

認知症になっても
安心して暮らせるまち
西予市へ

認知症

あんしんノート



この「認知症あんしんノート」は、もの忘れが気になる人や、認知症の人を支えるすべての人に向けて作成しています。

認知症に関する基礎知識をはじめ、認知症の診断をしている医療機関の情報や、市が実施している認知症に対する取り組み、また認知症の家族を介護するときの心構えなどの情報を掲載しています。

西予市版「認知症ケアパス」

令和6年8月(Ver.11)

目次

認知症について学ぶ

<その1> 認知症とは、どんな病気？	
Q1. 認知症とは？-----	1
Q2. 認知症にはどのような種類があるの？-----	2
Q3. どんな症状があらわれるの？-----	3
Q4. 加齢によるもの忘れと認知症の違いは？-----	3
Q5. 軽度認知障害（MCI）とは、どのようなもの？-----	4
Q6. 若年性認知症とは？-----	5
<その2> 認知症の人への接し方のポイント-----	6
<その3> 認知症の症状への対応について-----	7・8

もしかして認知症？

<その1> 認知症の始まりのサインを見逃さない-----	9
●大友式認知症予測テスト	
<その2> 認知症に早く気づくことが大切なわけ-----	10
<その3> 認知症について相談する-----	11
●もの忘れ相談窓口	
<その4> 医療機関を受診する-----	12～18
●医療機関情報	
・症状に関わらず診断・治療・投薬を行っている医療機関	
・症状が軽度であれば診断・治療・投薬を行っている医療機関	
・診断・治療は専門医を紹介しており、その後の経過観察・投薬を受け付けている医療機関	
・認知症疾患医療センターについて	
●何をどう伝えたらいいですか	

住み慣れた地域で生活するために

認知症の人を支えるための取り組みについて-----	19～23
・介護保険によるサービスの利用（要介護認定）	
・高齢者あんしんネットワーク事業	
・徘徊高齢者等SOS登録事業	
・認知症地域支援推進員	
・認知症サポーター養成講座	
・認知症カフェ	
・認知症高齢者家族介護教室	
・チームオレンジ	
・成年後見制度	
・認知症初期集中支援チーム	
・西予警察署からのお知らせ（もし家族が行方不明になったら）	

介護保険サービスの利用について -----	24・25
-----------------------	-------

認知症の状態や症状に応じて利用できる支援サービス

認知症について学ぶ

《その1》 認知症とはどんな病気？

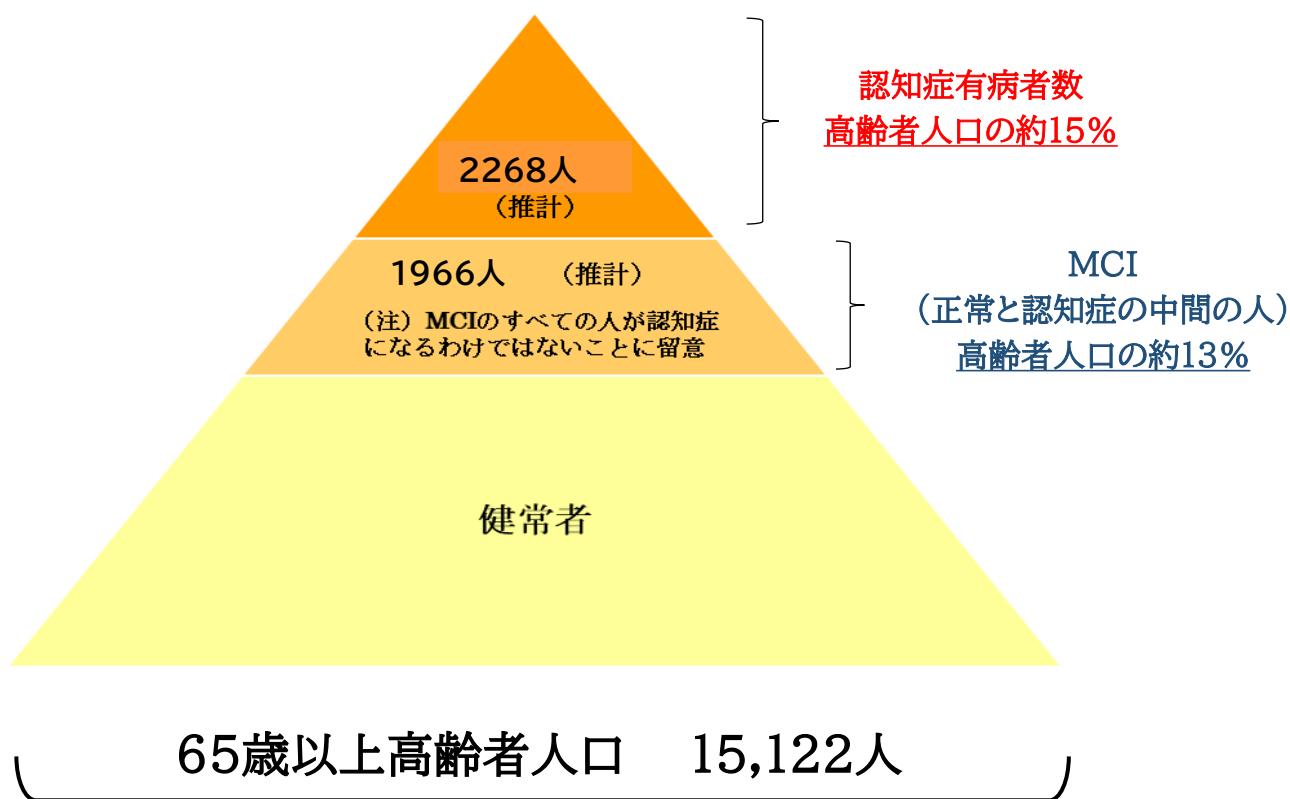
Q1 認知症とは？

認知症は、誰でもかかる可能性のある身近な病気です。

いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障がいが起こり、生活するうえで支障が出ている状態をいいます。

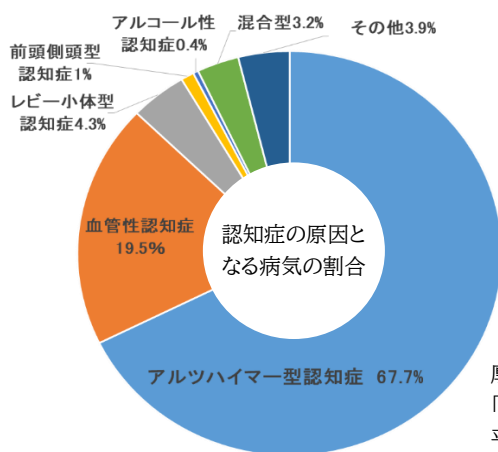
厚生労働省の発表では、2012年(平成24年)認知症の人は約462万人、65歳以上の高齢者の約7人に1人と推計されています。今後、高齢化が進んでいくにつれ、認知症の人はさらに増え、2025年(令和7年)には、認知症の人は700万人に達し、高齢者の約5人に1人を占めると予測されます。

西予市の認知症高齢者状況
(令和6年7月末現在)



西予市の65歳以上の高齢者人口に認知症有病率推定値をあてはめると、市内には認知症及び軽度認知障害(MCI)の人が、4,000～5,000人いると推計されます。

Q2 認知症にはどのような種類があるの？



厚生労働科学研究

「都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」より
平成23～平成24年度総合研究報告書

もっとも多いのは「アルツハイマー型認知症」です。

認知症にはさまざまなタイプがあり、脳が障害を受ける部分や原因がそれぞれ異なります。

また、タイプの異なる2つ以上の認知症を合併する場合もあります。

【おもな認知症のタイプ別特徴】

アルツハイマー型認知症

- 初期の特徴的な症状は「もの忘れ」
- ゆっくりと進行する。
- 嗅覚が衰えやすく、腐ったものに気づかないことがある。
- 本人は楽観的で病気の認識が薄い。
- 事実と異なることを話すことがある
- 道に迷いやすくなる。

血管性認知症

- 気分の落ち込みや意欲の低下がよく見られる。
- 悲しくないのに泣いたり、おかしくないのに笑ったりする(感情失禁)
- 動脈硬化の危険因子を抱える男性に多い。
- 脳梗塞などの発作のたびに症状が悪化する。

レビー小体型認知症

- 人や動物、昆虫など生々しい幻視があらわれる。
- 症状の良い時と悪い時の変化が大きい。
- 歩行が小刻みになり、転倒しやすくなる。
- 睡眠中に大声を上げたり、手足をバタバタさせる。

前頭側頭型認知症

- 理性をつかさどる前頭葉が侵されるので抑制がきかなくなり、万引きや信号無視など社会ルールに違反することがある。
- 興味・関心が薄れると、会話中에서도立ち去ってしまう。
- 同じパターンの行動を繰り返す。

この他にも、内科的な病気や頭部の病気、薬の影響、うつ病などが原因となって認知症のような症状を示すことがあります。治療により治る場合もあるため、早めに受診し、診断してもらうことが大切です。

Q3 どんな症状があらわれるの？

脳の細胞がこわれることによって直接おこる「**中核症状**」と、本人の性格・気質や人間関係、周囲の環境などによって出てくる「**行動・心理症状**」の2つの症状があります。

中核症状	記憶障害	(例)新しいことが覚えられない
	見当識障害	(例)時間や場所がわからなくなる
	実行機能障害	(例)料理・旅行など、計画を立てて段取りすることができなくなる
	理解・判断力の障害	(例)難しい話がわからなくなる
行動・心理症状 (BPSD)	行動症状	徘徊/暴言・暴力/活動量の低下 不潔行為 など
	心理症状	不安・焦燥/うつ状態/睡眠障害 興奮/幻覚・妄想 など

「中核症状」は治すことは難しいですが、「行動・心理症状(BPSD)」は、介護者の接し方や適切な薬物療法により改善する可能性があります。

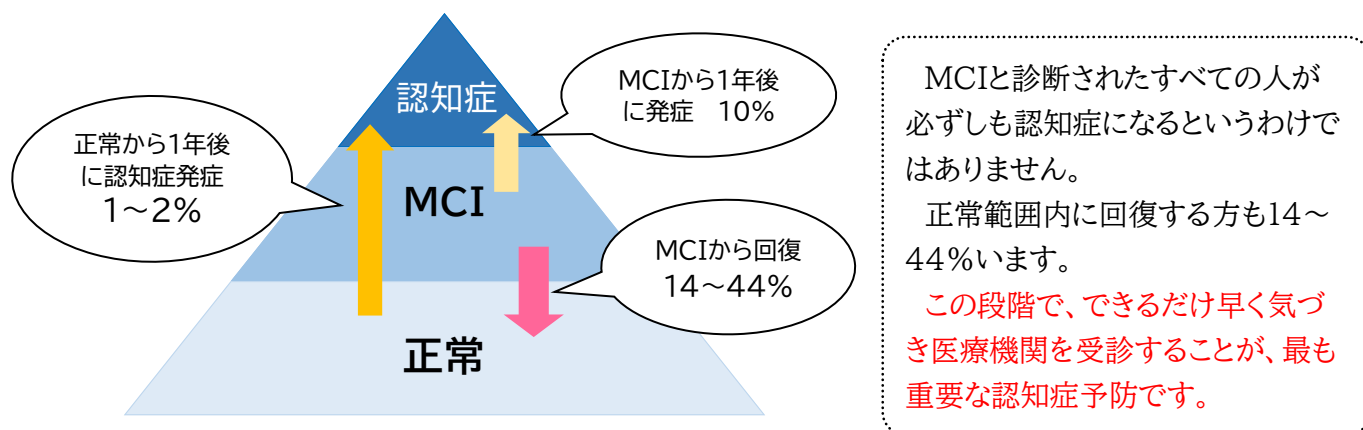
Q4 加齢によるもの忘れと認知症との違いは？

「思い出したいことがあるのに、すぐには思い出せない」このような場合は、加齢によるもの忘れです。一方、「体験したこと自体を忘れている」場合は、認知症の可能性もあります。両者には次のような違いがあると言われています。

加齢によるもの忘れ		認知症
体験の一部分のみ 忘れる	忘れる範囲	体験したこと自体を 忘れる
自覚はある	もの忘れに対する 本人の自覚	自覚はない
年や日付、曜日を 間違えることがある	年・日付 曜日・季節	年や日付、曜日、季節が わからなくなる
何とか見つけようと する	探しもの	誰かが盗ったのでは ないかと主張する
特に支障はない	日常生活への支障	日常生活に支障をきたす

Q5 軽度認知障害(MCI)とは、どのようなものですか？

軽度認知障害(MCI)とは、正常とはいえないが認知症とも診断できるレベルではない、認知症の前段階です。日常生活は問題なくおこなっていることが多いのですが、本人や周りの人は記憶力など認知機能の低下に気づき、不安に感じています。



- ☐ 約束をよく忘れるようになった
- ☐ 身だしなみに関心がなくなった
- ☐ 趣味への興味がなくなった
- ☐ 家族・友人などとの会話が楽しめなくなった

軽度認知障害のサインをチェック ☒

左のようなことはありませんか？
多く当てはまるほど要注意！

もし、気になることがあればできるだけ早く医療機関を受診しましょう。早く気づけば気づくほど、さまざまな対策をとることができ、認知症の発症を予防できる可能性が高くなります。

MCIの段階であるとわかったら、また診断がつかなくても認知機能に違和感がある場合は認知機能の維持・改善を目指し、できることをはじめましょう。できるだけ早い段階に取り組むことで、認知症の発症を食い止め、現状維持もしくは健常な状態に戻る可能性は十分にあります。

- 生活習慣病(糖尿病・高血圧症・脂質異常症など)の予防・改善
- 低栄養予防(牛乳・乳製品、卵、肉類などの動物性たんぱく質と油脂類を積極的に摂る)
- 運動習慣(有酸素運動や筋力トレーニングなど)
- 禁煙
- 口腔機能の改善(歯磨き習慣、定期的な歯科受診、口の体操など)
- お酒は適度に
- 質の良い睡眠をとる(昼寝は30分程度にする)
- 社会や人との関りを持つ(閉じこもりは認知症のリスクを高める)
- 趣味やサークル活動を行う

取り組んでみましょう！

Q6 若年性認知症とは？

認知症は、一般的には高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症した場合を「若年性認知症」といいます。高齢期に発症する認知症に比べると、症状に気づきにくく受診が遅れる傾向にあります。また「なんとなくおかしい」と本人や周りが気づいても「疲れているせいだ」と思い、認知症とは疑わないため受診が遅れたり、「更年期障害」や「うつ病」などと間違われてしまう場合もあります。

若年性認知症は働き盛りの世代で発症するため、本人だけでなく家族の生活にも大きく影響します。本人や配偶者が現役世代であり、病気で仕事に支障が出たり、仕事を辞めることになれば経済的に困難な状況になります。また、子どもがいる場合は教育、就職、結婚など子どもの人生設計に影響を与える場合もあります。本人や配偶者の親の介護が重なる場合には、介護負担がさらに大きくなります。

異変を感じたら迷わず医療機関を受診しましょう。その際、家族も同行して一緒に話を聞くことが大切です。

<どこを受診したらいいの？>

すでにかかりつけ医がある場合は、まずかかりつけ医に症状の相談をしてみてください。他の病気が隠れている場合があるかもしれません。必要に応じ、専門医を紹介してもらえます。

かかりつけ医がない場合は、「脳神経外科」「神経内科」「精神科」などを受診したり、「認知症サポート医」に相談しましょう。また「認知症疾患医療センター」もあります。

若年性認知症に関する
相談窓口

【若年性認知症コールセンター】

若年性認知症に関する電話相談ができます。相談料・通話料無料(フリーコール)

☎ 0800-100-2707 月～土 10:00～15:00(年末年始・祝日除く)

水曜日は10:00～19:00

個人情報厳守 匿名で受付 全国若年性認知症支援センター運営

【若年性認知症支援コーディネーター】

若年性認知症コーディネーターとは、若年性認知症の人やその家族、若年性認知症の人を雇用する企業等から各種相談を受けて、関係機関等と連携し総合的に支援する役割を担います。

愛媛県では医師・主任介護支援専門員等の資格を持ち、若年性認知症の支援の経験を有するコーディネーターが相談に応じます。

☎ 070-3791-0342 ✉ jikoukai@eos.ocn.ne.jp

月～金 9時～17時(相談受付) ※土日・祝祭日・年始・祝日除く

高齢者総合福祉施設 ていれぎ荘 (松山市水泥町405番地1)

《その2》 認知症の人への接し方のポイント

認知症の人は、記憶や物事を判断する「認知機能」が低下しています。そのため、何をするのにしても「考える時間」が必要になり、動作がゆっくりになります。

「認知症の本人には自覚がない」というのは大きな間違いです。なんとなくおかしいと感じ、苦しみ、不安に感じているのは誰よりも認知症の本人だということを考えながら、対応することを心がけましょう。

認知症の人への対応の心得 “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

具体的な対応の7つのポイント

① まずは見守る

認知症と思われる人に気づいたら、本人や他の人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。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

② 余裕をや持って対応する

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1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1人で声をかけます。

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。唐突な声掛けは禁物。

「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

⑤ 相手の目線に合わせて優しい口調で

小柄な人の場合は、体を低くして目線を同じ高さに合わせます。

⑥ おだやかに、はっきりとした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくりとした話し方を心がけます。

早口や大声、甲高い声でまくしたてないこと。

⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

認知症の人は急がされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。

相手の反応をうかがいながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。

《その3》 認知症の症状への対応について

認知症の人は、認知症ではない人と比較して、感性がより研ぎ澄まされた状態となります。そのため、自分の感情が表に出やすくなり、わずかなことでも怒ったり、悲しくなったりしやすくなると言われています。言い換えれば、周囲の環境を整えることで、認知症の症状を軽減させることにつながります。認知症の人の状態に応じて臨機応変に対応することが大切です。

ここでご紹介する対応方法は一例であり、すべての認知症の人に当てはまるとは限りません。相手の状態に応じて、柔軟に対応することが大切です。

具体例 1



一日に何度も同じ話をして困っています。
同じことを何度も繰り返すと
イライラして早口になってしまう…

対応策 **相手を否定せず、ゆっくり話しましょう。**

同じ話の繰り返しは、認知症の初期によくみられる症状です。これは、記憶力(新しく体験したことを覚える能力のこと)が低下することによって、数分前に話したこと自体を覚えておくことができずに起こると言われています。

たとえ同じ内容の返答になっても、優しく答えましょう。「誰かと会話している」「自分の話を聴いてくれている」というだけでも、安心するとされています。

具体例 2



もの盗られ妄想があり、
「誰かが盗ったんだ」といつも主張します。
どう対応したらいいのか…

対応策 **本人の主張に同調し、一緒に探しましょう。**

これは、日常的に介護している家族に対して起こりやすい症状です。記憶障害に加えて、不安感や孤独感などの要因が重なって起こると言われています。

まずは、一緒に探してあげることが大切です。本人が見つけられるようにうまく誘導してあげたり、「一息ついてから探しましょう」など、気持ちを落ち着かせたりすることも方法のひとつです。本人の主張を否定してしまうと、不安感が残ってしまうので、しっかり話を聴いて対応することが大切です。

具体例 3



自分の家にいるのに、夕方になると
「家に帰る」と言い出します。
一人で出歩くと危ないので、玄関に鍵をかけています。

対応策 **一緒に歩いて、安心させてあげましょう。**

そこに住んでいるのに、夕方になると家に帰りたくなる症状です。本人は、「その場所にいつらいい」「以前の自分の場所に帰りたい」などという気持ちがあるのではないかとされています。こんなとき、勝手に出て行ったら危ないと思って、玄関に鍵をかけて出られなくしてしまうと、「閉じ込められた」と思って不安になってしまいます。

こんなときは、「一緒に行こう」と言って本人と一緒に出かけ、家の周りを一回りして家に帰りましょう。家の外を歩くことで気持ちが落ち着き、そのまま素直に家に帰ることが多いようです。

介護はがんばりすぎないで

責任感のある人ほど「自分がすべて面倒をみなければ」と自分を追い詰めてしまいがちです。しかし、公的サービスを利用したとしても認知症の人を1人で支えることは困難です。

介護の悩みは1人で抱え込まずに、家族や周囲の人に助けを求めましょう。できれば、近所の方に事情を話して、認知症の家族がもし1人で外を歩いているのを見かけたら連絡してもらうようにしましょう。

自分を追い詰めすぎないために・・・

- 悩みや不満を打ち明けられる相手をつくる
- 自分の時間をつくる
- なんでも完璧にやろうとは思わない
- わざと失敗しているのではなく、病気のせいだと割り切る
- 介護がうまくいかなくても自分を責めない
- 家族の会などに参加してみる

認知症の介護では、介護する人の態度や対応が本人の症状や精神状態に大きく影響を与えます。臨機応変な接し方などさまざまな知識や技術が必要なことも多く、ひとりですべてをやりきれものではありません。

介護サービスや地域のサポートを積極的に利用して「頑張りすぎない介護」を心がけていくことも必要です。

もしかして認知症？

《その1》 認知症の始まりのサインを見逃さない

このテストは、認知症の初期の症状や、また今後症状が進行する可能性があるかどうか、ご本人やご家族が簡易的に確認するために考えられたものです。

下記の問いのあてはまる回答に○をつけて、合計点数を計算します。

(大友式認知症予測テスト)

質問項目	ほとんどない (0点)	ときどきある (1点)	頻繁にある (2点)
① 同じ話を無意識のうちに繰り返す			
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 今しようとしていることを忘れる			
⑥ 器具の使用説明書を読むのが面倒			
⑦ 理由もないのに気がふさぐ			
⑧ 身だしなみに無関心である			
⑨ 外出がおっくうだ			
⑩ 物(財布など)が見当たらないのを、他人のせいにする			
合計			

0～8 点	正常	もの忘れも老化現象の範囲内。 疲労やストレスによる場合もあります。 8 点に近かったら、気分の違うときに再チェックしてみましょう。
9～13 点	要注意	家族に再チェックしてもらったり、数か月単位で間隔を置いて再チェックを。認知症予防策を生活に取り入れてみましょう。
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。家族に再チェックしてもらい、結果が同じなら医療機関の受診をお勧めします。

市では、認知症に関する相談窓口を設置しています。認知症の症状や利用できるサービスなどについてお気軽にご相談ください。

詳しくは、11ページの《その3》「認知症について相談する」をご覧ください。

《その2》 認知症に早く気づくことが大切なわけ

① 治る病気や一時的な症状の場合があります

認知症の原因となる病気には、早めに治療すれば改善が可能なものもあります。早めに受診して、原因となっている病気の診断を受けることが重要です。

② 進行を遅らせることが可能な場合があります

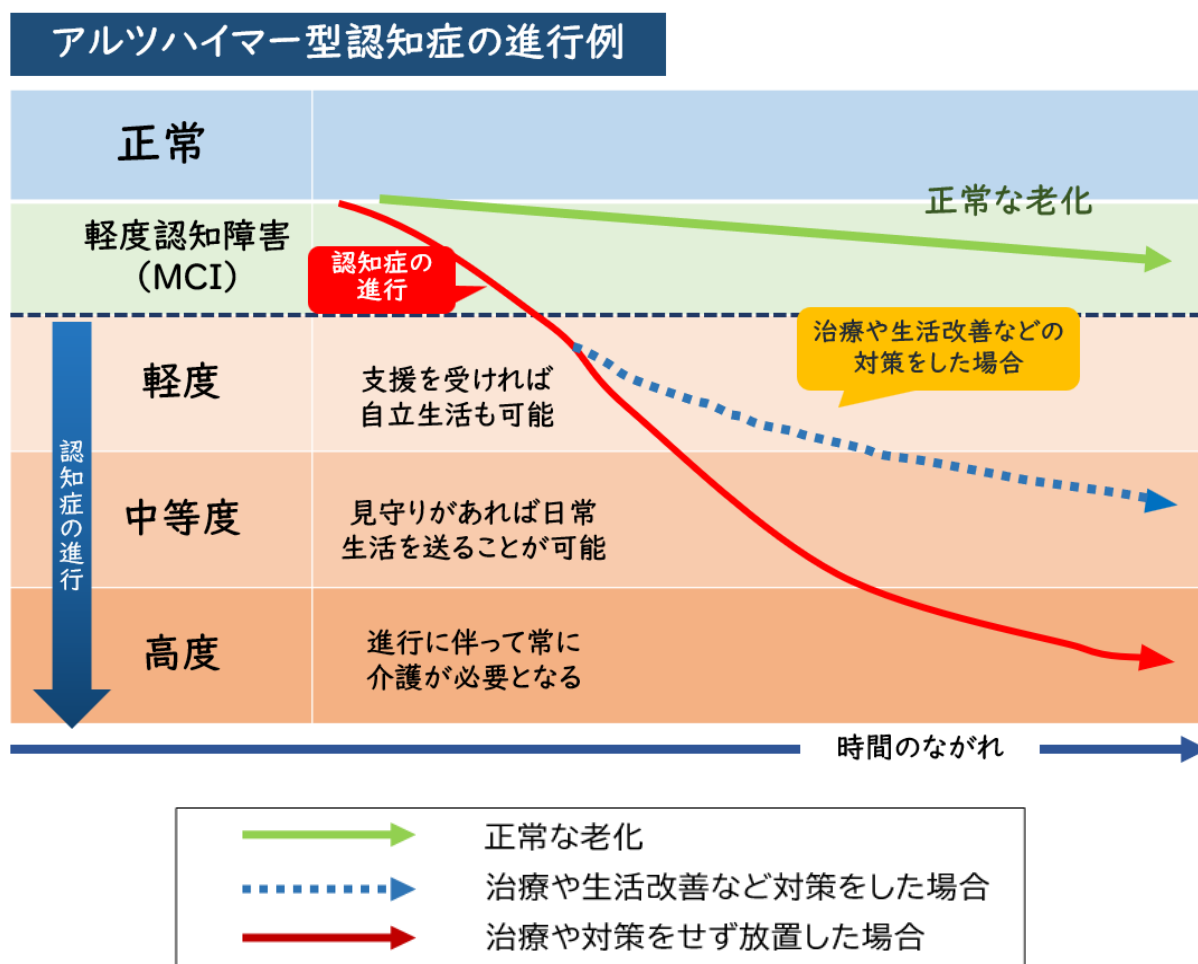
原因となる病気によって、治療方法が異なります。適切な治療を受けることにより、進行を遅らせることができる場合もあります。

③ 今後の生活の準備をすることができます

早期の診断を受け、症状が軽いうちに本人や家族が病気と向き合い話し合うことで、将来の生活に備えることができます。

認知症の種類などにより進行の仕方は異なりますが、時間の経過とともに重症化していくことは共通しています。

ここでは代表的な認知症であるアルツハイマー型認知症の進行例を紹介します。



早期に治療や生活改善などの対策をとった場合、治療や対策をしないで放置した場合に比べ進行がゆるやかになります。

《その3》 認知症について相談する

認知症が疑われる場合は、なるべく早くかかりつけ医などの医療機関受診をおすすめしますが、受診する前にまず相談にのってほしい、話を聞いてほしいなどという場合は、下記のもの忘れ相談窓口にご相談ください。

もの忘れ 相談窓口

認知症に関する専門的な知識を有する支援員(認知症地域支援推進員)を配置し、もの忘れに関する相談や認知症の人への対応などについて相談を受け付けています。

お問い合わせ	電話番号
市福祉事務所 長寿介護課	0894-62-6406
地域包括支援センター 本所	0894-72-0022
地域包括支援センター 支所	0894-62-7730

地域包括支援センターとは？

保健師・看護師・社会福祉士・主任介護支援専門員がチームとなり、健康増進や生活の安定のための支援を行う「**高齢者の総合相談窓口**」です。

認知症に限らず、介護保険に関することや高齢者虐待など相談がありましたら、お気軽にお問合せください。

本所



西予市野村町野村12-15
(西予市社会福祉協議会本所内)

支所



西予市宇和町卯之町四丁目746
(西予市社会福祉協議会宇和支所内)

また、市内のグループホーム(認知症対応型共同生活介護)や認知症対応型デイサービス(認知症対応型通所介護)、特別養護老人ホーム(介護老人福祉施設)、居宅介護支援事業所でも相談することができます。

《その4》 医療機関を受診する

日々の生活の中に不安や葛藤を感じたら、なるべく早く医療機関を受診することをお勧めします。

医療機関を受診し、投薬などにより初期の段階から治療を行うことで、認知症の進行を遅らせることができ、健康に生活できる時間を長くすることができます。

もの忘れや認知症について気になることがあれば、まずは、かかりつけ医にご相談ください。必要に応じて適切な医療機関(専門医)を紹介していただきます。紹介状があると専門医への受診や連携がスムーズになります。

※急な診察時間変更や休診の場合があります。事前に確認しての受診をお勧めします。

症状に関わらず診断・治療・投薬を行っている医療機関

(令和6年4月末現在)

地域	医療機関名	住所・診療日など																	
明浜	あじき医院	西予市明浜町高山甲 3630																	
	西予市認知症サポート医	TEL:0894-64-0331 <table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td></td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td></td><td></td></tr></table> 午前 8:30~12:00 午後 2:00~5:30	月	火	水	木	金	土	○		○		○	○		○	○	○	
月	火	水	木	金	土														
○		○		○	○														
	○	○	○																
狩江	あじき医院	西予市明浜町狩浜2-1321-4																	
	西予市認知症サポート医	TEL:0894-65-0302 <table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td>○</td><td></td></tr></table> 午後2:00~5:00	月	火	水	木	金	土							○				○
月	火	水	木	金	土														
○				○															
田之浜	あじき医院	西予市明浜町田之浜甲 1108-3																	
	西予市認知症サポート医	TEL:0894-64-1443 <table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> 午前 8:30~12:00	月	火	水	木	金	土		○		○							
月	火	水	木	金	土														
	○		○																
たんぼぼ	俵津診療所	西予市明浜町俵津 3-228																	
	西予市認知症サポート医	TEL:0894-65-0026 <table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> 午前 9:00~12:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○						
月	火	水	木	金	土														
○	○	○	○	○															

宇和	近藤医院	西予市宇和町卯之町一丁目 376-2 TEL:0894-62-2311	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>※</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 8:00～12:00 午後 2:00～5:00 ※午後 3:00～5:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	／	※	○	／
	月	火	水	木	金	土															
○	○	○	○	○	○																
○	○	／	※	○	／																
	西予市認知症サポート医																				
	市立西予市民病院	西予市宇和町永長 147-1 TEL:0894-62-1121	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> ※受付時間 午前 8:00～11:00 午後 1:00～4:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	／	○	○	○	○	○	／
	月	火	水	木	金	土															
○	○	○	○	○	／																
○	○	○	○	○	／																
	樋口脳神経外科	西予市宇和町上松葉 191-1 TEL:0894-62-1500	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 9:00～12:00 午後 2:00～5:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	／	○	○	○	○	○	／	○	／
月	火	水	木	金	土																
○	○	○	／	○	○																
○	○	○	／	○	／																
	西予市認知症サポート医																				
三瓶	笹田循環器科 内科医院	西予市三瓶町朝立 1-310-41 TEL:0894-33-3320	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>※</td><td>／</td></tr></table> 午前 9:00～12:30 午後 2:00～6:00 ※午後 4:30～5:30	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	／	○	※	／
	月	火	水	木	金	土															
○	○	○	○	○	○																
○	○	／	○	※	／																
	三瓶病院	西予市三瓶町朝立 2-1-18 TEL:0894-33-1200	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 9:00～12:00 午後 3:00～5:30	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	○	／	○	／
月	火	水	木	金	土																
○	○	○	○	○	○																
○	○	○	／	○	／																

認知症サポート医とは・・・

認知症の方やその疑いのある方が早期から地域の中で必要な医療や介護につながるようサポートする、高い専門性をもつ医師です。

また、普段私たちが診察してもらうかかりつけ医との連携、地域包括支援センターと一緒に支援策を検討するなど、地域の認知症医療の重要な役割を担っています。

西予市では認知症初期集中支援チームの一員として早期診断・対応への支援に取り組んでいます。(22ページの認知症初期集中支援チームをご覧ください)

症状が軽度であれば診断・治療・投薬を行っている医療機関

(令和6年4月末現在)

地域	医療機関名	住所・診療日など																			
宇和	宇都宮内科 クリニック	西予市宇和町卯之町三丁目 309 TEL:0894-62-7788																			
	西予市認知症サポート医	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 8:30～12:00 午後 2:00～5:30 木・土は 8:30～12:30	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	○	／	○	／	
	月	火	水	木	金	土															
○	○	○	○	○	○																
○	○	○	／	○	／																
かどた医院	西予市宇和町卯之町五丁目 240-1 TEL:0894-62-6722	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>○</td><td>※</td></tr></table> 午前 9:00～12:30 午後 2:00～6:00 ※午後 2:00～5:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	／	○	○	※	
月	火	水	木	金	土																
○	○	○	○	○	○																
○	○	／	○	○	※																
土居内科	西予市宇和町上松葉 145-1 TEL:0894-69-1285	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 9:00～12:00 午後 2:00～5:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	／	○	○	／	○	○	／	
月	火	水	木	金	土																
○	○	○	○	○	／																
○	○	／	○	○	／																
野村	宇都宮内科	西予市野村町野村 11-350-1 TEL:0894-72-3333	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 8:30～12:00 午後 1:30～6:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	／
	月	火	水	木	金	土															
	○	○	○	○	○	○															
○	○	○	○	○	／																
市立野村病院	西予市野村町野村 9-53 TEL:0894-72-0180	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 8:30～12:00 午後 2:00～5:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	／	○	○	○	○	○	／	
月	火	水	木	金	土																
○	○	○	○	○	／																
○	○	○	○	○	／																
井関整形外科・皮膚科	西予市野村町野村 11-110 TEL:0894-72-0030	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>○</td><td>／</td></tr></table> 午前 8:30～12:00 午後 2:00～5:30 土曜のみ午後 2:00 まで	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	／	○	○	／	
月	火	水	木	金	土																
○	○	○	○	○	○																
○	○	／	○	○	／																

城川	西予市 国民健康保険 土居診療所	西予市城川町土居 578 TEL:0894-83-0031	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>／</td><td>／</td><td>／</td></tr><tr><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>／</td><td>／</td><td>／</td></tr></table>	月	火	水	木	金	土	／	○	／	／	／	／	／	○	／	／	／	／	午前 9:00～11:30 午後 2:00～4:00
月	火	水	木	金	土																	
／	○	／	／	／	／																	
／	○	／	／	／	／																	
三瓶	西予市 国民健康保険 周木診療所	西予市三瓶町周木 6-229-1 TEL:0894-33-0291	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>／</td></tr><tr><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>／</td></tr></table>	月	火	水	木	金	土	／	○	／	○	／	／	／	○	／	○	／	／	午前 8:30～12:00 午後 1:00～5:00
月	火	水	木	金	土																	
／	○	／	○	／	／																	
／	○	／	○	／	／																	
	西予市 国民健康保険 二及診療所	西予市三瓶町二及 2-684-1 TEL:0894-33-3140	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>／</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td></tr><tr><td>／</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td><td>○</td><td>／</td></tr></table>	月	火	水	木	金	土	／	／	○	／	○	／	／	／	○	／	○	／	午前 8:30～12:00 午後 1:00～5:00
月	火	水	木	金	土																	
／	／	○	／	○	／																	
／	／	○	／	○	／																	

気をつけて!

～高齢者が狙われている ①～

高齢者を狙った**特殊詐欺被害**が増加しています。被害者の70%は65歳以上の高齢者とされています。振り込め詐欺をはじめとする特殊詐欺に遭わないように、いくつか犯人の手口を紹介します。

- あなたの口座が犯罪に利用されている。キャッシュカードと暗証番号を渡して。
- 医療費の還付金があります。ATMに行って、言うとおり操作して。
- もしもし俺だけど、大金の入った会社のカバンを失くしてしまった。
- 市内に老人ホームができる。あなたの入居権を譲ってほしい。

このような内容の電話は、**詐欺**ですので十分に注意してください。怪しいと思ったときは、すぐに警察署または消費生活センターへご連絡ください。慌てず、一人で悩まず、相談することが大切です。

西予警察署 生活安全課 0894-62-0110
西予市消費生活センター 0894-62-1285

診断・治療は専門医を紹介しており、その後の経過観察・投薬を受け付けている医療機関

(令和6年4月末現在)

地域	医療機関名	住所・診療日など																	
野村	おか医院	西予市野村町阿下 7-17-1 TEL:0894-72-3456																	
	西予市認知症サポート医	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td></tr></table> 午前 8:30~12:30 午後 2:00~6:00 木曜・土曜午後 1:00 まで	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○
月	火	水	木	金	土														
○	○	○	○	○	○														
○	○	○		○															
三瓶	樋口内科 蔵貫診療所	西予市三瓶町蔵貫浦 674-1 TEL:0894-34-0089																	
	西予市認知症サポート医	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td></tr><tr><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td><td></td></tr></table> 午前 9:00~12:00 午後 2:00~5:00	月	火	水	木	金	土		○		○		○		○		○	
月	火	水	木	金	土														
	○		○		○														
	○		○																
	樋口内科 下泊診療所	西予市三瓶町下泊 785-1 TEL:0894-34-0161																	
	西予市認知症サポート医	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td>○</td><td></td></tr></table> 午後 2:00~5:00	月	火	水	木	金	土							○				○
月	火	水	木	金	土														
○				○															
	樋口内科 皆江診療所	西予市三瓶町皆江 1856-28 TEL:0894-34-0090																	
	西予市認知症サポート医	<table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> 午前 9:00~12:00	月	火	水	木	金	土	○		○		○						
月	火	水	木	金	土														
○		○		○															

認知症疾患医療センターについて

認知症疾患医療センターとは、認知症の鑑別診断、地域の医療機関の紹介、身体や認知症に対する相談を行う専門的な医療機関です。愛媛県では認知症疾患医療センターを県内7か所に設置しています。そのうち、地域の拠点として、認知症の早期発見や対応の促進、医療や介護の連携強化などを行う「地域拠点センター」が圏域ごとに1か所設置されています。

《大洲・八幡浜圏域》

医療機関名	住所・診療日など																		
医療法人静心会 平成病院	大洲市柚木 811-1 TEL:0893-24-6839 <table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table> 受診には予約要 相談受付 午前 8:15～午後 5:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○							
月	火	水	木	金	土														
○	○	○	○	○															

《宇和島圏域》

医療機関名	住所・診療日など																		
財団法人正光会 宇和島病院	宇和島市柿原 1280 TEL:0895-22-8020 <table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>△</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>△</td></tr></table> 午前 8:30～午後 5:00	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	△
月	火	水	木	金	土														
○	○	○	○	○	△														
○	○	○	○	○	△														

《松山圏域》

医療機関名	住所・診療日など																		
医療法人誠志会 砥部病院	伊予郡砥部町麻生 40-1 TEL:089-957-5538 <table><tr><td>月</td><td>火</td><td>水</td><td>木</td><td>金</td><td>土</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>／</td><td>／</td><td>／</td><td>／</td><td>／</td><td>／</td></tr></table> 午前 9:00～12:30	月	火	水	木	金	土	○	○	○	○	○	○	／	／	／	／	／	／
月	火	水	木	金	土														
○	○	○	○	○	○														
／	／	／	／	／	／														

※原則として、紹介を受けた人の診断や治療方針の選定などを行う医療機関ですので、利用を希望される場合は、かかりつけ医にご相談ください。

また、県内の地域拠点センターへの助言や指導により、認知症医療水準の向上を担う「中核センター」が1か所設置されています。

医療機関名	住所・診療日など					
愛媛大学 医学部附属病院	東温市志津川 454					
	月	火	水	木	金	土
	○	○	○	○	○	△
	△	△	△	△	△	△

★受診には、かかりつけ医からの予約が必要です。

何をどう伝えたらいいですか？

日々の暮らしで不安や心配に思っていることを伝えましょう。いざ、医師を前にすると緊張して言いたいことをうまく伝えられない場合があります。あらかじめ、メモしておくとおスムーズに伝えることができます。また、先生に聞きたいことも整理しておきましょう。

整理しておくとい内容

- ※ 現在、気になっている症状
- ※ 気になる症状は、いつ頃から始まったか
何かきっかけがあったか
- ※ 生活していくうえで困っていること
- ※ 現在、治療している病気・かかっている医療機関
- ※ 現在、飲んでいる薬
- ※ 今までにかかったことのある大きな病気やケガ、手術や
治療の内容・経過 など

**お薬手帳があれば
持参しましょう。**

診察時に医師から言われたことをその場では理解していても、後になってからわからなくなってしまうことはよくあります。書きとめておくと、後で読み返すことができます。記録しきれない場合は、医師や看護師に大事なポイントだけ書いてもらいましょう。

**災害や紛争に
便乗した悪質商法に注意！**

～高齢者が狙われている ②～

「海外の紛争国に送る支援自身の物資を集めている」「地震の被災地に送るために不用品を買い取っている」など、災害や紛争に便乗した買取業者からの電話に関する相談がよくあります。

買取業者は消費者の善意につけ込み、自宅訪問の約束をとりつけ、訪問すると当初予定していた物品以外の貴金属を中心とした高級品を強引に安く買い取る事例がよくみられます。

一部では、「自治体からの依頼を受けている」という場合もあるようですが、自治体が事業者には被災地支援等で買い取りを委託することはありません。

怪しいと思ったら、警察署または消費生活センターへ連絡を！

西予警察署 生活安全課 0894-62-0110

西予市消費生活センター 0894-62-1285

住み慣れた地域で生活するために

認知症の人を支えるための取り組みについて

「いつまでも住み慣れた地域で生活したい」という気持ちは、多くの人が抱いています。しかし、本人の努力や家族の支えには限界があります。西予市では、そのような問題を解決するため、隣近所の支え合いや地域全体の見守りの中で生活できるような仕組みづくりを進めています。

介護保険によるサービスの利用(要介護認定)

認知症などで介護や支援が必要になった場合、「介護保険」によるサービスが利用できます。

申請の窓口は市の長寿介護課、各支所地域生活課です。

申請後、訪問調査があり、審査・判定が行われて、介護や支援が必要な度合い(要介護度)が決まります。結果が記載された「認定結果通知書」と「介護保険の保険証」が届くので、記載されている内容を確認してください。介護度により受けられるサービスが異なります。(P24からの「介護保険サービスの利用について」を参照ください。)

申請に必要なもの

- ☐ 申請書 市の窓口においてあります。
※市のホームページからダウンロードもできます。
- ☐ 介護保険証 65歳以上の方
40～64歳の方は健康保険被保険証が必要(国保・社保・共済など)
- ☐ 身元確認書類 マイナンバーカード・運転免許証・パスポート等、顔写真付きなら1点、顔写真付きでない場合は、2点必要となります。
詳しくは、事前にお問い合わせください。
(長寿介護課 ☎0894-62-6406)

※ 代理申請の場合、代理の方の身分証明書(運転免許証、マイナンバーカード等)の提示が必要となります。

高齢者あんしんネットワーク事業

日々の業務の中で高齢者の日常生活と接点を持つ商店や事業所の協力を得て、ひとり暮らしの高齢者等の見守りを行う事業です。事業に賛同し登録した商店や事業所を「あんしんサポーター加盟店」といいます。

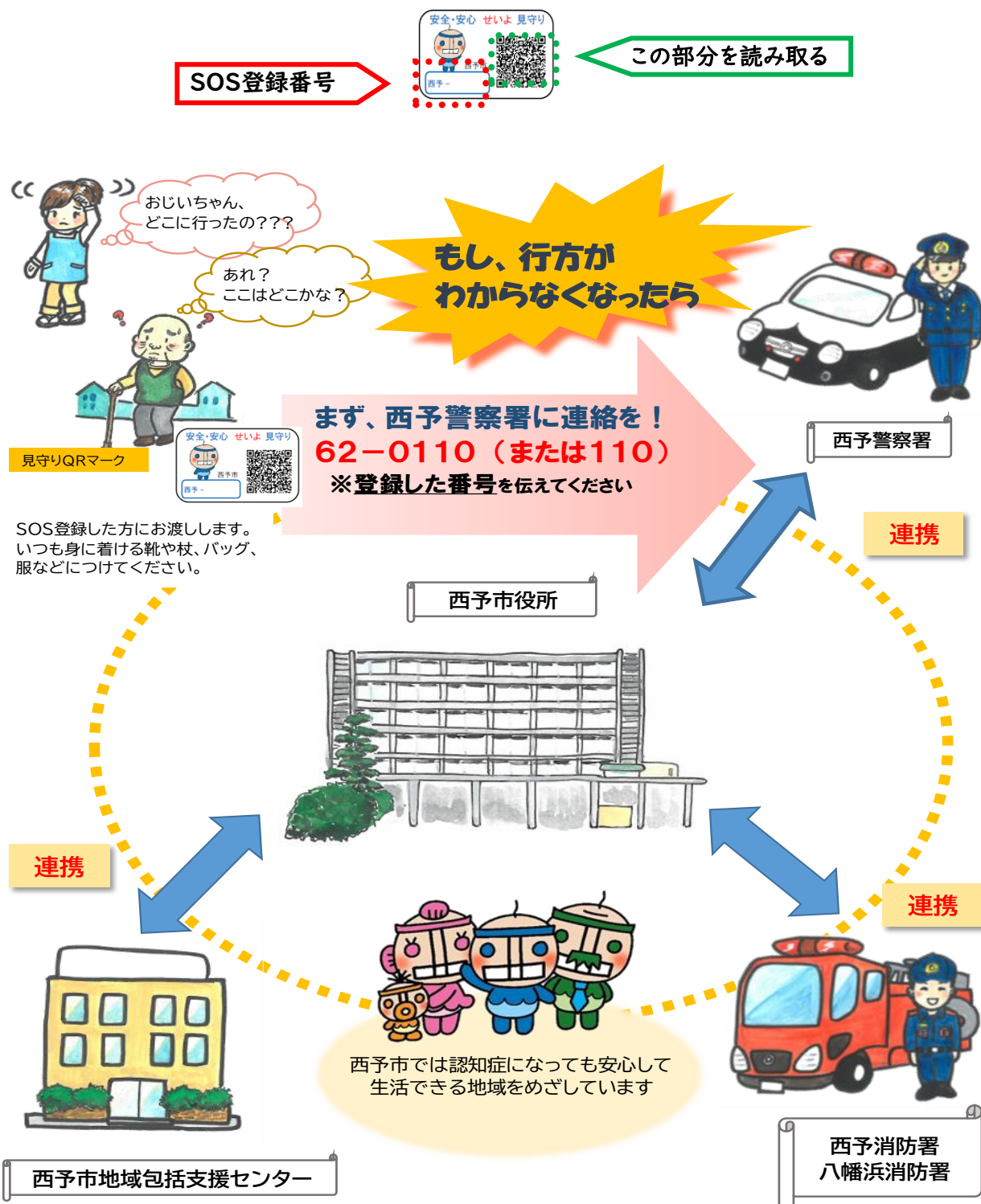
あんしんサポーター加盟店は、日常業務において無理のない範囲で高齢者等の見守りを行い、異変を感じた場合には市または地域包括支援センターへ連絡、緊急の場合は警察署または消防署へ通報をお願いします。



徘徊高齢者等SOS登録事業

認知症が進行し、万一徘徊により行方不明となった場合に早期に発見することを目的として、そのおそれのある高齢者などの事前登録制度があります。事前に登録された情報は市が管理し、構成機関である西予警察署・西予消防署・八幡浜消防署・西予市地域包括支援センターで共有します。万一行方不明となった場合には、登録情報をもとに早期発見・保護に努めます。登録した方には、見守りQRマークを交付します。

見守りQRマークのQRコードをスマートフォンなどの携帯端末で読み取ると、地域包括支援センターなどの連絡先が表示されます。(個人情報表示されません)



認知症地域支援推進員

認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活できるように、医療・介護・地域をつなぐ連携役として、認知症地域支援推進員を配置しています。

認知症地域支援推進員は、認知症の人の状態に応じて必要なサービスが適切に提供されるように、医療機関や介護サービス、地域の支援機関の間の連携支援や認知症の人やその家族を対象とした相談業務を行います。また、認知症への正しい理解の普及啓発にも努めています。

認知症サポーター養成講座



認知症に関する基礎的な知識について学ぶ講座です。開催要望のあった地域・団体・職域・学校等へ出向き、受講対象者に応じて1時間～1時間半程度、開催。地域で認知症の人やその家族に対して、できる範囲で手助けする「認知症サポーター」を養成し、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。

さらに認知症に関する知識を深め、実際に地域でのサポーター活動につなげるステップアップ講座も実施します。

認知症カフェ

認知症の人とその家族だけでなく、地域住民、介護や医療・福祉の専門職など誰もが参加できる「つどいの場」を、事業所の協力のもと開設しています。

カフェの内容は、脳トレや軽い体操を行ったり、お茶を飲みながらおしゃべりをして交流をはかるなど、開催場所によってさまざまです。また、認知症について相談できる場でもあります。

認知症高齢者家族介護教室

在宅で認知症高齢者を介護している家族が、介護に必要な知識や技術を身につけ、介護負担や不安を軽減できることや、介護者同士が交流をはかり、情報交換できる場になることを目的に開催しています。

チームオレンジ

チームオレンジは、認知症サポーターが仲間とともに、認知症の人やその家族のニーズに合った支援を行う活動です。認知症の人やその家族を「温かい目で見守る」から一歩進んで、認知症の人が住み慣れた場所で自分らしく生きることができるよう、地域で支える活動でもあります。

成年後見制度

認知症などの理由により、判断能力が不十分となった人に対して、預貯金などの財産の管理や様々な契約の際に支援を行います。本人の利益を考えながら、成年後見人が本人に代わって契約などを支援します。

認知症初期集中支援チーム

認知症初期集中支援チームは、認知症の専門知識を持った医療・介護の専門職が認知症の疑いがある人や認知症の人、その家族のご自宅を訪問し、適切な医療や介護サービスを紹介したり、困りごとを伺い一緒に解決策を考えるなど一定期間(おおむね6か月以内)集中的に支援するチームです。西予市では地域包括支援センターに設置しています。

『え！認知症？』悩んでないで相談を！

西予市地域包括支援センターは、認知症になっても、できるだけ住み慣れた地域の中で暮らし続けるために、認知症の人や家族に早期に関わり、早期診断・対応に向けた支援体制づくりとして、認知症初期集中支援チーム(おれんじ支援チーム)を設置し活動しています。

認知症初期集中支援チーム (おれんじ支援チーム)

《支援対象者》

- 在宅(市内)で生活している40歳以上の方で
- ★認知症疾患の診断を受けていない方
- ★継続的な医療サービスを受けていない方
- ★介護サービスを拒否・中断している方
- ★認知症の症状が強く対応に困る方



ご家族・地域の方で
心配な方はいませんか？
認知症は早期対応が大切
です！

《支援チーム員》

医師

保健師
看護師

社会福祉士



《支援内容》

- ①支援チーム員がご家庭を訪問し、健康状態・生活状況を確認します。
- ②チーム員会議を開催し、対応を検討します。
- ③必要に応じて、認知症専門医療機関を紹介、介護サービス利用支援など、適切な医療や介護サービスが受けられるよう支援します。



まずはご相談してください！

0894-72-0022

0894-62-7730

西予市地域包括支援センター本所

西予市地域包括支援センター支所

〒797-1212

西予市野村町野村12号15番地

〒797-0015

西予市宇和町卯之町4丁目746番地

～西予警察署からのお知らせ～

高齢者を支えるご家族の方へ

もし、あなたの支える高齢の方が行方不明になられたらどう対応しますか？

どうしよう…
行方がわからない



- ◆心当たりの場所を捜してもいない。
 - ◆いろいろ電話してみても行き先がつかめない。
- そんなときは、まよわず警察へ連絡を！

62-0110 又は **110** に
電話しましょう！



現在、行方不明のおそれを心配される方は日頃から
高齢者の行動をしっかりと把握しておきましょう。
警察への届出時には次のようなことを聞かれます。

- 何月何日何時まで、どこにいたか。
(最後に見たのは、いつ、どこで？) その時の服装は？
- お金は持っているか (いくら)
- 車・自転車・徒歩 等 何で移動しているか。
- 自分の名前は言えるか、会話はできるか。
- 足腰はしっかりしているか。
- 立ち寄りそうな場所はあるか。
- 連絡先の電話番号 など



警察署員がご自宅を訪ねて来られるか、またはご家族が最寄りの
交番へ出向いて行くか、のどちらかでくわしい話をするようになります。

※かならず写真をご準備ください！ (なるべく最近のもの)
西予市徘徊高齢者等SOS登録されている方は、申請書の写しも
お願いします。

※ご家族の同意を得て、警察から
消防署へ連絡がいき、防災行政
無線による住民への周知や消防
団による捜索が始まります。



※担当のケアマネ
(もしくは事業所)にも、
ご連絡ください。



お願い：もし警察に通報した後に見つかった場合は、**すぐに警察に**
連絡してください。連絡がないと捜索は続けられます。

※このチラシは西予警察署の御協力のもと作成しています。(西予市福祉事務所 長寿介護課)

介護保険サービスの利用について

環境や目的に応じた介護サービスをうまく組み合わせることで、介護負担が軽減できます。
介護サービスを利用するために必要な計画書をケアプランといい、それを作成するのがケアマネジャーです。

ケアマネジャー(介護支援専門員)は介護の知識を幅広く持った専門職で、介護保険サービス利用にあたり、利用者や家族の相談に応じアドバイスしたり、ケアプランの作成、サービス事業所との連絡や調整を行うなどさまざまな役割を担っています。

サービスを利用する際には、居宅介護支援事業所や地域包括支援センターに依頼します。

要介護 1～5 に認定された方



ケアマネジャーが在席する居宅介護支援事業所に依頼
下記の居宅介護支援事業所の中から選んで連絡

要支援 1・2 に認定された方



地域包括支援センターに依頼
下記の地域包括支援センターのどちらかに連絡

居宅介護支援事業所

地域	名称	住所	☎(0894)
明浜	居宅介護支援事業所 めぐみの里	明浜町俵津4-44	69-3101
宇和	居宅介護支援事業所 さくら	宇和町山田1558	62-8061
	居宅介護支援事業所 のんびり家	宇和町野田45	89-2722
	居宅介護支援事業所 はなみずき	宇和町坂戸437	62-0023
	居宅介護支援事業所 陽だまり	宇和町卯之町一丁目246-6 開明の杜内	62-8177
	西予市社会福祉協議会 宇和支所	宇和町卯之町四丁目746	62-3750
	訪問看護ステーション東宇和	宇和町卯之町三丁目293	69-1140
野村	井関医院居宅介護支援事業所	野村町野村11-95-1	72-3801
	居宅介護支援事業所 ふれあい	野村町野村12-446 野城ふれあい館	72-3750
	西予市社会福祉協議会 本所	野村町野村12-15	72-2306
	JA東宇和介護支援センター	野村町野村12-617-1	72-0283
三瓶	訪問看護ステーションわかば	三瓶町朝立2-1-7	33-3387

地域包括支援センター

地域	名称	住所	☎(0894)
市全域(主:野村・城川)	西予市地域包括支援センター 本所	野村町野村12-15	72-0022
明浜・宇和・三瓶	西予市地域包括支援センター 支所	宇和町卯之町四丁目746	62-7730

介護保険による主なサービス

介護保険サービスの利用にあたり、担当のケアマネジャーに「現在の困りごとやどんな生活を送りたいか」など伝えて、より良い介護体制を一緒に作りましょう。できる範囲のことは自分で行うようにして、介護状態の悪化を防ぐことが大切です。

自宅で利用	
訪問介護	ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事・入浴・排泄などの身体介護や調理・洗濯などの生活援助を行います。
訪問看護	疾患を抱えている人について、看護師などが自宅を訪問して療養上の世話や診療の補助を行います。
訪問入浴	介護職員と看護職員が移動入浴車で自宅を訪問し、浴槽を提供して入浴介護を行います。
訪問リハビリ	リハビリの専門職が訪問し、自宅での生活を向上させるためにリハビリを行います。
居宅療養管理指導	通院が困難な人の自宅を医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが訪問し、心身の状態や生活環境をふまえた療養上の管理や指導を行います。
自宅から通う	
通所介護	「デイサービス」といわれ、デイサービス事業所で食事・入浴などの介護や日常生活上の支援、レクリエーションなどを通じた機能訓練など、日帰りで受けられます。
認知症対応型通所介護	「認知症デイ」といわれ、認知症の利用者を対象にした専門的なケアを提供するサービスで食事や入浴など日常生活上の介護や機能訓練が日帰りで受けられます。
通所リハビリテーション	「デイケア」といわれ、介護老人保健施設や医療機関などで食事・入浴などの日常生活上の支援や理学療法士などによるリハビリを日帰りで受けられます。
環境を整える	
福祉用具貸与	日常生活の自立を助けるために車いすや歩行器など福祉用具がレンタルできます。
特定福祉用具購入	入浴や排泄などに使用する福祉用具を購入した時に、購入費の一部が支給されます。
住宅改修	手すりの取り付けや段差解消など、より安全な生活が送れるよう住宅改修したとき、改修費の一部が支給されます。
数日泊まる	
短期入所生活介護	介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事・入浴・排泄などの介護や機能訓練が受けられます。日常生活上の介護を受ける生活介護の「ショートステイ」です。
短期入所療養介護	介護老人保健施設や医療施設などに短期間入所して、食事・入浴・排泄などの介護や機能訓練が受けられます。医学的管理のもとで医療ケアを含む介護を受ける療養介護の「ショートステイ」です。
施設で暮らす	
認知症対応型生活介護	「グループホーム」といわれ、認知症の症状が比較的安定した方が少人数で共同生活しながら、家庭的な雰囲気の中で食事・入浴・排泄などの介護が受けられます。
介護老人福祉施設	「特別養護老人ホーム」といわれ、常に介護が必要で自宅では介護ができない方が対象の施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます。
介護老人保健施設	病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的管理のもとで介護や看護、リハビリが受けられます。

その他、有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅など介護保険外の特定施設に入所しながら、食事・入浴・排泄などの介護保険サービスを受けることもできます。