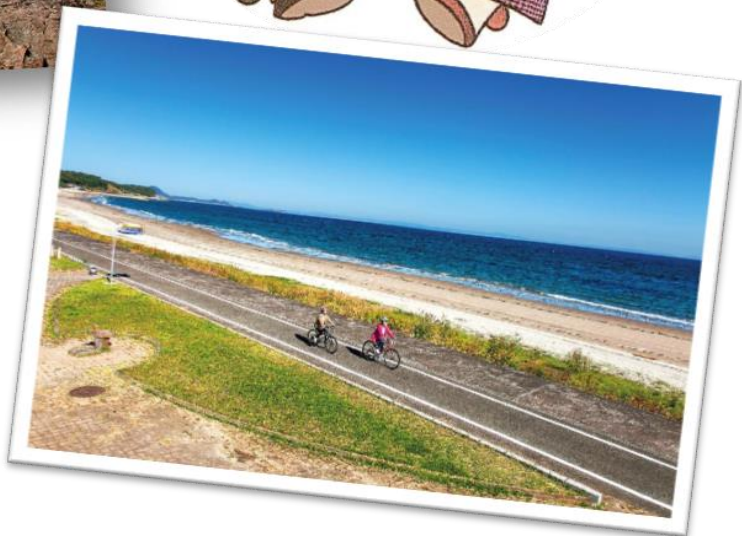


# 国東市認知症安心 ガイドブック

～いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らすために～



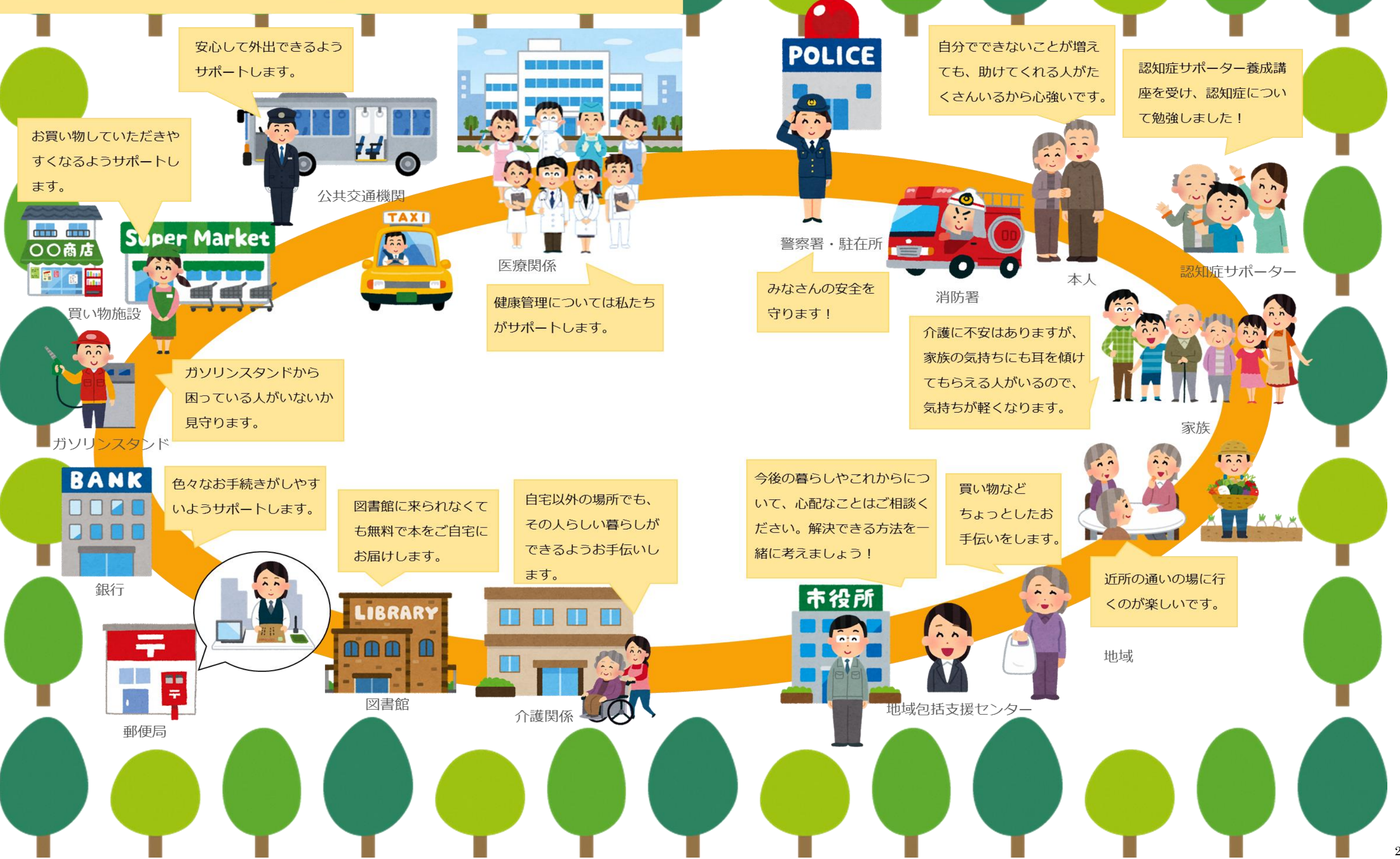
第3版 令和4年3月改訂



国東市

# いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らせるまちを目指して

みんなで認知症への理解を深め、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるまちを一緒に作りましょう。



# はじめに

認知症は誰もがなる可能性のある脳の病気です。

病状の進行とともに、できにくくなっていくこともあり生活する上で支障が生じ、様々なサポートが必要となってきます。

『国東市認知症安心ガイドブック(認知症ケアパス)』は、認知症になってもいつまでも住み慣れた国東市で安心して自分らしく暮らし続けられるように、経過に応じた適切な支援や国東市で利用できるサービスなどの情報をまとめたものです。

認知症の理解や支援について、また、認知症になった時、いつ、どこで、どのような医療や介護のサービスを受ければよいのか、本ガイドブックをご活用いただければ幸いです。



## 目次

1. 認知症は「身近な病気」です	4
2. 認知症について	5
3. 早期発見、早期受診・診断、早期治療が大事なわけ！	7
4. 「認知症」早期発見のめやす	7
5. 認知症が心配になったときの医療相談は？	8
6. 認知症の予防について	9
7. 若年性認知症を知っていますか？	10
8. 認知症高齢者の自動車運転について	11
9. みなさんより、ひと足先に認知症になった先輩たちからのメッセージ	12
10. 認知症の経過について(認知症ケアパス)	13
11. 認知症の経過に応じた地域支援ガイド(認知症ケアパス)	15
12. いつまでも住み慣れた地域で安心して生活を続けるための様々なサービス	
もの忘れ・認知症についての相談	17
総合事業や介護保険のサービス	18
介護保険以外の住まいやサービス	24
一般介護予防事業	25
その他の事業	26
その他情報サイト	29

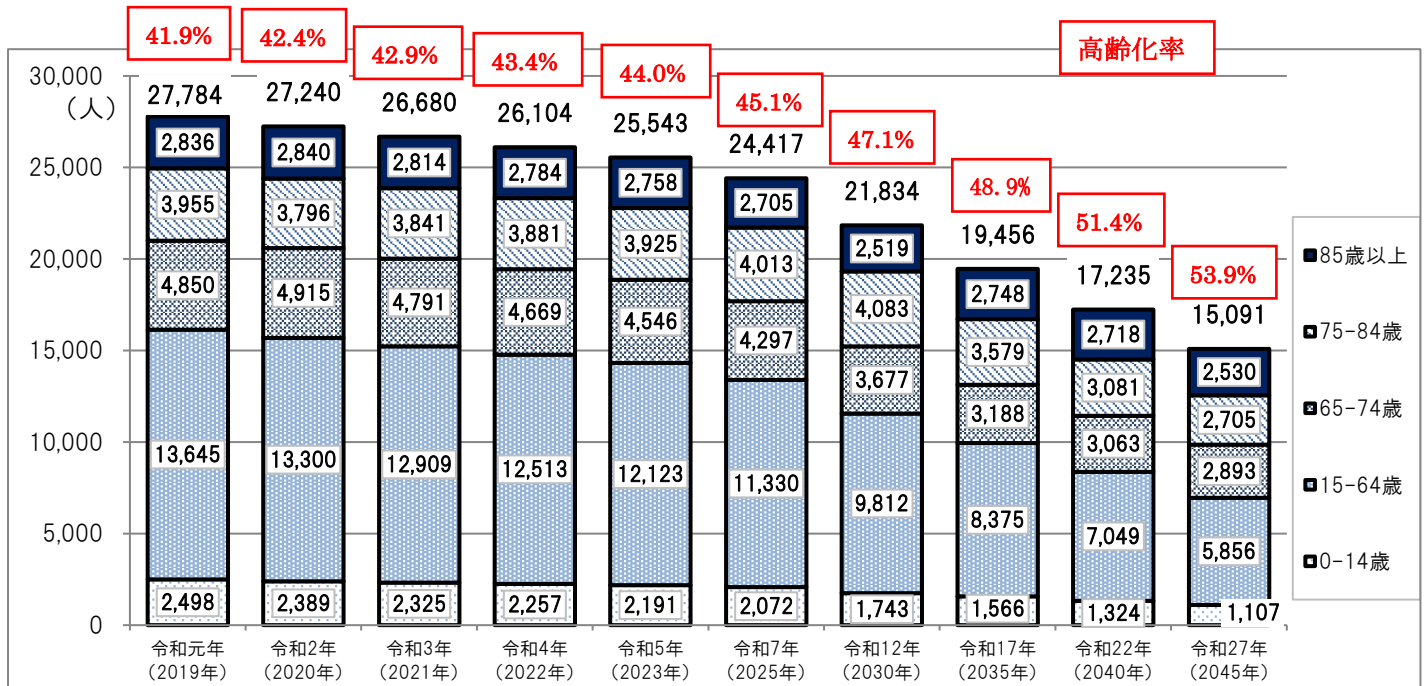
# 1. 認知症は「身近な病気です」



認知症は誰でもかかる可能性のある脳の病気です。

国東市では高齢者の約5人に1人が認知症であると推計されています。

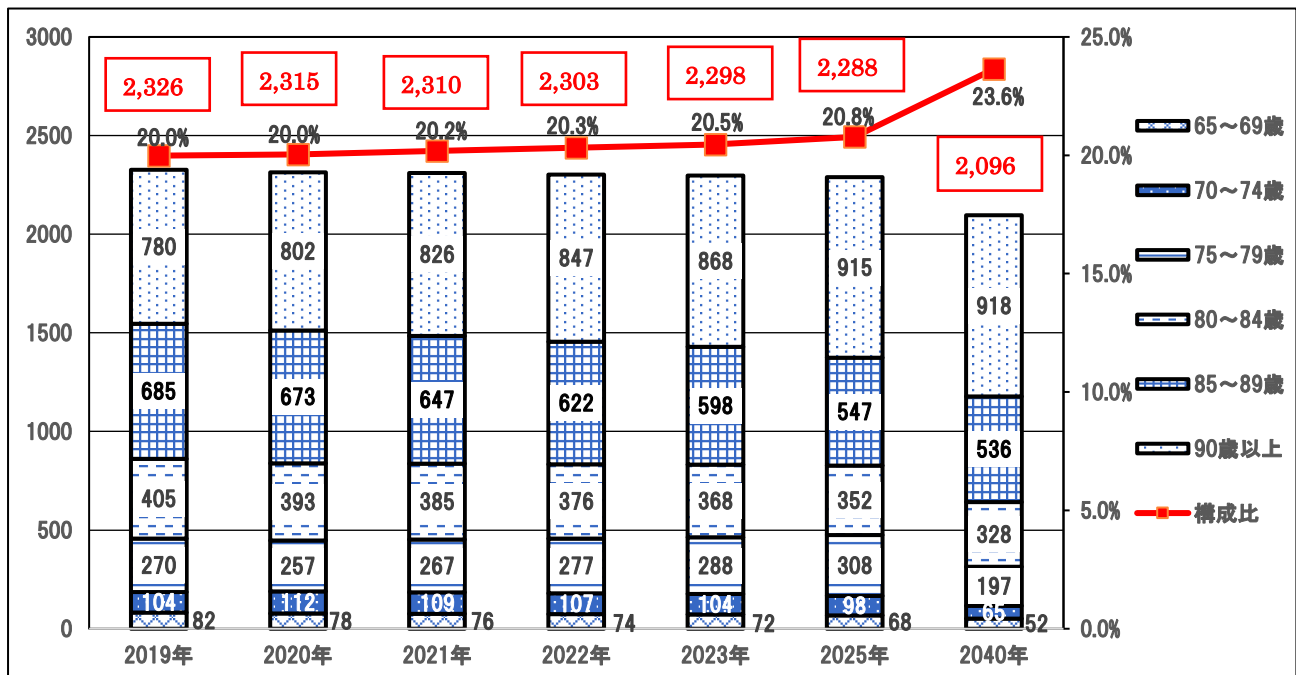
## 国東市の人口・高齢化率の推移



資料) 令和2年9月末現在住民基本台帳による

資料) 令和3年～27年人口は、令和2年9月末人口を基に国勢調査時の生存率、移動率で推計

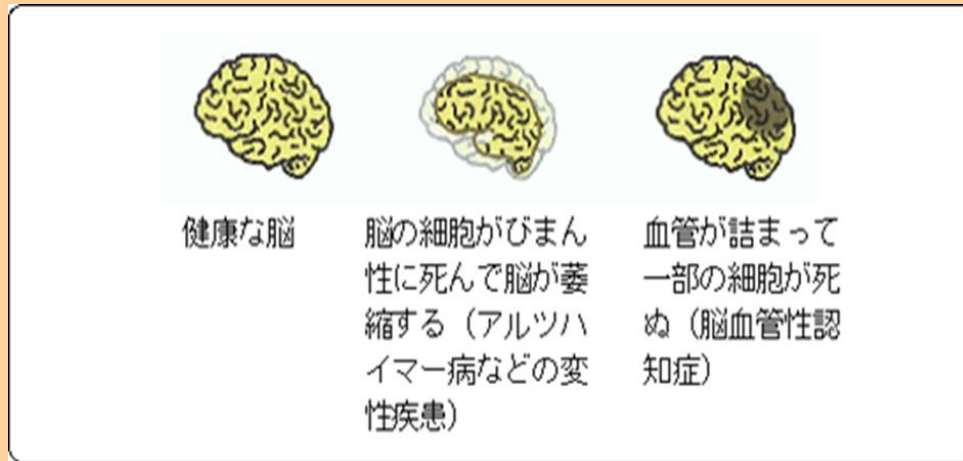
## 国東市の年齢階層別認知症有病者数の推計



資料) : 人口推計を基に認知症有病率 (厚生労働省認知症対策総合研究事業 (H25.3月報告)) で推計

## 2. 認知症について

認知症とは、何らかの原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで、認知機能が低下し、日常生活や社会生活にさまざまな支障が出てくる状態を指します。



### 認知症を引き起こす主な4つの原因

#### 1 アルツハイマー型 認知症

脳の細胞に異常なタンパク質がたまり細胞が破壊されて、脳が萎縮する病気。萎縮の場所と程度により、認知症のさまざまな症状が現れます。

##### 【症状】

少し前のできごとを忘れる  
同じことを何度も言う  
帰り道がわからなくなる  
同じものを何度も買う 等

#### 2 レビー 小体型 認知症

レビー小体と呼ばれる異常なタンパク質のかたまりが脳内の神経細胞にたまる病気。初期には、もの忘れが目立たないことが特徴です。

##### 【症状】

子どもや虫が見えたりする  
夜間に寝ぼけて大声を出す  
日によって症状の程度が違う  
手足の動きがにぶくなる 等

#### 3 脳血管性 認知症

脳の血管が詰まったり（脳梗塞）、破れたり（脳出血）して血流が途絶え、脳細胞が死滅するために起こる認知症。

##### 【症状】

もの忘れが多い、転びやすい  
意欲が低下する  
手足がしびれる  
急に泣いたり、怒ったりする等

#### 4 前頭側頭葉 変性症


前頭葉と側頭葉を中心に脳が徐々に萎縮する病気。①前頭側頭型認知症（ピック病を含む）、②進行性非流暢性失語症、③意味性認知症がある。

##### 【症状】

①同じ時間に同じ行動を繰り返す ②なめらかに話することができない ③言葉の意味がわからなくなる 等

# 認知症で見られる症状

認知症の症状には、脳の働きの低下が原因で生じる「**中核症状**」と本人の性格や周囲の人の対応で変化する「**行動・心理症状**」(BPSD)があります。




## 行動・心理症状(BPSD)

**攻撃的な言動**  
腹を立てて攻撃的に

**不安・焦燥**  
落ち着かない  
イライラしやすい

**介護抵抗**  
食事や入浴などの  
介護に対し抵抗を  
示す



**うつ状態**  
気持ちが落ち込ん  
でやる気がでない

## 中核症状

**記憶障害**  
新しいことを覚えられない

**理解・判断力の障害**  
考えるスピードが遅くなる  
2つ以上のことが重なると理解できなくな  
る  
しくみが目に見えない道具や新しい機  
械などを使えない

**見当識障害**  
時間や月日、場所、人が  
分からなくなる

**実行機能障害**  
料理や掃除など作業の段  
取りが立てられない  
計画できない


**妄想**  
物盗られ妄想  
嫉妬妄想、捨てられ  
妄想……など

**幻覚**  
現実にはない物を見  
た(幻視)、聞いた  
(幻聴)という

**睡眠障害**  
昼と夜が逆転する



**徘徊**  
外出し、帰り道がわか  
らなくなる



**生活動作の失敗**  
入浴や排泄など、基本的な生活動

認知症になっても全ての事ができなくなるわけではありません。認知症の人が不安を感じながら生活していることを理解し、さりげなく手助けすることが大切です。



## 加齢によるもの忘れと認知症のもの忘れの違い

### 【加齢によるもの忘れ】

- ◎出来事の一部を忘れる  
体験や出来事の一部を忘れるが、体験のほかの記憶から忘れた部分を思い出すことができる。
- ◎もの忘れを自覚している。
- ◎ヒントで思い出すことができる。

日常生活に大きな支障はない

### 【認知症によるもの忘れ】

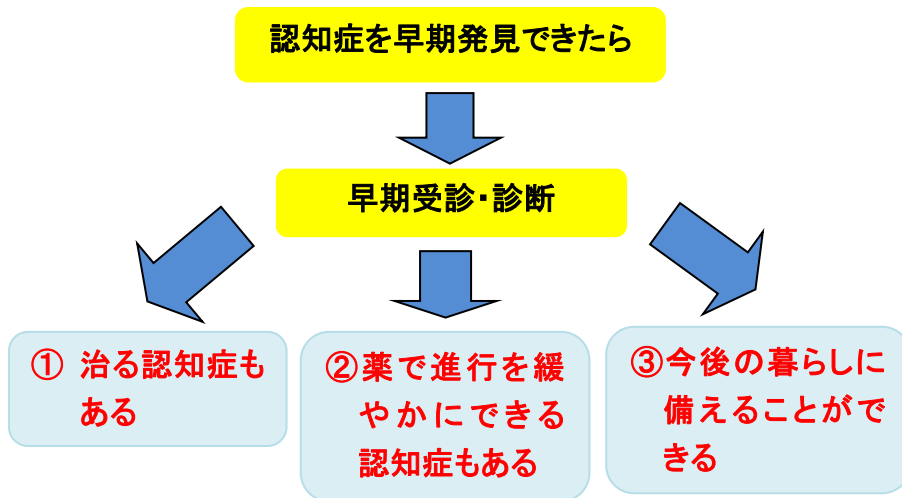
- ◎出来事全部を忘れる  
体験や出来事の全部を忘れるため、思い出すことができない。
- ◎もの忘れをしている自覚がない。
- ◎ヒントがあっても思い出すことができない。

料理、買い物、お金やお薬の管理などの日常生活が困難になる。

### 3. 早期発見、早期受診・診断、早期治療が大事なわけ!



認知症は治らないから、医療機関を受診しても仕方がないと考えていませんか？



認知症は、早期診断と適切な治療や対応で症状が改善したり、進行を緩やかにすることが可能です。また早期に発見することで医療機関に相談したり、家族と話し合うことで、今後の暮らしに備えることもできます。

### 4. 「認知症」早期発見のめやす

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ったら、地域包括支援センターや医療機関などに相談してみましよう。

#### ●もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる。
- 同じことを何度も言う・問う・する。
- しまい忘れ・置忘れが増え、いつも探し物をしている。
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う。

#### ●判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった。
- 新しいことが覚えられない。
- 話のつじつまが合わない。
- テレビ番組の内容が理解できなくなった。

#### ●時間・場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった。
- 慣れた道でも迷うことがある。

#### ●人柄が変わる

- ささいなことで怒りっぽくなった。
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった。
- 自分の失敗を人のせいにする。
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた。

#### ●不安感が強い

- ひとりになると怖がったり寂しがったりする。
- 外出時、持ち物を何度も確かめる。
- 「頭が変になった」と本人が訴える。

#### ●意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった。
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。
- ふさぎこんで何をするのもおっくうがり、いやがる。

出典／公益社団法人 認知症の人と家族の会作成

## 5. 認知症が心配になったときの医療相談は？

まずは**かかりつけ医**に相談してみましょう！

### 大分オレンジドクター（もの忘れ・認知症相談医）

- 大分オレンジドクターは、大分県が登録した「もの忘れ・認知症相談医」です。
- ご本人はもちろん、ご家族からの相談もお受けします。
- 相談にあたっては、原則診察料がかかります。  
また、診療時間・診療方針・診療内容等、詳細につきましては、直接医療機関へお問い合わせください。

国東市のオレンジドクターについては、P17をご覧ください。

また、大分オレンジドクターの名簿等情報は大分県ホームページで検索できます。

大分県のホームページ <http://www.pref.oita.jp/>



### 国東市の認知症専門医療機関

国東市民病院（予約が必要です） ☎ 0978-67-1211  
こころの相談科 （火）（水）（金）のみ



### 大分県認知症疾患医療センター

- ご本人やご家族・関係機関からの認知症のご相談に、専任の相談員が応じます。
- 認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関の紹介、問題行動への対応についての相談受付などを行っています。

向井病院（別府市） ☎ 0977-23-2200  
千嶋病院（豊後高田市） ☎ 0978-22-3125

※ 県内には、そのほかにも認知症疾患医療センターがあります。

大分県のホームページ

<http://www.pref.oita.jp/soshiki/12300/ninchisyosikkaniryoucenta.html>



## 6. 認知症の予防について

認知症の大部分を占めるアルツハイマー型や脳血管性認知症は、生活習慣病（高血圧、脂質異常症、糖尿病、心臓病など）との関連があるとされています。

食習慣の改善や定期的な運動習慣を身に付けたりと、普段からの生活管理が認知症の予防につながります。良い生活習慣を心掛け、発症のリスクを少なくしましょう。



### ① 運動（身体活動）など、積極的に体を動かしましょう

ウォーキングや水泳、ジョギング、サイクリングなどの有酸素運動が適しています。少なくとも2日に1度、20～60分程度行いましょう。

### ② 青背の魚や緑黄色野菜を食べる機会を増やしましょう

青背の魚を食べる



よくかむことは  
脳の血流を増やし、  
脳の刺激にもなります。

よくかんで食べる

水分補給を忘れずに



緑黄色野菜をたくさんとり、  
果物も適度にとる



飲むなら1日1合程度に



### ③ 30分程度の昼寝をしましょう

30分程度の昼寝をするとアルツハイマー型認知症の予防に役立つことがわかっています。1時間以上の昼寝や夕方の睡眠は、夜眠れなくなりますので注意しましょう。夜にぐっすり眠れば脳の老廃物が排出され、認知症を防ぐことに役立つと言われています。

### ④ 生活リズムを整えましょう

朝起きたら朝日を浴び、食事や睡眠の時間など規則正しい生活を送りましょう。

### ⑤ 脳を鍛える活動にとりくみましょう

日記、調理、新聞や本などを読む  
カラオケ、園芸などの趣味活動  
囲碁、将棋、マージャンなどのゲーム  
地域のイベントやボランティア活動に参加する



楽しく取り組むことが大切です

#### 【 軽度認知障害（MCI）って何？ 】

軽度認知障害は認知症の一手手前の状態で、MCI（Mild Cognitive Impairment）とも呼ばれます。認知症におけるもの忘れのような記憶障害が出るものの症状はまだ軽く、正常な状態と認知症の中間といえます。早期にMCIに気づき、対策を行うことが大切です。

# 7. 若年性認知症を知っていますか？

## 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、「若年性認知症」といわれます。

若年性認知症は働き盛りの世代におこりますから、ご本人だけでなく、ご家族への生活の影響が大きく、病気の為に仕事に支障が出たり、仕事をやめることになって、経済的に困難な状況になってしまうことがあります。また、子どもが成人していない場合には親の病気が与える心理的影響が大きく、教育、就職、結婚などの人生設計が変わることになりかねません。さらに、ご本人や配偶者の親の介護が重なることもあり、介護の負担が大きくなります。

若年性認知症の場合、仕事でミスが重なったり、家事がおっくうになっても、それが認知症のせいとは思わず、疲れや更年期障害、うつ状態等、他の病気と思って医療機関を受診し、誤った診断のまま時間が過ぎることもあります。若い人にも認知症があることを知っておきましょう。

## 若年性認知症の相談

### 《若年性認知症支援コーディネーター》

主な役割・・・適切な医療機関への案内と継続的な支援  
就労の継続に関する支援  
利用できる制度やサービスの情報提供  
本人・家族が交流できる居場所作り支援

相談窓口・・・公益社団法人 認知症の人と家族の会大分県支部  
(大分県大分市明野東3丁目4番1号 大分県社会福祉介護研修センター内)

電話相談・・・☎ 097-552-6897  
10:00～15:00(火・水・木・金)

### 《認知症の人と家族の会》

電話相談・・・☎ 097-552-6897  
10:00～15:00(火・水・木・金)

### 《若年性認知症コールセンター》

電話相談・・・☎ 0800-100-2707  
10:00～15:00(月～土)年末年始・祝日除く  
<http://y-ninchisyotel.net/>

### 《国東市役所》

国東市地域包括支援センター ☎ 0978-72-5184  
国東市地域包括支援センター 国見支所 ☎ 0978-82-0800  
高齢者支援課 ☎ 0978-72-5189 (P18参照)

## 診断のその後は？

- ① 医療・介護・福祉の連携
  - ② 就労に関する支援
  - ③ 家族の支援
  - ④ 社会保障の手続き支援
- ・・・など

**専門職に相談することが大切です。**



# 8. 認知症高齢者の自動車運転について

認知症はその原因によって行動・症状も大きく異なります。そのことから運転行動でもそれぞれ異なる注意点や危険性があると予測されます。

## 【 認知症の原因別による症状の違いと運転行動の特徴 】

	アルツハイマー病	前頭側頭型認知症	血管性認知症	レビー小体型認知症
記憶	出来事記憶の障害 (いつ、どこでといった記憶を思い出せない)	意味記憶が障害されることもある (言葉の意味、物の名前がわからず、会話が通じない)	出来事記憶の障害 (軽い場合も多い)	出来事記憶の障害はあるが目立たない場合もある 症状が変動しやすい
場所の理解	侵される	保たれる	侵されることもある	侵される(特に視覚認知障害のため、位置関係がわかりにくくなる)
普段の態度	取り繕い・場合わけ (もっともらしい態度や反応を示す)	脱抑制的な行動(社会のルールを守らない等)、常同行動・固執(同じことを繰り返す、こだわり続ける)	意欲低下 感情失禁(わずかな事で急に泣き出した、怒ったりする)	幻視(実在しない人や動物などがありありと見える)・錯視(床のゴミなどを動物や虫と見まちがう)・大きな声での寝言
運転行動	・運転中に行き先を忘れる ・駐車や幅寄せが下手になる	・交通ルール無視 ・運転中のわき見 ・車間距離が短くなる	・運転中にボーっとするなど注意散漫になる ・ハンドルやギアチェンジ、ブレーキペダルの運転操作が遅くなる	・注意・集中力に変動がみられるため、運転技術にも無駄がある ・自身の運転の危険性に気づいている場合がある

**運転者が認知症である場合には、安全な運転の継続が徐々に難しくなることから、法律上、自動車を運転することは望ましくありません。また、回復する見込みがある場合でも、回復するまでの間は、法律上、運転することは望ましくありません。**  
もし、運転者が認知症だとわかった場合には、運転者の安全を確保するためにも、できるだけすみやかに運転を中止させましょう。

### 運転者が認知症になったとき

- ① 自動車を運転している方に、認知症が疑われる場合には、早めに医療機関を受診し正確な診断を受けましょう。
- ② 認知症になると、安全に運転することが徐々に難しくなります。  
ご本人を含め、ご家族・関係者で話し合い、このことをよく理解することが重要です。

ご本人にとっての運転の目的や意味は何か？  
移動手段あるいは楽しみ・生きがい？  
仕事に使用あるいは通院に使用あるいは買い物に使用？



「運転」の代替を検討する  
代わりに運転してくれる人や公共交通機関(バス・タクシー)、病院や福祉施設の送迎車の利用  
運転以外の楽しみや生きがいとなる活動を探す

出典：『認知症高齢者の自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアル』

# 9. みなさんより、ひと足先に認知症になった先輩たちからのメッセージ

何もできないと思われるのはとても悲しいことだから、「これはできるけど、これはできないから協力してほしい」と相手に伝えることは大事だよ。

認知症だからといって、何もできなくなるわけではない。

認知症になって、自分が今まで想像していた認知症とは違うことがわかった。認知症であっても、元気で楽しく暮らせるよ。

認知症になっても、その人本人であることに変わりはない。

認知症の症状がどのように進行していくかを理解しておく、将来に備えて何を準備しておけばよいか余裕をもって考えられるよ。

出典：京都市長寿すこやかセンター発行  
「これからも自分らしく」

認知症の症状は、時間の経過とともに変わっていきます。

より早いうちから認知症の経過や、その時々状況に応じた適切な対応や利用できるサービス、地域の社会資源を知っておくことは、住み慣れた地域で自分らしくよりよく暮らしていくことにつながります。

「認知症の経過」と「経過に応じた地域支援ガイド」をまとめた一覧表（認知症ケアパス）をP13～P16に掲載していますのでご活用ください。

「認知症の経過」

↓

「地域支援ガイド」

# 10. 認知症の経過について

経過は一例です。  
状態や様子は人によって変わります。



	日常生活が自立している～気づきの時期	見守りや手助けで自立した生活ができる時期	手助けや介護があると安心な時期	常に介護が必要な時期
<h2>この時期の様子</h2>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 買い物や、お金の管理など生活に不安が出てくる。</li> <li>● 約束を忘れたり、置き忘れやしまい忘れが増える。</li> <li>● 何をするのもおっくうで、趣味や日課をやめてしまう。</li> <li>● 日常生活は自立。</li> </ul> <p>認知症の症状がどのように進行していくかを理解しておく、将来に備えて何を準備しておけばよいか余裕を持って考えられるよ。</p> <p>認知症になってもいろいろな人と人間関係を作っておこう！認知症であることをオープンにすることで友人たちが理解し、助けてくれるかもしれません！</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 慣れない場所で道に迷う。</li> <li>● 薬や金銭管理などこれまでできていたことにミスが目立つ。</li> <li>● 買い物の支払いがしにくい。</li> <li>● 大事な物をなくすことがある。</li> <li>● 周囲の見守りや手助けがあれば生活できる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 慣れた場所でも道に迷う。</li> <li>● 服薬管理、金銭管理ができない。</li> <li>● ついさっきのことを忘れる。</li> <li>● 日付や季節の感覚などがわかりにくくなる。</li> <li>● ガスの消し忘れなど火の不始末が多くなる。</li> <li>● 日常生活全般がひとりではできにくくなるが、手助けや介護があればできる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 家の中でも場所がわからなくなる。</li> <li>● 家族の顔がわからなくなる。</li> <li>● 言葉が減り、自らの意思を伝えることが難しくなる。</li> <li>● 食べることの理解が難しくなったり、飲み込みにくくなる。</li> <li>● 着替えや排泄など生活の多くの場面で介護が必要。</li> </ul>
<h2>あなたへ</h2>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● いつもと違うと感じたり、困ったことや不安なことはまず相談。安心して相談できる相談先や医師を見つけましょう。</li> <li>● これからどういう暮らしがしたいか、自分のこれからのについて、身近な方と話す機会を持ちましょう。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>【暮らしの工夫】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>★薬をまとめたり、お薬カレンダーにセットして飲み忘れを防ごう</li> <li>★いつも持ち歩くものはひとまとめにして、置く場所を決めておこう</li> <li>★連絡先や配慮してほしいことを書いたものを身に付けておくと、いざという時安心</li> <li>★静かでリラックスできる場所や環境を持つ</li> <li>★中身が見えやすい透明の袋を活用しよう</li> <li>★一度にたくさんのことを同時に片付けようとしない</li> <li>★電化製品など使いやすいようにスイッチに目印をつける、など</li> </ul> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● これまでの生活や趣味、人付き合いを続けましょう。</li> <li>● 積極的に社会参加し、地域の中に見方を増やしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 病気の進行をゆるやかにするためにも定期的な受診と服薬が大切です。</li> <li>● 規則正しい生活を心がけましょう。</li> <li>● できないところ、困っているところは、介護保険サービスなどを利用して今までの生活を続けましょう。</li> <li>● 戸惑ったり、不安に感じることもあるかもしれません。安心して相談できる理解者や見守ってくれる人を増やしましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手助けや介護が必要になる場面が増えますが、支援を受けることで安定した生活を送ることができます。</li> <li>● 認知症以外の疾患で体調を崩すこともあります。体調面、栄養面のサポートもしっかりと整えましょう。</li> </ul>
<h2>家族や周囲の方へ</h2>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 不安な思いや困りごとを相談できる窓口や医療機関があります。</li> <li>● 本人が受診に前向きでない場合はまず家族だけが相談窓口で相談する方法もあります。</li> </ul> <p>同じ悩みを持つ人と交流することで悩みを聞いてもらえたりアドバイスをもらえるよ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 同じ思いを持つ介護家族と出会える集まりがあります。介護者仲間を作りましょう。</li> <li>● これからの暮らしや、その中でどんな手助けを受けたいかなどについて本人と一緒に考えましょう。</li> <li>● 利用可能な制度やサービスについて学びましょう。</li> <li>● 本人も「何かがおかしい」と感じています。本人の気持ちを理解して接しましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症になってもすべてのことができなくなるわけではありません。本人のできることを生かしながらさりげなく手助けしましょう。</li> <li>● 不安な気持ちを一人で抱え込まず相談できる理解者を見つけましょう。</li> <li>● 負担の軽減に向けて、専門職と相談しながらさまざまな制度・サービスなどを上手に取り入れましょう。</li> <li>● 道に迷ったり、火の消し忘れなど、思いがけない事故へも備えましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● スキンシップや表情、しぐさから本人の気持ちをくみ取るように心がけましょう。ご家族の思いも伝わっているはずですよ。</li> <li>● 医療や介護の専門職としっかり連携をとりましょう。</li> <li>● 状態が変化したり、サービスが合わなくなってきたときは、その都度、サービスを変更していきましょう。</li> </ul>

# 11. 認知症の経過に応じた地域資源ガイド

切れ目なくその時々で必要な支援が受けられるよう、様々な機関が連携しながらサポートしています。



日常生活が自立している～気づきの時期		見守りや手助けで自立した生活ができる時期	手助けや介護があると安心な時期	常に介護が必要な時期
いつもと違うと感じたら、早めに受診・相談。	かかりつけ医療機関・オレンジドクター・ 認知症専門医・専門医療機関 認知症疾患医療センター		訪問診療・歯科・薬局	
	家族の会(家族支援プログラム・家族のつどい) オレンジカフェ「おれんじのれん」 地域支え合い活動(国東つながる暮らし)			
	あなたや家族の気持ちを理解してくれる人がいます。 地域の中でいきいきと(ボランティア活動・ 地域の中でいきいきと(老人クラブ・健やかサロン・ 地域の中の味方(民生児童委員・認知症サポーター・		趣味のサークルなど) 週一元気アップ教室) 認知症キャラバン・メイトなど)	
消費生活センター				
権利を守り、安心して生活するために。	 認知症高齢者等見守り 認知症高齢者等見守り 緊急通報システム		日常生活自立支援事業(あんしんサポート) / 成年後見制度 ・あんしんネットワーク事業 キーホルダー事業 / 行方不明高齢者等位置情報提供事業	
	相談・調整	地域包括支援センター(高齢者サポート・ 地域包括支援センター	認知症初期集中支援チーム) / 市役所 居宅介護支援 (ケアマネジャー)	
		予防	地域支え合い活動(国東つながる暮らし) いきいきセルフケア教室・健康づくり応援教室 健口・栄養ステーション (地域包括支援センター内)	
困りごとを解決する活動や介護保険などのサービス	訪問	配食サービス 訪問系サービス(総合事業等)	訪問系サービス (訪問看護/訪問リハビリ/訪問介護/訪問入浴介護)	
	通所	通所系サービス(総合事業等)	通所系サービス(デイサービス/デイケア)	
	泊まり		短期入所生活介護(ショートステイ)	
	通い・訪問・泊まり		小規模多機能型居宅介護	
	住まい 入所			福祉用具貸与や購入/住宅改修 有料老人ホーム/サービス付き高齢者向け住宅 認知症対応型共同生活介護(グループホーム) 老人保健施設 介護療養型医療施設/介護医療院 特別養護老人ホーム

# 12. いつまでも住み慣れた地域で安心して生活を続けるための様々なサービス

※ 令和4年1月末現在の情報です

## もの忘れ・認知症についての相談

### 《 医療 ・ 相談 》

#### 【国東市のオレンジドクター】 (P8参照)

大分県では認知症の早期発見・早期診断体制の充実を図るため、認知症医療の研修を終了した医師を「大分オレンジドクター（もの忘れ・認知症相談医）」として登録し、相談窓口とする取り組みを行っています。

医療機関名	所在地	氏名	連絡先☎	備考
国見病院	国見町伊美 1968	田北親譜	0978-82-1251	
堀田医院	国見町伊美 2641-1	堀田正一	0978-82-0490	
はるかぜ醫院	国見町大熊毛字花開 182	坪井峯男	0978-89-9414	精神科 第1・第3(水)／ 予約が必要。 まずは坪井医師にご相談ください。
富来K. クリニック	国東町富来浦 1788-1	楯本定秀	0978-73-3010	認知症サポート医 <sup>1)</sup>
国東中央クリニック	国東町北江 3245-4	進 輝政	0978-73-2200	
末綱クリニック	国東町田深 665-4	末綱純一	0978-72-0433	
あさひクリニック	国東町綱井 432-7	二宮浩一	0978-72-0365	
むさし整形外科医院	武蔵町古市 148	多治見新造	0978-69-0171	
メープル尽クリニック	安岐町下原 381-1	菅 淳一	0978-67-2800	
国東市民病院	安岐町下原 1456	野邊靖基 嵯野浩 古賀正義	0978-67-1211	
定村内科医院	安岐町塩屋 114-1	仲西廣展	0978-67-2127	

1) 認知症サポート医・・・かかりつけ医の認知症診断等に関する研修・助言をはじめ、地域の認知症に係る地域医療体制の中核的な役割を担う医師。

### 《 医療 》

#### 【国東市と周辺の認知症専門医療機関】

医療機関名	所在地	連絡先☎	備考
国東市民病院 こころの相談科	国東市安岐町下原 1456	0978-67-1211	こころの相談科は (火)(水)(金)のみ 要予約
くまもと ココロクリニック	杵築市北浜 665-432	0978-68-8650	(月)～(土)診察 (火)(土)は午後休診
医療法人オレンジ会 清和病院	杵築市大字船部中津屋 2167-20	0978-63-5560	(月)～(土)診察

**【大分県認知症疾患医療センター】** (P 8 参照)

医療機関名	所在地	連絡先☎	相談受付時間
向井病院	別府市南立石 241 番地 15	0977-23-2200 (センター) 0977-23-0241 (病院)	(月)~(金) / 9:00~17:00
千嶋病院	豊後高田市呉崎 738 番地 1	0978-22-3125 (センター) 0978-22-3185 (病院)	(月)~(金) / 9:00~17:00

《 相 談 》

名 称	所在地	連絡先☎	相談受付時間
認知症の人と家族の会 (大分県支部)	大分市明野東 3-4-1 (大分県社会福祉介護研修 センター内)	097-552-6897	(火)~(金) / 10:00~15:00
シルバー 110 番	大分市明野東 3-4-1 (大分県社会福祉介護研修 センター内)	097-558-7788	<b>一般相談</b> (火)~(日) / 8:30~17:00 <b>認知症に関すること</b> (火)~(金) / 10:00~15:00
若年性認知症支援 コーディネーター	由布市挾間町鬼崎 4-1 (介護老人保健施設 健寿荘)	097-583-0955	(火)~(金)・第 1・2・3(土) / 10:00 ~15:00
若年性認知症 コールセンター	愛知県大府市半月町 3-294	0800-100-2707	(月)~(土) / 10:00~15:00
国東市地域包括支援 センター	国東町鶴川 149	0978-72-5184	(月)~(金) / 8:30~17:00
国東市地域包括支援 センター 国見支所	国見町伊美 2300-1	0978-82-0800	(月)~(金) / 8:30~17:00
国東市役所 高齢者支援課	国東町鶴川 149	0978-72-5189	(月)~(金) / 8:30~17:00
国東市民病院 こころの相談室	国東市安岐町下原 1456	0978-67-1211	<b>事前相談受付時間</b> (月)(木) / 8:30~9:30 (水) / 8:30~9:00 (金) / 14:00~14:30
			<b>電話相談・面談可能時間</b> (月)(木) / 9:30~16:30 (水) / 9:00~11:00 (金) / 14:30~16:30

※ご利用される場合は上記の電話番号にお問い合わせください。

## 総合事業や介護保険のサービス

《 介護予防・日常生活支援総合事業や介護保険の相談 》

介護予防・日常生活支援総合事業や介護保険サービスを利用するためには、申請が必要です。  
高齢者支援課、各総合支所地域市民健康課が申請窓口です。



『介護予防・日常生活支援総合事業』（総合事業）・・・65歳以上の被保険者のうち、厚生労働省が作成した基本チェックリストにおいて、生活機能に低下が見られた方が「事業対象者」の候補となります。その後、地域包括支援センター職員が日々の生活状況を聴きとり、通所系サービスや訪問系サービスなど必要な事業の紹介・説明を行い一緒に考えながら利用決定していきます。

『介護保険サービス』・・・65歳以上の被保険者（第1号被保険者）と医療保険加入の40～64歳の被保険者（第2号被保険者）で要介護認定を受けた方が利用できるサービスです。詳細は窓口で配布している「介護保険利用ガイド」等をご覧ください。

### 【介護予防支援事業所】

認知症の方をはじめ高齢者の困りごとのご相談に応じ、その人にあったサービスの提供や支援を行っています。また「事業対象者」や「要支援1・2に認定された方」を訪問し、必要なサービスを確認し、ケアプラン<sup>1)</sup>を作成しています。

名称	所在地	連絡先☎	営業時間
国東市地域包括支援センター	国東町鶴川 149	0978-72-5184	(月)～(金)／8:30～17:00
国東市地域包括支援センター 国見支所	国見町伊美 2300-1	0978-82-0800	(月)～(金)／8:30～17:00

1) ケアプラン・・・どんなサービスをいつどれだけ利用するかを決める計画のことです。利用者の心身の状態に合わせて、本人・家族・ケアマネジャーなどが話し合って作成します。

### 【居宅介護支援事業所】

介護を必要とする人が適切にサービスを利用できるよう、介護保険サービスの相談に応じ、ケアプランを作成しています。

名称	所在地	連絡先☎	営業時間
くにさきケアセンター たんぽぽ 居宅介護支援事業所	国見町伊美 2225-1	0978-82-1107	(月)～(金)／8:30～17:15
介護保険支援センター 大樹	国見町伊美 2641-1	0978-82-1290	(月)～(土)／8:15～17:00
はるかぜ 介護保険 サービスセンター	国見町大熊毛字花開 182	0978-89-9414	(月)～(金)／8:30～17:30
国東中央福祉センター 居宅介護支援事業所	国東町北江 3245-4	0978-73-2222	(月)～(金)／8:30～18:00
亀寿苑介護保険センター	国東町田深 665-1	0978-72-3620	(月)～(土)／8:30～17:30
J A おおいた 国東福祉サービスセンター	国東町鶴川 56-1	0978-72-3970	(月)～(金)／8:30～17:00
ケアプランサービスひなた	国東町浜崎 2535-3 シーサイトコート浜崎Ⅱ 102号	0978-74-1590	(月)～(金)／8:15～17:15
はなみずき ケアプランサービス	武蔵町古市 148	0978-69-0171	(月)～(土)／8:00～17:00
くにさきケアセンター なのはな 居宅介護支援事業所	武蔵町古市 1086-1	0978-68-0605	(月)～(金)／8:30～17:15
ケアプランやえなでしこ	武蔵町糸原 1235-1	0978-64-8161	(月)～(金)／9:00～17:30
居宅介護保険センター くにさき	安岐町下原 1456	0978-66-7403	(月)～(金)／8:15～17:00
指定居宅介護支援事業所 ウェルハウスしらすぎ	安岐町瀬戸田 1035-9	0978-67-3646	(月)～(土)／8:30～17:30

指定居宅介護支援事業所 鈴鳴荘	安岐町下山口 58	0978-67-2626	(月)~(金)／8:20~17:20
--------------------	-----------	--------------	--------------------

### 【訪問系サービス（訪問介護・訪問入浴介護）】

**訪問介護：**ホームヘルパーが訪問し、身体介護や生活援助を行います。

**訪問入浴介護：**専用の浴槽を積んだ入浴車などで要介護者宅を訪問し、入浴を介助します。

名 称	所在地	連絡先☎	事業所の特徴等
ヘルパーステーション 花ゆり	国見町伊美 3277-3	0978-82-1200	<b>訪問介護</b> (いつも笑顔で接し、利用者さんの気持ちに寄り添う介護をしています。)
くにさきケアセンター なのみ 訪問介護事業所 訪問入浴介護事業所	国東町浜崎 2757-5	0978-74-1151	<b>訪問介護</b> (一人ひとりの心身の状況に合わせたサービスの提供。) <b>訪問入浴</b> (安心安全に入浴できるように支援しています。)
国東中央福祉センター 訪問介護事業所	国東町北江 3245-4	0978-73-2222	<b>訪問介護</b> (可能な限り在宅生活を継続できるよう支援させていただきます。)
J A おおいた 国東福祉サービスセンター	国東町鶴川 56-1	0978-72-3970	<b>訪問介護</b> (介護タクシーや生活支援サービス事業も併せて行っています。)

### 【訪問系サービス（訪問看護・訪問リハビリテーション）】

**訪問看護：**主治医の指示により、看護師などが訪問し、療養上の世話や必要な診療の補助を行います。

**訪問リハビリテーション：**主治医の指示により、リハビリ（機能回復訓練）の専門職が訪問し、リハビリを行います。

名 称	所在地	連絡先☎
訪問看護ステーション はまゆう	国見町伊美 2641-1	0978-82-1290
訪問看護ステーション はるかぜ	国見町大熊毛字花開 182	0978-89-9414
訪問リハビリテーション はるかぜ		
福永胃腸科外科医院	国東町鶴川 106	0978-72-3001
富来K. クリニック	国東町富来浦 1788-1	0978-73-3010
あおぞら病院	国東町小原 2650	0978-72-0455
訪問看護ステーションひなた	国東町浜崎 2535-3 シーサイドコート浜崎Ⅱ 102号	0978-74-1590
むさし整形外科医院 訪問リハビリテーション	武蔵町古市 148	0978-69-0171
訪問看護ステーション くにさき	安岐町下原 1456	0978-66-7403
クローバー訪問看護ステーション	安岐町塩屋 345-1 ハーバーライト 101	0978-97-2475

## 【通所系サービス】

**通所介護（デイサービス）：**食事・入浴などの介護サービスや機能訓練が日帰りで受けられます。事業対象者、要支援1・2の方は「介護予防・日常生活支援総合事業」で提供されます。

名称	所在地	連絡先☎
くにさきケアセンター たんぽぽ通所介護事業所	国見町伊美 2225-1	0978-82-1107
くにさきケアセンター なのみ 通所介護事業所	国東町浜崎 2757-5	0978-74-1151
健康堂デイサービスセンター	国東町田深 1001	0978-72-4506
くにさきケアセンター なのほな通所介護事業所	武蔵町古市 1086-1	0978-68-0605
くにさきデイサービス（翔裕館）	武蔵町糸原 4129-1	0978-68-1234
通所介護 デイサービスセンター鈴鳴荘	安岐町下山口 58	0978-67-2626

## 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・診療所等で、日帰りの機能訓練などが受けられます。

名称	所在地	連絡先☎
介護老人保健施設 大樹 通所リハビリテーション	国見町伊美 2617-2	0978-73-4021
富来K. クリニック おたっしや倶楽部	国東町富来浦 1788-1	0978-73-3012
国東中央クリニック 通所リハビリテーション	国東町北江 3245-4	0978-73-2200
老人保健施設メディケア 亀寿苑 通所リハビリテーション	国東町田深 665-1	0978-72-1010
通所リハビリテーション 大地	国東町小原 2650	0978-72-0543
通所リハビリテーション はなみずき	武蔵町古市 148	0978-66-7567
老人保健施設 ウェルハウス しらさぎ 通所リハビリテーション	安岐町瀬戸田 1035-9	0978-67-3646

## 【入所系サービス（ショートステイを含む）】

**介護老人保健施設：**状態が安定している人が在宅復帰できるようリハビリテーションを中心としたケアを行います。施設ケアマネジャーがプラン作成し、要介護1～5が対象です。

**特別養護老人ホーム：**常時介護が必要で在宅生活が困難な人に日常生活上の支援や介護を行います。施設ケアマネジャーがプラン作成し、新規入所は原則として要介護3～5が対象です。

**介護療養型医療施設：**長期療養を必要とする人のための医療施設で、要介護1～5が対象です。

**介護医療院：**長期療養のための医療と日常生活上の介護を一体的に提供し、要介護1～5が対象です。

**短期入所生活介護/短期入所療養介護（ショートステイ）：**要支援1・2、要介護1～5が対象です。

名 称	所在地	連絡先☎
介護医療院 国見病院	国見町伊美 1968	0978-82-1251
介護老人保健施設 大樹	国見町伊美 2617-2	0978-73-4021
特別養護老人ホーム 姫見苑	国見町伊美 3855	0978-82-1161
特別養護老人ホーム くにさきの郷	国東町浜崎 2757-16	0978-74-1000
老人保健施設 メディケア亀寿苑	国東町田深 665-1	0978-72-1010
あさひクリニック 介護療養型医療施設	国東町綱井 432-7	0978-72-0365
特別養護老人ホーム むさし苑	武蔵町糸原 2368-1	0978-68-0238
ショートステイ むさし苑	武蔵町糸原 2368-1	0978-68-0238
ショートステイ 朝来	安岐町朝来 144	0978-66-0120
老人保健施設 ウェルハウス しらさぎ	安岐町瀬戸田 1035-9	0978-67-3646
特別養護老人ホーム 鈴鳴荘	安岐町下山口 58	0978-67-2626
ショートステイ 鈴鳴荘		

### 【地域密着型サービス】

住み慣れた地域での生活を支援するサービスです。原則として他の市町村からこのサービスは利用できません。

### [地域密着型 通所系サービス]

地域密着型通所介護：定員が18人以下の小規模な通所介護事業所で通所介護を行います。

要介護1～5が対象です。

名 称	所在地	連絡先☎
くにさきケアセンター たんぽぽ通所介護事業所	国見町伊美 2225-1	0978-82-1107
健康堂デイサービスセンター	国東町田深 1001	0978-72-4506
くにさきデイサービス（翔裕館）	武蔵町糸原 4129-1	0978-68-1234
通所介護 デイサービスセンター鈴鳴荘	安岐町下山口 58	0978-67-2626

認知症対応型通所介護：認知症の人を対象に、日常生活上の支援などを日帰りで行うほか、専門的なケアを行います。要支援1・2、要介護1～5が対象です。

名 称	所在地	連絡先☎
デイサービスセンター むさし苑	武蔵町糸原 2368-1	0978-68-0002

**小規模多機能型居宅介護**：通いを中心としながら訪問、短期間の宿泊などを組み合わせて、食事・入浴などの介護や支援が受けられます。登録制で小規模多機能居宅介護事業所のケアマネジャーがプランを作成します。要支援1・2、要介護1～5が対象です。

名 称	所在地	連絡先☎
小規模多機能型居宅介護施設 カトレア	国見町伊美 2409-1	0978-82-0321
小規模多機能型居宅介護 Plus はるかぜ（プラスはるかぜ）	国東町来浦 2798（旧来浦小学校）	0978-77-0059
小規模多機能型居宅介護 朝来サポートセンター 鈴鳴荘	安岐町朝来 144	0978-66-0120

### 【地域密着型 入居系サービス】

**認知症対応型共同生活介護（グループホーム）**：認知症の高齢者が、共同で生活できる場（住居）で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。要支援2、要介護1～5が対象です。

名 称	所在地	連絡先☎
グループホーム向日葵	国見町竹田津 3625	0978-84-0800
グループホームやまもも	国見町小熊毛 2695-1	0978-73-9000
Gruppo はるかぜ	国東町来浦 2798	0978-77-0101
さわやかクラブむさし苑	武蔵町糸原 2368-1	0978-68-0238
さわやかクラブ鈴鳴荘	安岐町下山口 58	0978-67-2626

**地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護**：定員が29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、日常生活上の支援や介護を行います。新規入所は原則として要介護3～5が対象です。

名 称	所在地	連絡先☎
地域密着型特別養護 老人ホーム むさし苑	武蔵町糸原 2368-1	0978-68-0238
地域密着型特別養護 老人ホーム 鈴鳴荘	安岐町下山口 58	0978-67-2626
サテライト型 特別養護老人ホーム鈴鳴荘	安岐町朝来 144	0978-66-0120

### 【福祉用具貸与・特定福祉用具販売】

要支援1・2、要介護1～5が対象です。利用できるサービスや負担額等ケアマネジャーにご相談ください。

**福祉用具貸与**：日常生活の自立を助けるための福祉用具を貸与します。貸与の対象品目は要介護度に応じて異なります。

**特定福祉用具販売**：入浴や排泄などに使用する福祉用具を購入した際に、年間10万円を上限に購入費を支給します。対象品目や支払いについて等ケアマネジャーにご相談ください。

名 称	所在地	連絡先☎	備 考
国東中央福祉センター	国東町北江 3245-4	0978-73-2222	福祉用具貸与・特定福祉用具販売

有限会社 丸萬	武蔵町糸原 478-1	0978-68-1141	特定福祉用具販売 住宅改修の相談にも応じています。
北部福祉用具事業所 (JA 国東福祉サービスセンター内)	国東町鶴川 56-1	0978-72-3970	福祉用具貸与・特定福祉用具販売

※国東市外のサービスを利用することも可能です。

※自費購入に関しては、要支援・要介護認定を受けていない方も利用できます。事業所にお問い合わせください。

## 介護保険以外の住まいやサービス

### 【サービス付き高齢者向け住宅】

名称	所在地	連絡先☎	相談・問合先
さくら	国見町鬼籠字羽山 50-1	0978-82-1251	医療法人二豊会
カメラア	国見町竹田津字永福 41 番地 1 外	0978-82-1251	医療法人二豊会
りんどう	国見町伊美 1977 番地 1	0978-82-1251	医療法人二豊会
さるびあ	国見町伊美 1977 番地 1・1977 番地 2	0978-82-1251	医療法人二豊会
なでしこ	国見町伊美 1977 番地 2	0978-82-1251	医療法人二豊会
セントラルビュー 輝き	国東町北江 3285-1	0978-73-2200	医療法人輝生会

### 【住宅型有料老人ホーム】

名称	所在地	連絡先☎	相談・問合先
花ゆり	国見町伊美 3528-1	0978-82-1116	有限会社 中田水産

### 【有償ボランティア】

名称	所在地	連絡先☎	備考
訪問ボランティアナースの会 「キャンナスくにみ」	国見町中 803-2	090-7380-7684 後藤敬子	訪問看護・介助・ 子育て支援サービス

※詳細はお問い合わせください。

### 【移送サービス】

名称	所在地	連絡先☎	備考
株式会社 エアポートシティタクシー	武蔵町古市 1123-1	0978-68-1912	ストレッチャー対応車両（大型車）・車いす対応車両UDタクシー <sup>1)</sup> （小型車）。
福祉タクシー とんぼ	安岐町下原 2225	070-7779-2295	ストレッチャー・車いす対応車両（中型車）

※介護タクシーや福祉タクシーの利用に関しては要支援・要介護認定や身体障害者手帳の交付を受けている、知的障害及び精神障害その他の障害を有する等により単独での移動が困難な者であって単独でタクシーその他の公共交通機関を利用することが困難な者等条件があります。詳細については各事業所にお問い合わせ下さい。

1) UDタクシー・・・ユニバーサルデザインタクシー。高齢者、車いす使用者、ベビーカー利用の親子連れ、妊娠中の方、みんなに優しい一般のタクシーです。

# 一般介護予防事業

## 【いきいきセルフケア教室】

自宅で自主的に体力向上や維持（セルフケア）ができるようになるための体操指導を市が委託している事業所により提供する介護予防教室です。他の通所系サービスを利用していない65歳以上の方が対象です。  
開催回数：1回2時間で月に2回（利用期間は原則6か月）必要に応じて送迎あり。利用料は無料。

申込み・問合せ先 高齢者支援課（☎0978-72-5189）  
国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）  
各事業所

### 〈いきいきセルフケア教室実施予定〉

事業所名	実施圏域	連絡先
くにさきケアセンター たんぼぼ	国見町	0978-82-1107
健康堂デイサービスセンター	国東町、国見町（送迎なしなら可）	0978-72-4506
介護老人保健施設 メディケア亀寿苑	国東町	0978-72-1010
老人保健施設 ウェルハウスしらさぎ	安岐町	0978-67-3646

※ 実施日・時間等、詳細については事業所にお問い合わせください。

## 【健康づくり応援教室】

健康づくりのきっかけづくり、閉じこもり予防のための交流や機能向上（運動、栄養、口腔）を目的とした助言や指導を、市が委託している事業所が行う介護予防教室です。他の通所系サービスを利用していない65歳以上の方が対象です。

開催回数：1回4時間で月に2回（利用期間は原則6か月）利用料は1回につき1,000円（昼食込）。

申込み・問合せ先 高齢者支援課（☎0978-72-5189）  
国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）  
各事業所

### 〈健康づくり応援教室実施予定〉

事業所名	実施圏域	連絡先
くにさきケアセンター たんぼぼ	国見町、国東町（要相談）	0978-82-1107
くにさきケアセンター なのみ	国東町	0978-74-1151
社会福祉法人 安岐の郷 鈴鳴荘	武蔵町、安岐町	0978-67-2626
くにさき翔裕館	武蔵町、安岐町、国東町（要相談）	0978-68-1234

※ その他、詳細についてはお問い合わせください。

## 【週一元気アップ教室】

高齢者が容易に通える範囲での通いの場で、地域住民主体により運営する週1回の体操教室です。「ちよるちよる体操」や「めじろん元気アップ体操」を行います。

問合せ先 国東市社会福祉協議会 福祉支援課（☎0978-64-7100）  
高齢者支援課（☎0978-72-5189）

## 【元気高齢者健やかサロン事業】

高齢者が地域住民主体により茶話会や食事会等の親睦、講話や体操等の健康増進または介護予防に関することを行います。

問合せ先 国東市社会福祉協議会 福祉支援課（☎0978-64-7100）

# その他の事業

◎各サービスや事業についての詳細はお問い合わせください◎

## 【認知症初期集中支援チーム】

認知症の方及びその家族などからの相談を受け、専門職が自宅を訪問し、困りごとや状態を確認し、各関係機関と連携しながら、必要な支援を初期に集中的に（おおむね6か月）行っています。

40歳以上の自宅で生活している認知症が疑われる方または認知症の方で、次の方が対象となります。

- ① 医療サービスや介護サービスを受けていない、または中断している方
- ② 医療サービスや介護サービスを受けているが、認知症による症状が強く、どのように対応してよいか悩んでいる方など

申込み・問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）

## 【オレンジカフェ おれんじのれん】

オレンジカフェは認知症の方やそのご家族、認知症のことを知りたい地域の方々や専門職の方等、誰もが気軽に立ち寄り認知症に関する知識や情報を共有したり、悩みを語り合いながら交流のできる場所です。

武蔵会場：国東市隣保館 武蔵老人憩いの家（武蔵町古市 1138-1）

月1回、第3金曜日 13:30～15:30 に開催しています。

参加費は無料です。

国見会場：国見生涯学習センター（みんなかん）（国見町伊美 2305）

月1回、第2水曜日 13:30～15:30 に開催しています。

参加費は無料です。

申込み・問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）



## 【認知症サポーター養成講座】

認知症の人やその家族を地域で支えていくために、認知症の正しい理解・診断・治療・予防・認知症の人と接するときの心構え等についての講座を開催しています。5人以上の集まりであれば開催でき、受講者には認知症サポーターの証である「オレンジリング」を配布します。

申込み・問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）



## 【家族支援プログラム・家族のつどい】

認知症の方を介護している家族が専門職や介護経験者から、認知症についてテーマごとに学びます。認知症についての様々な問題を話し合いアドバイスをもらったり、同じ悩みを持つ仲間と話し合います。

アストくにさきにて月1回（火曜日）13:30～15:30 開催しています。

申込み・問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）



### 【国東市認知症高齢者等見守り・あんしんネットワーク事業】

認知症などにより、行方不明となるおそれのある高齢者等の「事前登録」をお勧めしています。実際に行方不明になった場合に、警察が捜索を開始するまでの時間が短縮でき、早期発見に繋がります。

申込み・問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）

### 【国東市認知症高齢者等見守りキーホルダー事業】

認知症などにより、行方不明となるおそれのある高齢者等に、キーホルダー及びステッカーをお渡しすることで外出時に困っている高齢者等をどなたかが発見した場合に早めの身元確認と安全を守ることに繋がります。

申込み・問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）



### 【国東市行方不明高齢者等位置情報提供事業】

認知症などにより、行方不明となるおそれのある高齢者等の位置情報を提供するため、探索機器（GPS）利用の初期費用・月額使用料の一部助成事業を行っています。

対象：国東市認知症高齢者等見守り・あんしんネットワーク事業に事前登録している方

申請が必要です。利用者負担金等詳細はお問い合わせください。

申込み・問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）



### 【日常生活自立支援事業（あんしんサポート）】

福祉サービスの利用、住宅改造や行政手続きなど日常生活に必要な手続き、年金など日常のお金の出し入れ、通帳や印鑑・大切な書類のお預かり等、あんしんして自立した地域生活を送れるお手伝いをしています。契約に基づいたサービス提供となりますので、事業の契約内容について判断し得る能力を有していることが必要です。

申込み・問合せ先 国東市社会福祉協議会：  
本所 武蔵町古市 1086-1 武蔵保健福祉センター内（☎0978-68-1976）  
国見支所 国見町伊美 2225-1 国見保健福祉センター内（☎0978-82-1107）  
国東支所 国東町浜崎 2757-5 国東福祉センター内（☎0978-74-1151）  
安岐支所 安岐町下山口 38-1 安岐老人憩の家内（☎0978-67-1283）

### 【成年後見制度】

認知症や知的障がい、精神障がい等で判断能力が低下した時に、自分の生活や財産管理に関する支援の制度です。

問合せ先 国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市役所福祉課 障がい者支援係（☎0978-72-5164）  
くにさき半島地域成年後見支援センター（☎0978-25-5100）

## 【国東市配食サービス事業】

調理が困難な在宅の高齢者で、市が必要と認めた方に対し食事をお届けし、食生活の改善及び健康増進を図るとともに、安否確認を行い、安心して在宅生活を営めるように支援しています。

利用者負担金：普通食（ごはん+おかず） 370円  
普通食（おかずのみ） 300円

利用するためには申請が必要です。詳細についてはお問い合わせください。

申込み・問合せ先 高齢者支援課（☎0978-72-5189）  
国東市地域包括支援センター（☎0978-72-5184）  
国東市地域包括支援センター国見支所（☎0978-82-0800）  
各総合支所地域振興課 国見支所（☎0978-82-1112）  
武蔵支所（☎0978-68-1112）  
安岐支所（☎0978-67-1114）

### 【配食サービス事業所】

事業所名	住所	電話番号
くにさき配食サービス組合	国東町浜崎 3230-2	0978-73-6080
お弁当の味ぶん	国東町田深 913	0978-72-4366
彩菜ランチ（秀溪園）	武蔵町手野 1065-2	0978-69-0005
社会福祉法人安岐の郷 配食サービスセンター鈴鳴荘	安岐町下山口 58	0978-67-2626
社会福祉法人共生荘障がい者サポートセンター三角ベース	安岐町下山口 63-2	0978-64-7533
味処 はなぶさ（令和4年4月から）	国東町鶴川 1246	0978-72-0247
湯の里 溪泉（K・S ロンド）（令和4年4月から）	国東町小原 4005	0978-72-4111

※国東市配食サービス事業に該当しない方も利用できます。実費料金等詳細は各事業所にお問い合わせください。

## 【軽度生活援助事業】

高齢や障がいのため日常生活に支障をきたしている世帯が買物支援・草刈り等を市が委託契約している事業所に依頼した場合利用料金を軽減する事業を行っています。詳細はお問い合わせください。

申込み・問合せ先 高齢者支援課（☎0978-72-5189）  
各総合支所地域振興課 国見支所（☎0978-82-1112）  
武蔵支所（☎0978-68-1112）  
安岐支所（☎0978-67-1114）

## 【介護用品の支給】

在宅高齢者を介護する家族の負担を軽減するため、紙おむつ等の引換券を支給しています。

対象：市内に住所を有しかつ次のいずれにも該当する要介護者等高齢者を介護している家族等

- ① 市内に住所を有し、対象者と同一世帯（住民基本台帳上の世帯）に属する方であって、世帯全員が市民税非課税である方
- ② 要介護認定または要支援認定を受けており、認定調査票の「排尿」または「排便」の項目において「介助」又は「見守り等」に該当する方（※要介護4以上の方については該当）

支給する介護用品：①紙おむつ ②尿とりパッド ③使い捨て手袋 ④清拭剤

要介護高齢者1人当たり1月5,000円の引換券を支給。引換券の使える事業所は市の指定業者に限ります。

申請が必要です。詳細はお問い合わせください。

申込み・問合せ先 高齢者支援課（☎0978-72-5189）  
各総合支所地域振興課 国見支所（☎0978-82-1112）  
武蔵支所（☎0978-68-1112）  
安岐支所（☎0978-67-1114）

## 【介護者手当の支給】

寝たきりの在宅高齢者を介護する同居家族の負担軽減を図る事業です。

対象：要介護4以上の認定を受けている方または要介護3の方を2人以上介護している家族

支給金額：月額7,000円

在宅介護期間が1月につき20日間に満たない、市へ納入すべき税又は公共料金の滞納がある等、支給できない場合もあります。申請が必要です。詳細はお問い合わせください。

申込み・問合せ先 高齢者支援課（☎0978-72-5189）  
各総合支所地域振興課 国見支所（☎0978-82-1112）  
武蔵支所（☎0978-68-1112）  
安岐支所（☎0978-67-1114）

## 【地域支え合い活動】

体操、運動、レクリエーション及び会食などの介護予防の取組（ミニデイ）や誰でも集うことのできる日中の通いの居場所を提供し、交流や相談を行う活動を行っています。

〔実施公民館区〕計6地区

・上国崎（あらたに会）	・旭日（あさひネット）
・熊毛（大輪）	・豊崎（一村一心の会）
・竹田津（かもめ）	・武蔵西（武溪の会）

問合せ先 国東市社会福祉協議会 福祉支援課（☎0978-64-7100）  
高齢者支援課（☎0978-72-5189）

# その他情報サイト

## 【地域支え合い活動共通WEBサイト 国東つながる暮らし】

地域を元気にする地域おこし活動をはじめ、高齢の方など暮らしの困りごとを支援する活動など、地域の特性を活かした取り組みが行われています。インターネット上で各会の活動が紹介されています。



<https://yoroue.com/>

## 【おおいた認知症情報サイトおれんじ】

認知症に関する様々な情報が掲載されています。また、認知症になっても笑顔でいきいきと暮らしている方々が紹介されています。



<https://orange-oita.jp/>



### 認知症とともに生きる希望宣言



#### 一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ

- 1 自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。
- 2 自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。
- 3 私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。
- 4 自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩いていきます。
- 5 認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを一緒につくっていきます。

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ  
「認知症とともに生きる希望宣言」より

「認知症とともに生きる希望宣言」は、認知症とともに暮らす本人一人ひとりが、体験と思いを言葉にし、それらを寄せ合い、重ね合わせる中で、生まれたものです。



《引用・参考文献》

- ・大分大学医学部 大分県／認知症ノート ～認知症の方とその家族を地域で支援するために～
- ・NPO 法人 地域ケア政策ネットワーク／認知症サポーター養成講座標準教材
- ・京都市「気づき・つながり・ともに生きる 認知症ガイドブックー京都市版認知症ケアパスー」
- ・京都市長寿すこやかセンター／「これからも自分らしく」認知症サポートブック
- ・一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ／「認知症とともに生きる希望宣言」
- ・「家族で実践！認知症の気づき方・接し方」(株)社会保険出版社
- ・政府広報オンライン <http://www.gov-online.go.jp/useful/article/201308/1.html>
- ・厚生労働省「認知症対策」認知症への取り組み  
<http://www.mhlw.go.jp/topics/kaigo/dementia/>
- ・公益社団法人 認知症の人と家族の会 [http://www.alzheimer.or.jp/?page\\_id=2196](http://www.alzheimer.or.jp/?page_id=2196)
- ・認知症介護研究・研修大府センター／若年性認知症ってなんだろう  
<https://www.dcnet.gr.jp/>
- ・国立長寿医療研究センター 長寿政策科学研究部
- ・「認知症高齢者の自動車運転を考える家族介護者のための支援マニュアル◎」  
<http://www.ncgg.go.jp/cgss/department/dgp/>
- ・地域支え合い活動共通 WEB サイト 国東つながる暮らし <https://yoroue.com/>
- ・おおいた認知症情報サイトおれんじ <https://orange-oita.jp/>

発行／〒873-0503 国東市国東町鶴川 149

国東市役所 国東市地域包括支援センター (☎0978-72-5184)

高齢者支援課 (☎0978-72-5189)

発行年月／初版 平成 28 年 7 月、第 3 版 令和 4 年 3 月