかどうか分からない等に、ご家族が気付いたら、薬剤師にご相談ください。

もし、市販薬を購入して服用している、複数の薬局から薬をもらっている場合や、急病などによりかかりつけ医以外の病院を受診して薬をもらった場合は、重複や飲み合わせが大丈夫かどうか、お薬手帳を持参して薬剤師にみてもらいましょう。現在では、同じ成分の薬でも、名称が異なる薬も多くあります。

薬の間違いを減らすために、お薬手帳を利用して何でも相談できるかかりつけ薬剤師をもちましょう。

4 困り事にはこんな対応



1 同じ事を何度も聞いたり、話したりします

認知症の記憶障害は、脳の細胞や機能の変化からくるものですので、治すのは難しく、ご本人としては、初めて話すことであり、相手がなぜイライラしているのかわかりません。

一方で、介護者の表情や感情を読み取ることは敏感であるため、落ち込んだり、逆に怒ったりします。とても辛抱のいることですが、同じ答えでも、根気よく何度でも優しく回答することを心がけてください。また、話を変えることで、ご本人の気分を変えると同じ質問が止まることもあります。

それでも、介護者がつらくて、ストレスが増大する場合は、優しく指摘することも、時には介護者のために必要な場合もあります。

ご本人やご家族の悩みや困りごとの相談先

■地域包括支援センター P34 参照

地域包括支援センターでは、電話や面談による認知症の相談を受け付けています。お気軽にご連絡ください。

■電話相談

1 ちば認知症相談コールセンター（認知症の人と家族の会千葉県支部による電話相談）

電話：043-238-7731

電話相談：月・火・木・土 午前10時～午後4時

面接相談：金（予約制）1週間前までに電話にて要予約

2 認知症110番（認知症予防財団による認知症の無料電話相談）（厚生労働省後援）

電話：0120-654-874（フリーコール）

実施日時：月・木 午前10時～午後3時（原則月曜が休日の場合は翌火曜）

2 お金や物を盗まれたと訴えます

ご本人は、確かにここに置いたはず、自分が無くすはずはない、知らないうちに隠されたと思い込み、「物が無い」というだけではなく、ご家族が意地悪で隠したのではという気持ちになっていることが想定されます。このようなことは、身近なご家族に対し起こりやすく、ご家族が否定するほど怒ってしまうこともあります。

そのため、一緒に探してご本人が見つけれられるようにすることで、納得してもらおうようにしましょう。もし、見つけれなかったとしても、自分に寄り添って行動してもらったことで満足してくれるかもしれません。また、置き忘れやすい場所の見当をつけておくに対応しやすいかもしれません。



介護者の立場から

（認知症の人と家族の会千葉県支部より）

一緒に探してあげて、さりげなくご本人に発見させてあげるのもご本人のプライドを傷つけない方法です。たびたび、物やお金を盗られた、と訴える事が繰り返されることがありますが、ご本人にとっては初めてのことで、と認識しているので、その気持ちを受け止めましょう。

介護者にとっては、ご本人からの同じ訴えに対し、どのように対応したらいいのか、迷われることもあるかもしれません。

「認知症の人と家族の会」は、全国的な組織です。各地域での“つどい”や交流会、あるいは「認知症の人と家族の会」の会報等を通して、介護のコツや情報を共有できます。同じ介護者・家族としての“共感”が、何よりも大きな支えとなります。

公益社団法人認知症の人と家族の会は47都道府県に支部があります。

千葉県支部へのお問い合わせは 電話：043-204-8228（月・火・木 午後1時～4時）

3 食事をしたのに食べてないと言います

好きなものを食べたいという欲求は認知症でなくてもあるものですが、認知症のかたは、満腹中枢の機能が低下して、食事を済ませたのに、おなかがすいた感じがすることがあります。また、時間の感覚の理解が低下して、ご飯の時間だと思い込んだりすることもあります。室内外で動くことが多いかたやはいかひがあるかたは、エネルギーを消耗するため、活動量と食事量のバランスも考える必要があります。

「食べたでしょ」などと注意しても否定された感情が残ってしまうため、食事の前であれば、「今、作ってますよ」「できるまでお茶を飲んでいませうか」など、もうすぐ食べられる安心感が得られると落ち着くこともあります。また、毎食の食事を小さめの食器に変えて、間食を小さなおにぎりにするなどの工夫をしてみましょう。

食べ物を運ぶ機能や食べ物を飲み込む機能が少しずつ低下していませんか？



歯科衛生士から

柏歯科医師会附属歯科介護支援センター
歯科衛生士 佐藤 智美



左記のような状態があり、お食事に支障が出ているかたは、噛むことや飲み込む機能が低下すると栄養状態も低下し、誤嚥性肺炎や窒息を起こすリスクが高くなります。また、歯みがきが難しい、入れ歯が合わないなどお口のトラブルやケアでお困りの際は、お気軽に「柏歯科医師会附属歯科介護支援センター」へご相談ください。

訪問歯科の調査時には無料でご相談、口腔ケア指導なども行っております。

柏歯科医師会附属歯科介護支援センター

電話：04-7147-6480

受付：月曜日～金曜日（年末年始・祝日を除く）午前9時～午後5時

また、認知症があり、歯や口腔内の治療が必要な状態であっても、一般の歯科医院では対応が難しいかたは、「特殊歯科診療所」にご相談ください。

診療所は、特別な配慮が必要なかたが利用でき、治療は完全予約制です。受診には医師または歯科医師の紹介状が必要です。

柏市医療センター特殊歯科診療所

所在地：柏市柏下65-1 ウェルネス柏1階

診療日：火曜日～土曜日

受付時間：午前9時～11時30分、午後1時～4時

電話：04-7128-2233

FAX：04-7128-2255



4 同じ物をたびたび買ってきます

家にあることを忘れて同じ物をくり返し購入してしまうことはよくあることです。買う物リストと買わない物リストを作って買物時に持参するなど一案です。買い置きできる物であれば、徐々に使用していくこともできますが、食料品などの場合は、適当な時期にご本人の見えないところで少しずつ処分していくこともやむを得ないでしょう。

同じお店から同じ物を購入しているようであれば、お店に協力してもらい、購入を控えることができるかどうか相談してみましょう。

また、訪問販売や電話勧誘販売などの消費者被害も懸念されます。認知症がある場合は発見が遅れることがあり、注意が必要です。

消費者被害が心配な方へ

柏市消費生活センター

認知症などの高齢者に関する相談件数は、この10年の推移をみると依然として高水準です。認知症のかたは特に「訪問販売」「電話勧誘販売」の割合が多いのが特徴です。消費者被害にあっているような場合は「一緒に消費生活センターに相談してみましよう。」と、声をかけて消費生活センターにご連絡ください。相談員が解決方法を一緒に考えさせていただきます。なお、契約時点で「認知症の診断書」、「お薬手帳」に認知症の投薬履歴がある場合、解決につながるが多いです。

■柏市の消費生活相談

電話：04-7164-4100

相談受付時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後4時30分（電話・来所）
毎月第3土曜日 午前9時～午後4時30分（電話）

（上記の開所日以外は「消費者ホットライン188番」をご利用ください。お近くの相談窓口をご案内します。12/29～1/3は休業）

■千葉県消費者センター

電話：047-434-0999

相談受付時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後4時30分
土曜日 午前9時～午後4時

5 外出して帰れなくなります(はいかい)

一人で外出すると自分の居る場所がわからなくなり、自宅に戻る事が困難になることがあります。混乱して歩き回り、時には電車に乗って思わぬほど遠くに行ってしまうこともあります。ご本人の生家や過去に住んでいた家、勤めていた会社に行こうとするなどの思いがある場合もあります。

可能であれば、一緒に付き合っ歩き、おしゃべりをして外の空気を楽しんで、気分を変えて家に帰れるとよいです。しかし、一人で外出して迷う状況があれば、名前や連絡先を書いたカードやメモを身に付けてもらったり、服や靴、靴下などに名前や連絡先を書いておく工夫などが必要です。

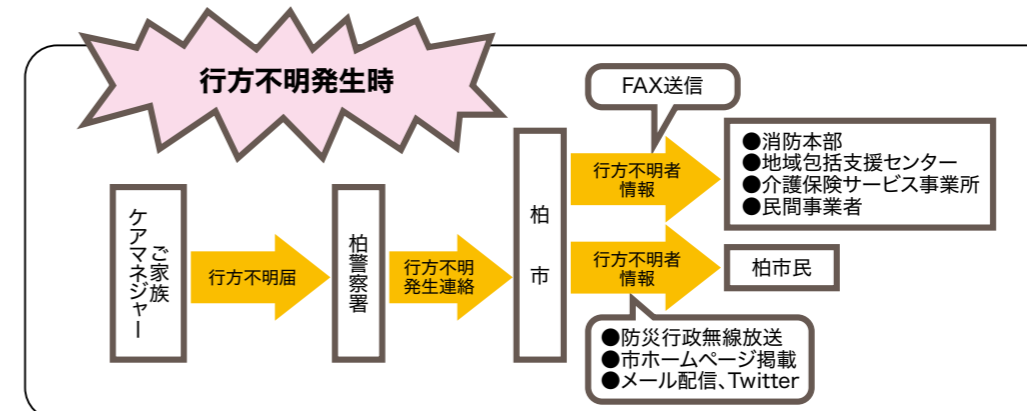
はいかいが心配な方へ

■かしわオレンジSOSネットワーク

柏市では、行方不明者の早期発見、安全の確保を図ることを目的に、行方不明発生時に警察からの連絡を受け、行方不明になったかたの特徴を関係機関や柏市民へ情報提供しています。

検索：かしわSOS事前登録

事前登録のご案内



■かしわオレンジSOSネットワーク協力事業所

柏市では、行方不明発生時に警察からの連絡を受け、行方不明になったかたの特徴を市と協定を結んでいる事業所に情報提供し、行方不明になったかたの捜索にご協力いただいております。

詳しくは市のホームページをご参照ください。

検索：かしわオレンジSOS協力事業者

協力事業者登録のご案内



6 ふさぎ込んで、気力がなくなり、閉じこもりがちです

認知症以外の持病はありませんか？持病の状態が悪くなり、身体の不調が原因で「うつ状態」になったり、近親者の死別や転居などの生活環境の変化により「うつ状態」になる老人性のうつ病があります。

また、認知症が進むと痛みを訴えられないこともあります。認知症になる以前からの腰痛、膝痛、肩の痛みなどを抱えていることもあるかもしれません。1粒の鎮痛剤が状態を改善することもあります。症状の程度に応じて、薬剤を処方してもらうことも必要な場合があります。まずは、かかりつけ医に相談して診てもらいましょう。

また、日常の生活面では、朝起きて日中は光を受け、規則正しい食事など生活のリズムを整えてみることも大切なことです。



認知症看護認定看護師から

麗しの杜（サービス付高齢者住宅）館長補佐、地域連携室長
認知症看護認定看護師 溝井 由子

老化や病気による身体的変化、退職、親しい人との別れなど、高齢者には「うつ状態」になる要因が多くあります。うつ的になってしまうと興味や感情を喪失し、閉じこもりを招きます。認知症との区別もつきにくく、悪化させてしまうことがあるため、早めの受診をお勧めします。

高齢者の身体の活動性を失わせる原因に、水分不足・低栄養・便秘・運動不足・病气やけなどがあります。この活動性の低下は、認知機能をも低下させ、不安や混乱から認知症の症状が現れてくるので注意が必要です。食事や水分をこまめに勧めながら、細やかな対応をしてあげましょう。

また、散歩や買い物などに無理なく誘うなど、気分転換を図ることも大切です。地域の老人会・サロンなどに参加したり、「仲間」を作って楽しく活動的な生活を送るように心がけましょう。

7 お風呂や着替えを嫌がります

認知症のかたは、面倒だし疲れる、寒い、暑い、裸を見られるのが恥ずかしい等から、入浴や着替えを嫌がる場合があります。また、衣服を脱いだり着たり、からだを洗うなど複雑で混乱しやすい動作に負担や不安を感じている場合もあります。認知症になると保清や身だしなみに関心がなくなったり、からだの洗い方やシャワーの操作など入浴方法もわからなくなることがあります。まずは入浴したくない理由や入浴してもいいタイミングなど、ご本人の気持ちをよく聞いてみてください。

無理に勧めるのではなく、友人・孫・医師に会うので「きれいにしましょう。」など、自尊の感情（意識）を効果的に利用したり、自宅での入浴や着替えが嫌ならば、デイサービスの利用なども検討してみてください。それでも入浴、着替えが難しいときは、まずは、からだを拭いたり、足湯などから勧めてみましょう。



認知症の対応や介護の専門家から (小規模多機能事業所)

柏市小規模多機能型居宅介護事業者協議会
ゆかりの家 施設長 難波 美貴子

衣服を脱ぐことに抵抗するのは、取られる、何をされるかわからない、という不安があるからかもしれません。

また、入浴前にお風呂場と洗面所を湯気で満たし、この場所は温かく気持ちの良い所と感じてもらえるようにしてみます。裸は想像以上に不安なので、産湯を使う赤ちゃんが柔らかいガーゼでくるまれるように、ご本人も湯上りタオルで包んで不安感を除いてあげます。身体を洗うお手伝いをする時は「大丈夫よ」と優しく触れてこの人は優しい、と思ってもらえることが何より大事です。入浴の抵抗が強い場合は、洗面所で一緒に温かいお湯で手を洗うことから始めましょう。お湯の気持ち良さを共感し、それを毎日繰り返して足浴を促していきます。

8 排せつの失敗があります

泌尿器の病気などはないのに、排せつの失敗がある場合は、トイレの場所がわからなくなったのか、尿意を感じることができなくなったのか、など失敗した原因を考えてみましょう。

場所がわからないのであれば、トイレの表示を「便所」、「トイレ」、「お手洗い」など、ご本人が分かりやすい文字や標識(夜間も目立つような色・大きさ)をトイレのドアに貼ってみます。夜間はトイレの電気を点けておいたり、トイレのドアを開けておくことも効果的といわれています。

尿意を感じることができなくなった場合は、時間を見てトイレまで誘導・声かけなどが必要となりますが、失敗が続くようであれば、パッドやオムツの使用をお勧めします。パッドやオムツには多種多様な形状・性能のものがあるので、ケアマネジャーやヘルパー、お近くの薬局などに相談してみてください。



認知症の対応や介護の専門家から

(特別養護老人ホーム)

特別養護老人ホーム沼風苑
千葉県認知症コーディネーター ケアマネジャー 佐久間 尚実

排せつの問題は、認知症のご本人やご家族に大きくのしかかります。これまでは、誰にも見せずに自分だけで行ってきた行為を認知症になって排せつに問題が出てくると突然、人目にさらされることとなります。

トイレのドアは開け放たれたままとり、失禁したことを責められる、「おしっこ出た？」などと大きな声で聞かれ、その人の尊厳は深く傷つけられることとなります。「もし、私がそうになったら？」と想像してみてください。せめて、自分がして欲しくない関わり方をしないよう心がけたいものです。

9 大きな声を出したり、怒ったりします

ご本人にとっては、言葉が上手く出てこなくて、もどかしかったり、馬鹿にされたように感じたり、怖くて誰かに助けてほしい気持ちになっていることもあります。

前後の状況や普段の状況から、興奮する原因を推測して、落ち着くよう話しかけをしてみましょう。

認知症の病気のタイプによっては、感情のコントロールができなくなることもあります。時には人を叩いたりすることもあるかもしれません。環境を整えたり、対応が困難である明らかな感情障害については、服薬によるコントロールが必要な場合もありますので、主治医と相談してください。



認知症の対応や介護の専門家から

(NPO 法人 柏市グループホーム連絡会)

会長 深津 一広

病気に対する不安や言葉にできない怒り、悲しみが表に出てきたものだと考えれば、相手の気持ちに寄り添った対応につながります。相手の発する言葉を否定せず、そのままを受け止め、共感することが大切です。

まずは落ちついてもらうために、ご本人の興味のある話に意図的に切り変えてみたり、時間を空けてみたり、少し遠くで見守ってみることも行なってみます。それでも落ち着かなければ、別の人に対応してもらい、ご本人が落ち着ける環境へ移動してみます。このような対応で、症状が軽減することがあります。

10 車の運転が心配です

もの忘れがあっても、運転などの身体で覚えた行動はできることもありますが、車をぶついたり、車庫入れができなくなったり、運転操作や状況判断が難しくなることで、交通事故に繋がることがあります。

車の運転の目的(買物、受診など)を確認して、代わりに介護サービス(ヘルパー買物代行など)の利用を勧めることが大切ですが、「認知症で危ないから」というよりも高齢者の交通事故が増えている事や車の維持費などの経済面からも説明してみましょう。

認知症による運転が心配な場合は、まずは認知症の診断を優先して、その結果として主治医から説得してもらうことも有効な場合があります。

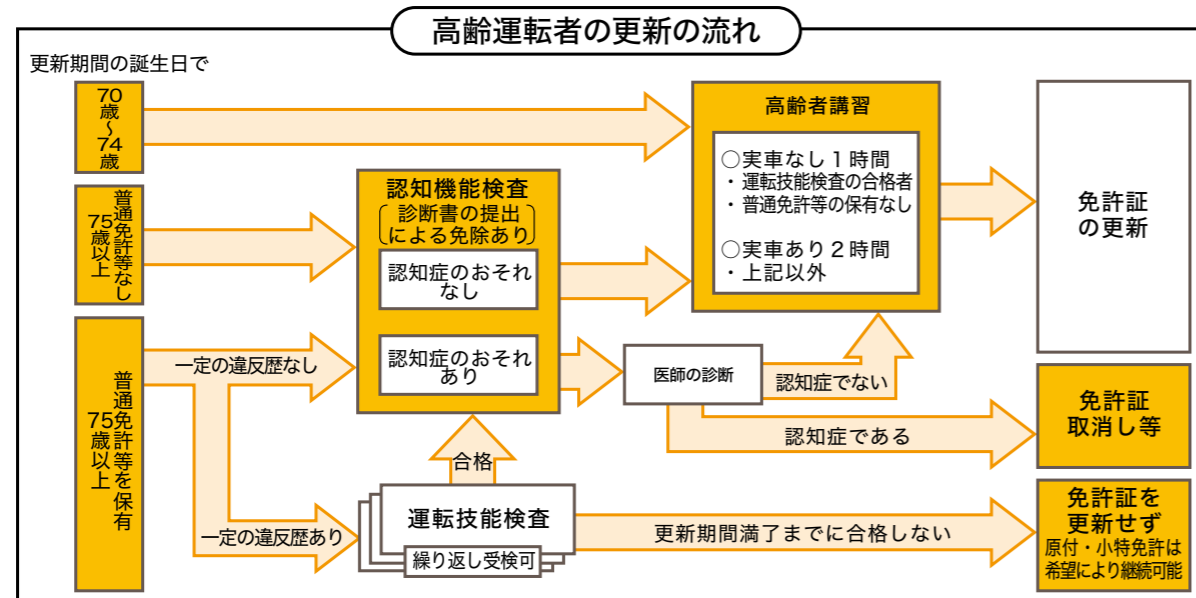
自家用車や運転免許を手放す事はご本人にとって大きな喪失感や絶望感を感じるようになりますので、気持ちに配慮しながら時間をかけて説得しましょう。

運転免許証の自主返納や更新について

認知症や運転技能の不安のために、運転免許証を返納するときは、柏警察署又は流山運転免許センターで手続きができます。申請により身分証明証として、運転免許証と同じ大きさの「運転経歴証明書」の交付を受けることができます。

また、70歳以上の高齢者が運転免許証を更新するには、自動車教習所で実技講習を含む「高齢者講習」の受講が義務付けられています。75歳以上の場合は、さらに判断力や記憶力を検査する認知機能検査や一定の違反歴がある場合には、運転技能検査が義務付けられ、認知症のおそれがあるかたは、医師の診断書の提出が必要となります。

なお、繰り返しの受検は可能ですが、更新期間満了までに運転技能検査に合格しないと免許の更新はできなくなります。



■流山運転免許センター相談先 運転免許テレホン案内&ファックスサービス
連絡先: 04-7147-2000 (音声ガイダンス: 1→68)

11 デイサービスに行きたがりません

デイサービスを利用することで生活のリズムが整えられること、運動することなどで認知症の進行を緩やかにする効果が期待でき、ご家族にとっても、その間は必要な家事や心身をリフレッシュさせる機会として、大変有効です。ところが、認知症のかたは、環境の変化に敏感で日常の慣れた習慣を変えようとするのはとても大変です。特に男性の場合は、ご自宅から通う通所型のサービスを敬遠する傾向があります。

介護の事業者でも、ご本人が慣れるまでご家族と一緒に付き添ったり、事前の見学の受け入れをしているところもあります。ご本人の趣味や興味に添ったデイサービス内容なのかも含めて、介護支援専門員(ケアマネジャー)と相談してみてください。



介護支援専門員(ケアマネジャー)から

柏市介護支援専門員協議会
もも太郎居宅介護支援事業所 ケアマネジャー 渡辺 良明

認知症により、意思表示がうまく出来ず、単なるわがままとらえてしまいがちですが、「行きたくない理由」がきちんと存在します。

よくある例は、「朝早く起きることが苦手だから」、「みんなと一緒に風呂に入るのは嫌。(一人なら良いけど)」、「話し相手がいないからつまらない」、「苦手な人がいる」等々です。

その理由を探し出す際には、そのかたの馴染みの習慣をご存知であるご家族からの情報が欠かせません。

もちろん、うまくいかないこともありますがお一人で悩まず、事業所や介護支援専門員とともに、楽しく利用できる方法を考えていきましょう。

12 お金の管理が難しくなり、心配です

生活上の工夫の一つとして、ご本人のお金をご家族から定期的に手渡したり、通帳に入れるなどにより、使いすぎを防いだり、自由に使用出来るお金があることでご本人は安心します。また、ご本人やご家族による適正なお金の管理が難しくなったり、心配な場合に利用できる制度があります。

福祉サービス利用援助事業（日常生活自立支援事業）は、ご本人との契約に基づき、ご本人の代わりに税金や公共料金等を支払ったり、ご本人の通帳から生活に必要なお金を払い出してご本人に渡したりするお手伝いをする事業です。成年後見制度は、認知症などにより判断能力が不十分なために、財産侵害を受けることがないように、ご本人の判断能力に応じて家庭裁判所で選ばれた成年後見人など（家族や福祉・法律の専門家）がご本人に代わって財産の管理や契約の手続きなどを法律的に支援する制度です。

どちらの制度についても相談先は、柏市社会福祉協議会またはお近くの地域包括支援センターです。



お金の管理に困った時の相談先

柏市社会福祉協議会 竹之内 誠

認知症などで医療や福祉サービスの手続きや財産管理などが必要な場合は、柏市社会福祉協議会によるご相談や支援を受けることができます。

柏市社会福祉協議会の「かしわ福祉権利擁護センター」では、制度に関するご相談や必要な手続きの方法、その費用などについて丁寧にご説明いたします。

ご本人やご家族、ご友人で金銭管理等に少し不安がある場合は、早めにご相談ください。お話を伺いながら、必要な情報提供や手続きに関するお手伝いをさせていただきます。

柏市社会福祉協議会「かしわ福祉権利擁護センター」
■福祉サービス利用援助事業 電話：04-7165-1144
■成年後見制度 電話：04-7162-5011

13 若い年齢で発症したので、これからの事が心配です

仕事のこと、経済的なこと、医療のこと、日常生活や子どものことなどについて、若年性認知症のかたに特有な心配・不安があります。

就労しているかたが認知症と診断されたからといって、すぐに仕事ができなくなるわけではありません。しかし、仕事の内容や職場の状況によっては、配置転換や雇用条件の変更が必要となる場合もあります。雇用先の傷病手当金などの福利厚生も確認し、働くことができないか、医師（主治医・産業医）や雇用先と相談してみましょ。働くことが難しい状態であれば、障害年金（厚生年金又は国民年金）の支給条件に該当します。加入している年金保険者に相談してください。障害者枠で就職を目指す場合や福祉的就労を希望する場合は、障害福祉サービスの就労移行支援や就労継続支援を利用できます。利用には精神障害者保健福祉手帳の取得、自立支援医療（精神通院）の認定、医師の診断書のいずれかが要件となります。詳しくは、柏市役所の障害福祉課にご相談ください。

若年性認知症の相談窓口など

電話相談など

1 若年性認知症コールセンター（全国若年性認知症支援センター）
電話相談：0800-100-2707（フリーコール）月曜日～土曜日（年末年始・祝日を除く）午前10時～午後3時
メール相談：<https://y-ninchisyo.net/>の専門フォームからご入力ください。

2 千葉県若年性認知症専用相談窓口（千葉大学医学部附属病院）
電話：043-226-2601 月・水・金（年末年始・祝日を除く）午前9時～午後3時

家族会

■若年性認知症家族の会 アルバの会
連絡先：090-3914-5156（アルバの会代表：青津 彰）
認知症の当事者と、その人たちを支援するサポーターがメンバーです。ご家族には、ケアや社会資源を学び、かつ癒しの場を。ご本人には、望むことを楽しく表現できる場を目指しています。

5 地域での交流の場

① かしわオレンジホットとカフェ・介護者交流会

地域包括支援センターでは、「認知症にやさしいまちづくり」にむけた活動を行っています。認知症のご本人やそのご家族のために相談や交流、気分転換の場として、カフェや介護者交流会を実施しています。

日程や場所などは、地域包括支援センター(P34)にご確認ください。



② 柏市内で自主活動している家族会など

名称・代表者名・連絡先	活動状況等
柏にここ認知症家族の会 代表世話人：岩倉 仁志 連絡先：080-6544-5769	交流会「柏にここサロン」：毎月1回 第1土曜日 ※ 時間：午前12時～午後3時 場所：リフレッシュプラザ柏 認知症の人と介護する家族の体験や思いの交流、情報交換など
沼南ひまわり認知症家族の会 代表者：宮坂 富貴雄 連絡先：090-4243-5675	毎月1回 月曜日 時間：午前10時～正午 場所：沼南社会福祉センター 認知症の家族を介護している人同士の交流、認知症介護に関する情報交換

※変更になる場合がありますので、事前に電話で確認をお願いします。

③ NPO法人等が実施する認知症カフェ

カフェ花福

場 所：大洞院
 花野井1757
 実施日：原則 第2火曜日 ※
 午後1時30分～午後3時
 電 話：04-7140-8818
 (柏北部地域包括支援センター)



光ヶ丘サロン「よってって」

場 所：生活クラブ風の村光ヶ丘
 東中新宿4-5-12
 実施日：第1・第3水曜日
 午前10時～正午
 電 話：090-2638-4587



オレンジサロン柏わの会

場 所：①藤心近隣センター
 藤心4-1-11
 ②ほのぼのプラザますお
 加賀3-16-8
 実施日：①第1金曜日
 ②第3金曜日
 時間はいずれも午前10時～正午
 電 話：090-5328-0688



オレンジカフェみちくさ亭

場 所：みちくさ亭
 藤心1-29-12
 実施日：①認知症カフェ
 毎週月～木曜日
 午前9時～午前11時
 ②介護者交流会
 第2土曜日
 午後1時30分～午後3時30分
 電 話：04-7138-5032



※開催日は変更になる場合があります。参加の際は、連絡先に確認をお願いします。

6 地域での見守り

① 認知症サポーター

認知症サポーターとは認知症に関する正しい知識を持ち、できる範囲で認知症のかたやご家族を温かく見守る応援者です。認知症サポーターはその証として、オレンジリングやサポーターカードを持っています。

小学生から高齢者まで幅広い世代の認知症サポーターが認知症のかたを見守っています。



▲認知症サポーター



(認知症サポーターカード)

② 認知症にやさしいお店

カシワニオレンジステッカーは、認知症について正しく理解し、認知症のご本人やご家族を温かく見守る応援者（認知症サポーター）がいることの印です。掲示してある店舗や事業所では、認知症のご本人やそのご家族に、安心してご利用いただくことができます。

詳しくは市ホームページをご参照ください。



▲認知症にやさしいお店



(カシワニオレンジステッカー)
A5サイズの大きさです。



7 認知症のご本人と そのご家族からの声

認知症のご本人とそのご家族の声から、認知症になっても、様々な生活環境で豊かな感情を持ちながら暮らしているかたが多くいることがわかります。

① ご本人から

- 私は忘れっぽくなったけど、夫がいろいろ教えてくれるので、夫には感謝しています。(70歳代・女性)
- おしゃれして化粧すると気分が上がる(70歳代・女性)
- 自分でやれることは自分でやれていることが自信になって生活しています。(80歳代・男性)

- もの忘れはあるけど、忘れちゃうのはしょうがない。デイサービスに通い始めて、おしゃべりできるのが本当に楽しい。(80歳代・女性)



② ご家族から

- 毎日喧嘩になるけど、自分は夫だから投げ出したりせず、向き合っています。(60歳代・男性)
- 認知所カフェに参加し本人(夫)の笑顔を久しぶりに見ました。二人でいる時には見せない表情をみることができうれしかったです。(60歳代・女性)
- 怒ってもしょうがないので、言わないようにして見守っています。(70歳代・女性)

- 夫が自分でできることがある限り、一緒に過ごしていくことを大事にしていきたい。(80歳代・女性)
- 仕事に行くつもりでデイサービスに通っています。デイサービスで掃除をしたりとやりがいを感じているようで、利用する前より生き生きとしています。(60歳代・女性)
- 家族が認知症になり、とまどいや否定(第1ステップ)から受容(第4ステップ)までの過程は、誰もが経験することがわかり少し安心しました。気持ちが楽になりました。(60歳代・女性)

介護をするかたへ

①ご本人の気持ちを知る

認知症介護においては、本人のこれまでの歴史やニーズ、その人らしさに重点をおくことが大切です。認知症の症状のうち、特に行動・心理症状（BPSD）が出現すると、身体的な負担だけでなく心理的なストレスを抱えてしまいます。しかし、認知症の方を、病気を抱えた一人の「人」として理解する視点を介護者が持つことで、本人の尊厳の保持につながるとともに、行動・心理症状（BPSD）の出現を抑制することにもつながります。


「私の姿と気持ちシート」を埋めてみて、本人の気持ちを知ってみましょう。

私の姿と気持ちシート

「私」の今の姿と気持ちを書いてください。
 ※中央の空白部分に、「私」のありのままの姿を描いてみて下さい。「私」の姿をよく思い起こし、場合によっては「私」の気持ちや表情をよく見てください。
 ※「私」がどんな気持ちで暮らしているのか、吹き出しに書き込んでください。


私の姿です

私の不安に思うこと



私がうれしいこと、楽しいこと、快いと感じること

私へのかかわりかたや支援についての願いや要望



私がやりたいことや願い

医療や私の最期についての私の願いや要望は「わたしの望みノート」に記入してみましょう。

参考：認知症介護研究・研修東京センター「認知症の人のためのケアマネジメント センター方式」

②「できることリスト」を作る

日常生活の中の介護で「できること」のリストを作りましょう。そして、「できることリスト」の中で、家族で誰が何を担当できるのか書き入れていきましょう。空欄部分については介護保険サービスなどを上手に使いながら、介護者の負担が大きくなりすぎないように、割り振っていきましょう。

例 ○○家の場合

チェック	日常のできることリスト	担当
<input type="checkbox"/>		
<input checked="" type="checkbox"/>	食事作り 朝	わたし
<input checked="" type="checkbox"/>	食事作り 昼	わたし
<input checked="" type="checkbox"/>	食事作り 夜	わたし
<input type="checkbox"/>	掃除	
<input checked="" type="checkbox"/>	買い物	わたし
<input type="checkbox"/>	薬の管理	
<input checked="" type="checkbox"/>	病院への付き添い	息子
<input type="checkbox"/>	デイサービスの見送り	
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		

③ あなたの思いや伝えたいこと

日々の介護の中で、うれしいことや楽しいこともある反面、つらいことや嫌なこと、悔しさ、不安、罪悪感などいろいろなマイナスな思いも起こります。しかし、それを自分の心の内で抱えずに、外に出してみましよう。自分の思いなどを書き残せば、後に見返すことができ、自分自身を振り返ることができます。

今の気持ちを率直に書いてみましょう。相談してみたいことのメモとして使うこともできます。

月 日	あなたの思いや伝えたいこと
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

④ 利用したいサービス

ご本人の気持ちや「できることリスト」、自分の気持ちを表記したことで、情報を客観的に整理することができたと思います。これまでの情報を踏まえて、現在利用しているサービスと今後、利用したいサービスを書き出してみましよう。無理をせず、できないことにはさまざまなサービスを使って負担を減らしていきましょう。

	現在、利用しているサービス
例	手すり、歩行器のレンタル
1	
2	
3	
4	
5	

	今後、利用したいサービス
例	デイサービス（通所介護）、ヘルパー（訪問介護）
1	
2	
3	
4	
5	



① 認知症疾患医療センター

認知症に関する鑑別診断や専門医療相談を行い、地域の保健医療・介護関係者などと連携して支援する認知症の専門医療機関です。東葛北部地域は、千葉県から下記の2箇所の医療機関が指定を受けています。受診にあたっては、予約が必要です。

医療機関名	住所	電話番号	相談受付曜日・時間
北柏リハビリ総合病院	柏市柏下265	04-7110-6611	月～土（祝日、年末年始除く） 9:00～16:00 認知症の外来は脳神経内科・ 精神科で対応
旭神経内科 リハビリテーション病院	松戸市栗ヶ沢789-1	047-330-6515	月～土（祝日、年末年始除く） 9:00～17:00

② 柏市内で認知症のもの忘れ外来を行う医療機関

令和4年11月現在の情報です。医療機関情報は変更されることがありますので、直接医療機関へご確認ください。

医療機関名	住所	電話番号 (04)	診療科	受付	曜日・時間	予約
初石病院	西原7-6-1	7152-2251	精神科	認知症外来	要相談	必要
おおたかの森病院	豊四季113	7141-1117	神経内科	外来で対応	月・木 9:00～11:50	必要
東京慈恵会医科大学 附属柏病院	柏下163-1	7164-1111	精神神経科	外来で対応	月～土 9:00～11:00	-
				認知症専門外来	月 13:00～ 火 14:30～	必要
聖光ヶ丘病院	光ヶ丘団地2-3	7171-2023	心療内科	もの忘れ外来	月・火・木・金 14:00～16:30	必要
名戸ヶ谷病院	新柏2-1-1	7167-8336	脳神経外科	外来で対応	月～金 9:00～16:30 (12:30～14:00を除く) 土 9:00～11:30	-

※紹介状（診療情報提供書）がないと、別途費用がかかることがあります。また、ご家族のみが来院し、ご本人が受診しないと医療保険が適用されない場合があります。事前に医療機関にご確認ください。

③ 柏市内で認知症の相談・診療を行う医療機関

※令和4年11月現在の情報です。
※必ず事前に電話などでご予約の上、受診をお願いします。
※ご家族のみでの受診の場合、医療保険が適用されない場合があります。必ず事前に医療機関へお問い合わせください。

地域	小圏域	医療機関名	住所	電話番号 (04)	認知症 サポート医
北 部	田中	柏ビレジクリニック	花野井1814-12	7133-1090	○
		花野井クリニック	大室1218-6	7137-3777	
	柏の葉	クリニック柏の葉	柏の葉3-1-34	7132-8881	○
	富勢	北柏ファミリークリニック	北柏5-3-3	7160-3773	
		のぞみの花クリニック ※訪問診療	布施1213-4	7192-6180	○
		ファミリークリニック成島	宿連寺23-1	7133-1561	
		星野ファミリークリニック	根戸467-103 メディカルプラザ北柏2F	7137-7322	○
		三富医院	布施新町4-1-9	7131-2350	
	松葉	かなえクリニック	松葉町7-26-5	7137-3317	
		北柏ライフタウンクリニック	松葉町4-12-2	7137-2202	○
	高田 ・ 松ヶ崎	柏れんげクリニック ※訪問診療	大山台2-16	7138-6697	
		金森医院	高田1075-47	7145-8481	
中 央	豊四季台	豊四季診療所	豊四季台1-3-1	7145-7247	
		古田医院	明原3-8-21	7144-2331	
		悠翔会在宅クリニック柏 ※訪問診療	明原4-10-12	7141-0610	
	新富	大和田ファミリークリニック	豊四季301-7	7141-7555	
	旭町	おんだクリニック	旭町1-1-9 オダヤマ第3ビル5F	7148-3171	
		森堂&廣 佐藤医院	旭町4-5-9	7145-2247	
	柏中央	こんどうクリニック	柏3-2-3 マツモトキヨシビル4F	7168-8810	
昭和医院		柏3-11-8 オーユーパレス柏1F	7167-5333	○	



10 相談先

※令和4年11月現在の情報です。
 ※必ず事前に電話などでご予約の上、受診をお願いします。
 ※ご家族のみでの受診の場合、医療保険が適用されない場合があります。必ず事前に医療機関へお問い合わせください。

地域	小圏域	医療機関名	住所	電話番号 (04)	認知症 サポート医
中 央	柏中央	玉田クリニック	柏3-9-21 山崎ビル402	7165-8760	
		中央メディカルクリニック	中央2-2-18	7166-5670	
		東山医院	柏3-3-3	7167-3803	
		ひかりメンタルクリニック	柏2-5-8 柏セントラルビル3 F-B	7160-2502	
		深町病院	柏4-10-11	7164-0111	○
		ホームクリニック柏	桜台1-8	7160-2588	○
	富里	須田医院	緑ヶ丘7-5	7157-3939	○
永楽台	亀甲台内科	亀甲台町2-3-1	7163-5635	○	
南 部	光ヶ丘	飯島医院	今谷上町1-3	7174-7598	
		小野医院	つくしが丘5-9-15	7173-0500	
		のぶさわ胃腸科クリニック	南柏中央2-9	7170-5755	
		平野医院	豊住1-1-45	7175-2222	○
	南部	南増尾クリニック ※訪問診療	南増尾1-14-14	7138-6821	
	手賀	手賀の杜クリニック	岩井789-6	7196-7102	
	風早北部	小沼医院	大津ヶ丘4-28-1	7191-2200	○
		千葉・柏リハビリテーション病院	大井2651	7160-8300	
		東洋眼科・胃腸内科・外科	大津ヶ丘4-25-2	7193-3041	
	風早南部	東医院	高柳新田17-12	7191-8888	
		中島クリニック	高柳1142-1	7193-3077	
		ホームクリニック東葛	高柳1-1-1 シャームゾン高柳103	7128-7002	○

① 地域包括支援センター

担当地域	名称	住所	電話番号 (04)
田中	柏北部 地域包括支援センター	小青田1-2-7 アスタリスク102号	7140-8818
西原、柏の葉	柏北部第2 地域包括支援センター	西原2-9-4 ネオス1階	7154-0200
富勢	北柏 地域包括支援センター	布施1-3 介護老人保健施設 はみんぐ1階	7130-7800
松葉、高田・松ヶ崎	北柏第2 地域包括支援センター	大山台2-3 モラージュ柏2階	7179-5500
豊四季台	柏西口 地域包括支援センター	豊四季台1-3-1	7142-8008
旭町、新富	柏西口第2 地域包括支援センター	豊町2-5-25 イオンモール柏3階	7147-8001
柏中央、新田原	柏東口 地域包括支援センター	東上町2-6 久大マンション1階	7168-7070
富里、永楽台	柏東口第2 地域包括支援センター	中央2-9-12 リッツハウスC号室	7192-6610
光ヶ丘、酒井根	光ヶ丘 地域包括支援センター	今谷南町4-20	7160-0003
藤心、南部	柏南部 地域包括支援センター	南増尾58-3 リフレッシュプラザ柏1階	7160-0002
増尾	柏南部第2 地域包括支援センター	加賀3-16-8 ほのぼのプラザますお1階	7170-9300
手賀、風早南部、 風早北部	沼南 地域包括支援センター	風早1-2-2 沼南社会福祉センター1階	7190-1900
	沼南 地域包括支援センター 高柳相談窓口	高柳1-6-6 ヤオコー柏高柳駅前店3階	7199-3660

認知症サポート医は、国が実施する研修を受講して、認知症の人の診療に習熟し、かかりつけ医への助言や支援を行い、専門医療機関や地域包括支援センターなどの連携を推進する役割を持つ医師です。

② 柏市役所・柏市社会福祉協議会

名称	相談内容	住所	電話番号 (04)
地域包括支援課	認知症施策、SOSネットワーク	柏5-8-12 教育福祉会館	7167-2318
高齢者支援課	介護保険、高齢者在宅福祉サービス	柏5-10-1 柏市役所別館	7167-1135
障害福祉課	精神障害者保健福祉手帳 自立支援医療（精神通院） 障害福祉サービス	柏5-10-1 柏市役所別館	7167-1136
地域医療推進課	在宅療養のための主治医などの調整や相談	豊四季台1-1-118 柏地域医療連携センター	7197-1510
福祉政策課	柏市防災福祉K-Net 福祉有償運送	柏5-10-1 柏市役所別館	7167-1131
消費生活センター	消費者被害など	柏下73 中央体育館管理棟1階	7164-4100
柏市社会福祉協議会 「かしわ福祉権利擁護センター」	成年後見制度をはじめとした 金銭管理の相談	柏5-11-8 いきいきプラザ内	7162-5011
	わたしの望みノート		7163-7676

③ 認知症電話相談等

名称・電話番号	内容
ちば認知症相談コールセンター 043-238-7731	電話相談：月・火・木・土 午前10時～午後4時 面接相談：金（予約制）1週間前までに電話にて要予約。 ※認知症の人と家族の会千葉県支部が対応。
認知症110番 0120-654-874（フリーコール）	月・木 午前10時～午後3時（月曜が休日の場合は翌火曜）
若年性認知症コールセンター 0800-100-2707（フリーコール）	月曜日～土曜日（年末年始・祝日を除く）午前10時～午後3時 メール相談：https://y-ninchisyotel.net/の専用フォームからご入力ください。
千葉県若年性認知症専用相談窓口 （千葉大学医学部附属病院） 043-226-2601	月・水・金（年末年始・祝日を除く） 午前9時～午後3時

④ その他のサービス

名称・電話番号	内容
おいじたくあんしん相談室 04-7169-4165	弁護士、司法書士などさまざまな専門家による遺言、相続、成年後見制度などについての無料相談室です。第2・第3・第4金曜日に市役所にて相談を行います。 ※事前に電話予約が必要です。
住民同士のたすけあいサービス 04-7163-1200	掃除、買い物、草取り、通院介助など、日常のちょっとした困りごとを住民同士でたすけあう団体がいくつもあります。活動するエリア、サービス内容、費用（無償～有償）は団体によりさまざまです。詳細について市および柏市社会福祉協議会のホームページでもご覧いただけます。
地域生活支援センター（あいねっと） 04-7165-8707	失業などでお困りの方の支援を行う相談窓口です。経済的な心配がある、病気で働けないなどのお悩みを抱えている際は、お気軽にご相談下さい。

ガイドブック 作成協力

- 認知症疾患医療センター（北柏リハビリ総合病院）
- 東京慈恵会医科大学附属柏病院
- 柏市医師会
- 柏歯科医師会
- 柏市薬剤師会
- 柏市介護支援専門員協議会
- NPO法人 柏市グループホーム連絡会
- 柏市小規模多機能型居宅介護事業者協議会あんだんて
- 認知症の人と家族の会 千葉県支部
- 認知症看護認定看護師
- 柏市社会福祉協議会
- 千葉県認知症コーディネーター
- 流山運転免許センター
- 柏市消費生活センター
- 柏市内地域包括支援センター 認知症地域支援推進員
- NPO法人『おいじたくあんしんねっと』



柏市認知症にやさしいまちづくり会議
柏市 地域包括支援課

〒277-0005

千葉県柏市柏5-8-12 教育福祉会館

電話 04-7167-2318

FAX 04-7167-8381

令和5年10月発行