

春日部市



認知症ガイドブック

春日部市版認知症ケアパス

第3版



～認知症とともに生きる社会を～

春日部市介護保険課



はじめに

認知症は、決して他人事ではなく、誰にでも起りうるものです。また、家族が認知症になることなどを含め、多くの人にとって身近なものとなっています。

また、令和6年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」には、認知症の人を含めた国民一人一人が互いを尊重しつつ支え合いながら共生する社会の実現を推進することが盛り込まれています。

もしも、自分が認知症になったら、どこでどのような生活がしたいですか？

もしも、大切な家族が認知症になったら、どのように支えていきますか？

認知症は、原因となる病気の進行とともに状態が変化するため、進行状況に応じた適切な支援を受けることが大切だといわれています。

そして、どの時期にどのような支援が必要になるのか、その大まかな目安として流れを示したものを『認知症ケアパス』といいます。

このガイドブックには、認知症についての不安を少しでも軽減していただけるように、知っておきたい基礎知識、その他の支援などについて情報をまとめたものです。

このガイドブックを活用していただくことで、認知症の人やその家族が安心して住み慣れた地域で暮らしていくための参考としていただければ幸いです。





目次



1	認知症について	
(1)	認知症とは	2
(2)	認知症を引き起こす原因（4大認知症）	3
(3)	若年性認知症	4
(4)	軽度認知障害（MCI）	4
(5)	認知症の症状	5
(6)	認知症の進行と主な症状の例	6
(7)	早期発見・早期治療	7
(8)	認知症を予防するために	8
2	認知症チェック	10
3	認知症の人への接し方	
(1)	基本姿勢とポイント	11
(2)	認知症の人とともに生きる家族の気持ち	13
(3)	こんなときどうする？	14
(4)	地域の人への対応	15
4	認知症を支えるしくみ	16
(1)	認知症の主な相談窓口	17
(2)	認知症対応型共同生活介護（グループホーム）	19
(3)	認知症の人と家族に役立つサポート	20
5	認知症の進行に応じた支援	30



1 認知症について

(1) 認知症とは

- 様々な原因により脳に変化が起こり、認知機能（記憶、判断力など）が低下して、今までできていたことができなくなり、生活する上で支障が出ている状態（約6か月以上継続）のことをいいます。
- 認知症の症状を引き起こす原因によって、症状の現れ方や治療・経過が異なります。
- また、認知症とよく似た状態（うつ、せん妄）や、認知症の症状を引き起こす身体の病気（甲状腺機能低下症など）もさまざまあります。
- そのため、「おかしいな？」と思ったら早めに受診し、診断を受けることが大切です。
- 認知症は誰でもなる可能性があります。

【『加齢によるもの忘れ』と『認知症によるもの忘れ』による違いの一例】

	加齢によるもの忘れ	認知症によるもの忘れ
体験したこと	朝ご飯に何を食べたか（メニュー）を忘れる ※体験の一部を忘れる	朝ご飯を食べたことを忘れる ※体験全体を忘れる
もの忘れの自覚	ある	ない
時間や場所など	見当がつく	見当がつかない
日常生活への支障	ない	見守りや支援が必要になってくる

加齢によるもの忘れと
認知症によるもの忘れ
は異なります。



P.10に『認知症チェック』が
あります。
気になる方は是非、
やってみてください。

(2) 認知症を引き起こす原因 (4大認知症)

アルツハイマー型認知症

- 脳が徐々に萎縮して、知能、身体全体の機能が衰えていく病気です。
- 認知症の原因で最も多いといわれています。
- 物忘れから始まり、時間、場所、人などの見当がつかなくなります。不安やうつ、妄想など様々な症状が現れます。

脳血管性認知症

- 脳に血液を送り込む血管の異常により、脳の一部で血の巡りが悪くなったり出血を起こしたりした結果、神経細胞が壊れてしまうために認知症症状が出る病気です。
- 高血圧症、脂質異常症、糖尿病を患っている人に起きやすい傾向があります。
- 手足の麻痺、歩行障害、尿失禁など認知症以外の神経の障害を伴うことがあります。

レビー小体型認知症

- レビー小体という特殊なたんぱく質が、脳の神経細胞の中にたまることによって起こる病気です。
- 初期には物忘れはあまり目立ちませんが、パーキンソン病の症状に似た運動機能の症状や「幻視」(実際にないものが見える)が現れることがあります。

前頭側頭型認知症

- 脳の前頭葉と側頭葉が萎縮する病気で、比較的若い年齢(40歳~50歳代)の発症が多くみられます。
- 初期から病識がなく、こだわりのある繰り返し行動や自己本位的な行動、抑制のきかない行動、食行動の異常などの症状が現れることがあります。

●その他の原因疾患

その他にも認知症症状を引き起こす疾患があります。

- 正常圧水頭症、(急性)硬膜下血腫、脳腫瘍、頭部外傷、ビタミンB12欠乏症、甲状腺機能の低下など

(3) 若年性認知症

- 認知症は高齢になるほど発症しやすくなりますが、若い世代で発症する場合があります。65歳未満で発症する認知症を『若年性認知症』と呼びます。
- 若年性認知症の人は、働き盛りで、就学期の子どもがいる場合も多く、仕事を辞めなければならなくなると、経済的困難に陥ってしまいます。育児・家事に関する困難など、高齢者と異なる問題も生じます。
- また、高齢の人の場合に比べ、周囲の人も家族も、病気を理解し、受け入れるのに往々にして時間がかかります。職場や地域での理解や手助けが求められます。

(出典/全国キャラバン・メイト連絡協議会 認知症サポーター養成講座標準教材)

◆ 若年性認知症の人を対象とした相談窓口があります。

(参照 P.18：埼玉県・さいたま市若年性認知症サポートセンター)

(4) 軽度認知障害 (MCI)

- 診断基準は確立されていませんが、本人や周りの人からもの忘れがあると認識され、年齢に比し、記憶力が低下している状態です。
- もの忘れがみられる記憶障害や、物事に対する意欲が低下する症状がみられますが、日常生活機能はほぼ保たれています。
- MCI と診断された人がアルツハイマー型認知症に進行する割合は、年間5～10%と一般の高齢者(1～2%)と比べて高いことから認知症予備軍と言われていています。
- MCI の状態を見逃さずに、社会との交流や知的活動を積極的に行うことで、認知機能が低下することを遅らせることや正常な状態に回復させることが可能です。

(参照 P.8～P.9：(8) 認知症を予防するために)

(出典/埼玉県版 認知症サポーター養成講座テキスト)

(5) 認知症の症状

- ・ 認知症によって生じる症状は大きくわけて2つあります。
- ・ 脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状である「認知機能障害」と、本人の性格や生活環境、人間関係、体調など、さまざまな要因が絡み合って起こる二次的な症状である「行動・心理症状 (BPSD)」があります。

認知機能障害

治りにくい

記憶障害

新しいことを覚えられない。前のことが思い出せない。

見当識障害

場所や時間、季節や曜日がわからない。

失語・失認・失行

失語（物の名前が出てこない）や失認（視力は問題ないのに物や人が分からない）、失行（手足の動きは問題ないのに今までできていた動作（服の着方や道具の使い方）を行えない）

実行機能の障害

段取りができない。計画をたてられない。

本人の
性格や素質
などの要因

生活環境
人間関係
ストレス
などの要因

行動・心理症状 (BPSD)

ひとり歩き

家の中や屋外を歩き回る

妄想

現実には起きていない
ことを信じて疑わない

拒否

食事、入浴、介護などの
声かけや誘導を嫌がる

幻覚

現実にはないものが
見える（幻視）、
聞こえる（幻聴）

抑うつ

気分が落ち込む
無気力になる

周囲の関わり方を変えたり、環境を整備したりすることによって、行動・心理症状 (BPSD) の改善が期待できます。

(6) 認知症の進行と主な症状の例

症状の現れ方には個人差があり、必ずしもこのとおりの経過をたどるわけではありません。今後の見通しを立てる参考にしてください。

認知症の進行	正常なレベル	MCI (軽度認知障害)	認知症の進行 (右に行くほど発症から時間が経過し、進行している状態)			
			認知症の疑い	認知症を有するが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要
本人の様子・気持ちの例		<ul style="list-style-type: none"> *物忘れが多いが、日常生活は自立している <p>物忘れについて不安を感じています</p>	<ul style="list-style-type: none"> *買い物や金銭管理にミスが見られるが日常生活はほぼ自立している *新しいことがなかなか覚えられない *料理の準備や手順を考えるなど、状況判断が必要な行為が難しくなる <p>自分の能力低下を感じて不安を感じたり、イライラしたりします</p>	<ul style="list-style-type: none"> *服薬管理ができない *電話や訪問者の対応が難しい *ひとり歩きが見られるようになる *季節にあった服が着られない *すぐに興奮する <p>一人で何かをすることに不安をもち、家に引きこもりがちになったり、常に家族と一緒にいたいと望んだり、怒りっぽくなることもあります</p>	<ul style="list-style-type: none"> *トイレを失敗する *家族の顔や人間関係がわからなくなる *表情が乏しく、話さなくなる *使い慣れた道具の使い方がわからなくなる *ほぼ寝たきりで、意思疎通が難しい <p>自分の要求を上手に表現できなくなったり、生活上できないことが多くなったりします</p>	
接し方・家族の心構え	<ul style="list-style-type: none"> *地域行事やボランティアを行うなど社会参加を働きかける *趣味やレクリエーションを楽しむよう働きかける *家庭内で役割を持ち、継続できるようにする *認知症の心配がある場合は、早めにかかりつけ医などに相談する 	<ul style="list-style-type: none"> *接し方の基本やコツなどを理解する *家族間で介護のことについて話し合っておく 	<ul style="list-style-type: none"> *介護者自身の健康管理を行う *介護サービスを上手に使う 	<ul style="list-style-type: none"> *日常生活でできないこと(食事・排泄など)が増え、合併症を起こしやすくなることを理解する *どのような最期を迎えるか家族間で話し合っておく 		
<p>医療や介護について知識を深めましょう 認知症を引き起こす病気により今後の経過や介護の方法が異なります。周囲が適切に対応することで、おだやかな経過をたどることも可能です</p> <p>本人の気持ちを尊重し、できることを支えながら、失敗を少なくするよう手助けしましょう 失敗体験は本人の自信を喪失させ、症状を悪化させることもあるので、本人の気持ちを尊重しながらさりげないフォローをしましょう</p>						

～介護などで困ったことがあったら抱え込まず、地域包括支援センターや担当ケアマネジャーに早めに相談しましょう～

(7) 早期発見・早期治療

- 認知症の原因疾患の中には、治療方法があり、治る疾患もあります。
- 今起きている認知症の症状が、治療方法がある疾患に起因しているならば、その疾患を治療することで認知症が治ることがあります。
- また、根本的に治す方法がない場合でも、進行を遅らせたり、症状を緩和したりする薬があります。
- そのことから、認知症の治療では、早期発見・早期治療の大切さが分かります。

●相談・受診のコツ

- 伝える内容をあらかじめまとめ、大切なことを伝える準備をしましょう。

	伝える内容	まとめておくこと
1	本人の状況	<ul style="list-style-type: none">• 日常生活状況（食事、入浴、買い物、睡眠）• 経済状況（仕事、年金、金銭管理）• 家族（家族構成、キーパーソン）
2	本人の病歴	<ul style="list-style-type: none">• 過去、現在の病歴• 服薬している薬
3	認知症が疑われる 主な症状	<ul style="list-style-type: none">• いつから• 症状• 本人の病識や受診の意思• 本人の困りごと• 家族の困りごと

- 本人が病識なく受診が難しい場合、家族での対応が難しい場合は、地域包括支援センター（参照 P.17：4（1）認知症の主な相談窓口）に相談をしてみましょう。
- 強引に受診させることや本人を傷つける誘い方をしないことが重要です。



(8) 認知症を予防するために

- ・ 認知症の原因は様々ですが、例えば、脳血管性認知症の予防のためには、高血圧や糖尿病などの生活習慣病予防に努め、血管障害を起こさないようにすることが大切です。
- ・ また、生活習慣病の予防に努めることは、認知症の発症リスクを減らす効果も認められています。
- ・ 普段から予防に心がけ、早期発見と適切な治療で症状の軽減や進行を遅らせることも可能です。
- ・ 本人だけでなく、周囲の人が異変のサインを見逃さないようにすることも大切です。

ポイント



●【運動】 適度に身体を動かしましょう

- ・ 身体を動かすことにより、身体と脳の血流が良くなり、脳も活発に働きます。

●【栄養】 バランスのよい食事を心がけましょう

- ・ 主食・主菜・副菜をそろえた食事を3食、規則正しく食べましょう。
- ・ よく噛んで脳に刺激を与えましょう。

●【脳のトレーニング】をしましょう

- ・ 脳は、身体と同様、鍛えないと衰えてしまいます。
- ・ 日頃から、手や指を使う、簡単な計算や音読を行う、想像力を働かせる等のトレーニングを心がけ、脳に刺激を与えましょう。

●【社会参加】 活動的な日常生活を心がけましょう

- ・ 料理や買い物等の家事、服装や化粧等おしゃれを楽しむことや、新しい趣味・勉強等に挑戦することは、脳の刺激になります。
- ・ また、人とのコミュニケーションは、脳を活発にしますので、家族や友人との会話を楽しみ、趣味や社会活動等を通じて積極的に人との交流を図りましょう。



認知症の予防のためには、
「何をするか」ではなく、
どう刺激ある日常(心地よい刺激、
笑顔に)を送るかが大切です！

(出典/埼玉県版 認知症サポーター養成講座テキスト)

【春日部そらまめ体操】



- ・ 春日部市独自の介護予防体操で、パート1とパート2の2種類があります。
- ・ 通常は立位で行いますが、座位でも行うことができ、体力に自信のない方も気軽に行うことができます。市内の施設にて定期的開催しています。



えんぼう

(春日部市介護予防非公認キャラクター)

【春日部えんJOYトレーニング】

- ・ 米国立老化研究所の手引きを参考に高知市が開発した介護予防体操です。
- ・ 調節可能なおもりを手首や足首に巻きつけ、ゆっくりと手足を動かして、最初は軽いおもりから始め、筋力がついてきたら、1段階ずつおもりを増やしていく体操です。効果的な筋力向上が見込めると全国各地で、話題になっています。
- ・ 週に1回、地域の集会所等で事前に養成講座を受講したサポーターを中心に体操をします。おもりは市で貸与し、定期的に体力測定を実施して体操の効果を確認します。
- ・ この春日部えんJOYトレーニングは、「いつまでも元気」を目指すみなさん自身が盛り上げていく活動です。



【ふれあいウォーキング】

春日部市公式ホームページ内、ふれあいウォーキング

- ・ ウォーキングを通じた地域のつながりづくりの場です。
- ・ 毎週決まった時間に、リハビリスタッフなどの医療・介護の専門職が、ウォーキング前の準備体操や歩き方のアドバイスを行っています。

【健康脳トレ塾】

- ・ そらまめ体操・認知症予防のための脳トレ・口腔機能向上等に関する講義と実技を行います。1コース10回で、年に4会場で実施します。



【介護予防講演会】

- ・ 医師や歯科医師、薬剤師、管理栄養士等による講演会を行います。身近な生活に活かせる知識や最新の情報を学びたい方は、ぜひご参加ください。

★介護予防事業の日程などの詳細は、

「そらまめ手帳」や「広報かすかべ」に掲載しています！

- ・ そらまめ手帳は、介護保険課や各地域包括支援センター等で配布しています。
- ・ 介護予防事業の参加計画や日頃の健康管理にぜひご活用ください。



2 認知症チェック～早期発見のために～

- ・ 認知症は、あなたの知らないところで進行しているかもしれません。
- ・ 「あれ、何だか変だな？」と思ったら、まず、次の質問をチェックしてみましょう。いくつか思い当たるものがあった場合は、医師など専門家に相談してみてください。日常の変化を見逃さず「おかしいな」と思うことをそのままにしないことがポイントです。

※この認知症チェック項目は、あくまでも目安であり、認知症の診断をするものではありません。



もの忘れがひどい

<input type="checkbox"/> 1	今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
<input type="checkbox"/> 2	同じことを何度も言う・問う・する
<input type="checkbox"/> 3	しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
<input type="checkbox"/> 4	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

<input type="checkbox"/> 5	料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
<input type="checkbox"/> 6	新しいことが覚えられない
<input type="checkbox"/> 7	話のつじつまが合わない
<input type="checkbox"/> 8	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

<input type="checkbox"/> 9	約束の日時や場所を間違えるようになった
<input type="checkbox"/> 10	慣れた道でも迷うことがある



人柄が変わる

<input type="checkbox"/> 11	些細なことで怒りっぽくなった
<input type="checkbox"/> 12	周りへの気づかいがなくなり頑固になった
<input type="checkbox"/> 13	自分の失敗を人のせいにする
<input type="checkbox"/> 14	「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

<input type="checkbox"/> 15	ひとりになると怖がったり寂しがったりする
<input type="checkbox"/> 16	外出時、持ち物を何度も確かめる
<input type="checkbox"/> 17	「頭が変になった」と本人が訴える



意欲がなくなる

<input type="checkbox"/> 18	下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
<input type="checkbox"/> 19	趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
<input type="checkbox"/> 20	ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

(出典／公益社団法人認知症の人と家族の会作成)



3 認知症の人への接し方

(1) 基本姿勢とポイント

- 認知症が進み、物忘れによる失敗や、家事や仕事がうまくできなくなるといったことが増えてくると、「何となくおかしい」と感じ始め、「自分に何か異変が起きている」と不安を抱えるようになります。
- 認知症の人は何も分からないというのは間違いで、誰よりも心配し、苦しみ、悲しんでいるのは、認知症になった本人です。
- 次の基本姿勢とポイントを参考にしながら、認知症の人を温かく見守っていきましょう。

～認知症の人の気持ちを理解する～

①「本人は何もわかっていない」は誤りです

もの忘れが増えたり、できていたことができなくなったことにより、誰よりも本人が驚き苦しんでいます。

②「その人らしさ」を大切にしましょう

認知症の人にも、それぞれに「個性」や生きてきた「歴史」があり、「その人らしさ」は過去から現在に繋がっています。

③「否定よりも肯定」の気持ちで接しましょう

介護者は、認知症の人の思わぬ言動に戸惑うことがありますが、まずは誤りや失敗に対しても「大丈夫」と肯定する気持ちを示しましょう。

基本姿勢

●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

(出典／全国キャラバン・メイト連絡協議会 認知症サポーター養成講座標準教材)



具体的な対応の7つのポイント

- ① まずは見守る
- ② 余裕をもって対応する
- ③ 声をかけるときは1人で
- ④ 後ろから声をかけない
- ⑤ 相手に目線を合わせてやさしい口調で
- ⑥ おだやかに、はっきりした話し方で
- ⑦ 相手の言葉に耳を傾けてゆっくり対応する

(出典／全国キャラバン・メイト連絡協議会 認知症サポーター養成講座標準教材)

(2) 認知症の人とともに生きる家族の気持ち

- ・ 認知症になった本人だけではなく、支える家族にも気持ちの変化があります。
- ・ 下の図にある、4つの心理的ステップは、必ずしも全ての介護者にあてはまるものではありませんが、ステップを行ったり来たりしながら、あるがままを受け止めるまでの境地に達します。
- ・ 家族が受容できると、本人も安心して認知症を受容し、向き合っていくことができようになります。

第1ステップ 『とまどい・否定』

- ・ 以前の本人からは考えられないような言動や行動にとまどい、「こんなはずはない」と否定しようとします。
- ・ 悩みを他の肉親にすら打ち明けられないで、ひとりで悩む時期です。



第2ステップ 『混乱・怒り・拒絶』

- ・ 認知症の理解が不十分であるため、どう対応してよいか分からず混乱し、ささいなことに腹をたてたり、叱ったりします。
- ・ 精神的・身体的に疲労こんぱいして認知症の人を拒絶しようとします。
- ・ 一番辛い時期で、医療福祉サービスなどを積極的に利用することで乗り切ります。



第3ステップ 『割り切り』

- ・ 怒ったりイライラするのは自分の損になると思い始め、割り切るようになります。
- ・ 同じ認知症の症状でも問題性は軽くなります。



第4ステップ 『受容』

- ・ 認知症に対する理解が深まって、認知症の人の心理を自分自身に投影できるようになり、あるがままのその人を家族の一員として受け入れることができるようになります。

(出典/杉山 孝博 氏「改定認知症の理解と介護」)

(3) こんなときどうする？

- ・ 認知症の介護に絶対はありません。
- ・ 今日うまくいった対応が明日もうまくいくとは限りません。「こうすべき」「こうしてはいけない」と思い込まず、かかわり方のヒントとして参考にしてください。

記憶障害



ご飯まだ？今日は何曜日？など何度も同じことを尋ねます。状況が把握できず不安なためです。介護者が一方的に怒ったり、否定すると不安や戸惑いがさらに大きくなってしまいます。

- ◆初めて聞かれたときと同じように対応する
- ◆大きく書いて貼り付ける
- ◆お茶を出すなどして気分転換を図る
「これからご飯作るから、お茶を飲んで待っていてね」など
- ◆日めくりカレンダーやデジタル時計を活用する

ひとり歩き



ひとり歩きは、本人なりの理由があります。無理に引き止めるのではなく、安心できるように説明しましょう。

- ◆一緒に付き添い、理由やタイミング、ルートを探る
- ◆衣服や靴などに名前や連絡先を記入しておく
- ◆携帯端末機等のGPS（位置情報取得機能）を活用する
- ◆便秘などの体調不良が外に出る一因になることもあるので、身体の状態を確認しておく
- ◆近所に協力を仰ぐ

妄想



財布や通帳をしまった場所を忘れてしまい、見つからず誰かにとられたなどと思い込むことがあります。本人が確信するのは、本人なりの理由があるのかもしれませんが。

- ◆疑われることはショックですが、一緒に探してあげましょう
- ◆怒ったり否定したりせず、不安に耳を傾ける
- ◆一緒に探したり、本人が見つけれられるように導く
- ◆本人がしまいそうな場所を把握しておく

拒否



不快な気持ちや苦しみをうまく言葉で伝えることができないため、食事や入浴などの介護を拒否します。

- ◆無理強いしたり、過剰に反応したりしない
- ◆話しかけるときは、笑顔で穏やかな口調を心がける
- ◆本人の言葉に耳を傾け、本人なりの理由を考える
- ◆1日の暮らし方や食事・入浴前後の流れを見直し、本人が「食べたい」「お風呂に入りたい」と思えるようなシナリオを考える

(4) 地域の人への対応

～地域で困っている人、いつもと様子が違う人を見つけたら～

キョロキョロしていて、
道に迷っていそうな人がいる

気候や場所に合わない
服装をしている人がいる



- 他人事として無関心でいるのではなく、温かい目で見守り、手を差し伸べることが大切です。
- あなたの声かけで命を救うことがあります。
- 人から不意に声をかけられると誰でも驚きます。認知症の人への対応の心得『3つの“ない”』や具体的な対応の7つのポイント（参照 P.12）を意識して声かけを行いましょう。

●体調が悪そうな場合：119番（救急対応）をしましょう。

●手がかりがある場合：

- ◆洋服や持ち物に緊急連絡先などが書かれている時
→ 本人の了解を得た上で緊急連絡先などに連絡をしましょう。
- ◆その他の手がかりがある時
→ 手がかりを見つけたことを警察へ伝えましょう。

認知症サポーター養成講座で

認知症に関する知識や認知症の人との関わり方を学ぶことができます！

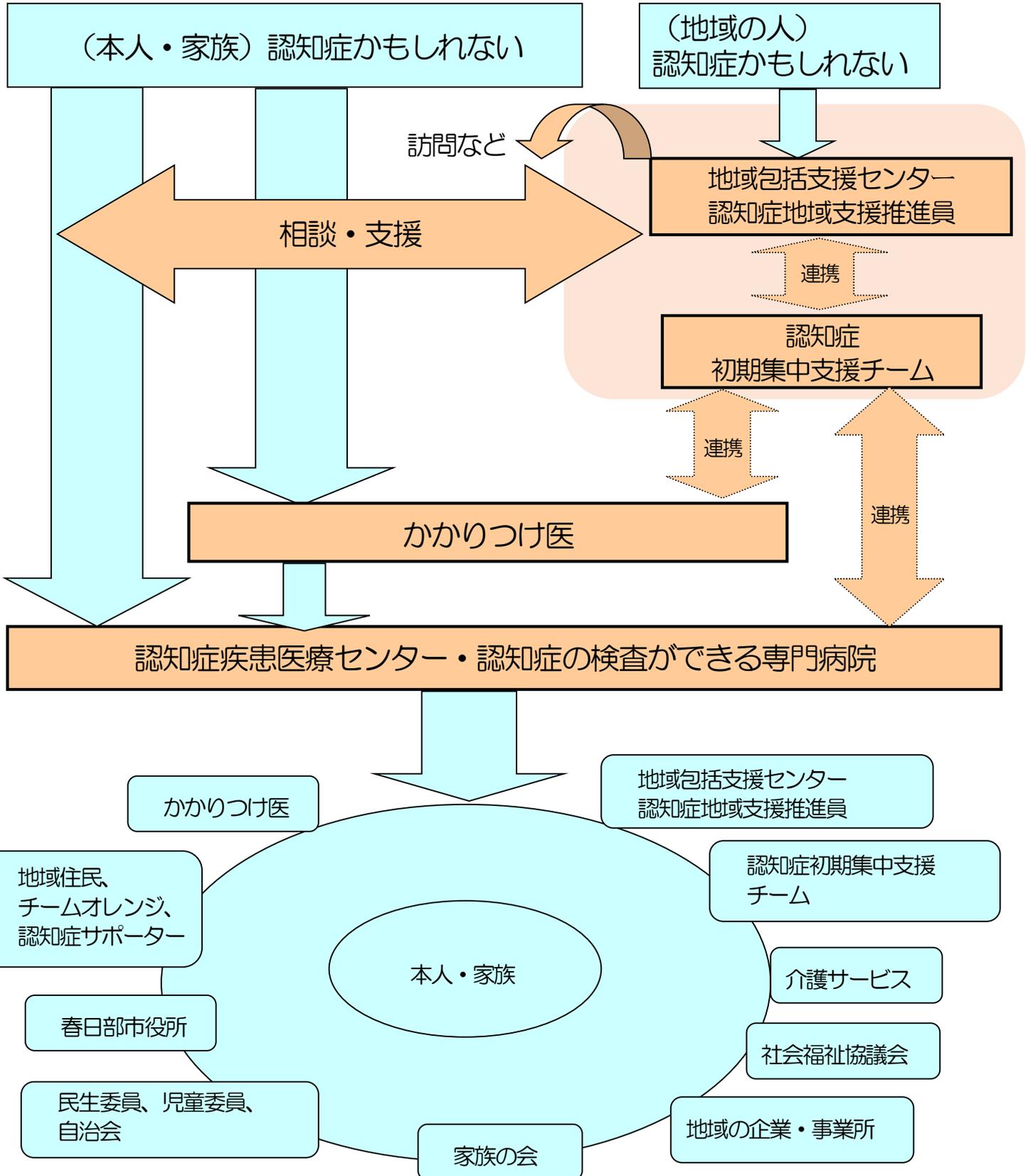
（参照 P.20：4（3）認知症の人と家族に役立つサポート）





4 認知症を支えるしくみ

- 認知症を疑う症状があれば、早めに対応することが大切です。
- 「おかしいな？」と感じたら、まずはかかりつけ医や最寄りの地域包括支援センターにお気軽にご相談下さい。



(1) 認知症の主な相談窓口

地域包括支援センター

- ・ 地域包括支援センターは、地域の高齢者に関する総合相談窓口です。
- ・ 保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーなどの専門職が連携をとりながら、認知症や介護の相談を受け付けています。
- ・ また、医療機関、介護サービス事業所及び地域の支援機関をつなぐコーディネーターとしての役割を担う『認知症地域支援推進員』を配置しています。最寄りのセンターにご相談ください。

名称	住所	電話番号
第1地域包括支援センター	中央2-24-1 (あしすと春日部内)	754-3775
第2地域包括支援センター	内牧2072 (清寿園内)	753-2020
第3地域包括支援センター	花積267-7 (豊潤館内)	753-1136
第4地域包括支援センター	上大増新田109-2 (春日部勝彩園内)	738-5764
第5地域包括支援センター	一ノ割948-1 (フラワーヒル内)	734-7631
第6地域包括支援センター	大枝89 武里団地3-23-101	738-0021
第7地域包括支援センター	藤塚2622-2 (春日部ロイヤルケアセンター内)	733-7771
第8地域包括支援センター	米崎389 (しょうぶ苑内)	746-5190

地域包括支援センター担当地区 (50音順)

地区		地区		地区		地区		地区		地区	
あ	赤崎 7	か	粕壁 1	こ	米崎 8	ち	中央 1	は	浜川戸 1	み	南1~3 1
	赤沼 7		粕壁東 1		米島 8		銚子口 7	ひ	東中野 8		南4~5 5
い	飯沼 8		金崎 8	さ	栄町 2	つ	塚崎 8		樋堀 2		南栄町 2
	一ノ割 5		上大増新田 4	し	下大増新田 4	と	道口蛭田 3		樋籠 2		南中曽根 3
う	牛島 7		上金崎 8		下吉妻 8		道順川戸 3		備後東1~4 5	や	八木崎町 3
	内牧 2		上吉妻 8		下蛭田 3		豊野町 7		備後東5~8 6		谷原 4
	梅田 2		上蛭田 3		下柳 7	な	永沼 7		備後西 4		谷原新田 4
	梅田本町 2		上柳 7		新川 7	に	新方袋 3	ふ	藤塚 7	ゆ	豊町 3
え	榎 8		神間 8		新宿新田 8		西親野井 8		不動院野 2	よ	芦橋 8
お	大枝 6	き	木崎 8	す	水角 7		西金野井 8	ほ	本田町 7	ろ	六軒町 7
	大沼 4	く	桐 8		薄谷 4		西宝珠花 8	ま	増戸 3		
	大畑 6		倉常 8	せ	千間-丁目 6		西八木崎 3		増富 3		
	大場 4	こ	小平 8	た	武里中野 4	は	八丁目 2		増田新田 4		



認知症疾患医療センター 武里病院

- 認知症疾患医療センターは、認知症に関する専門医療相談や鑑別診断などを行い、地域の保健医療・介護機関と連携を図り、地域の認知症疾患対策の拠点となります。

【電話】

- 0120-8343-56
(フリーダイヤル)
- 048-733-5111

【住所】

- 春日部市下大増新田9-3



認知症初期集中支援チーム

- 「認知症初期集中支援チーム」が自宅に訪問して、認知症又はその疑いのある人や家族とお話しさせていただき、必要に応じて認知症に関する情報の提供や医療機関の受診、介護保険サービスの利用の効果に関する説明及び心理的サポートや助言などを行います。
- 各地域包括支援センター（参照P.17）へお問い合わせください。

埼玉県・さいたま市若年性認知症サポートセンター

【公益社団法人認知症の人と家族の会埼玉県支部】

- 若年性認知症支援コーディネーターが相談対応と支援を行います。
月～金（年末年始・祝日除く）9：00から16：00

【電話】

- 048-814-1212

【FAX】

- 048-814-1211

(2) 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

- 認知症の人が、少人数の家庭的な環境で共同生活をしながら、日常生活の介護や支援などが受けられる施設です。また、認知症に関する相談も受付けています。
(利用対象者：要支援2、要介護1～5の認定を受けている人)。



名称	住所	電話番号
愛・グループホーム豊野町	豊野町1-33-10	884-8436
愛の家グループホーム 春日部一ノ割	一ノ割1000-4	731-7000
愛の家グループホーム 春日部豊春	上蛭田191-4	760-0280
あすなろホーム庄和	西金野井169-5	718-3270
春日部ケアセンターそよ風	牛島391	753-3820
グループホーム きらら春日部	浜川戸1-5-10	753-3000
グループホーム みんなの家 春日部花積	花積108-5	753-3091
グループホーム ふじの花	豊町1-2-40	753-0267
グループホーム くれあいの家	南1-7-5	738-1221
グループホーム くれあいの家 備後	備後東5-5-1	734-2202
庄和ケアセンターそよ風	金崎675-2	718-3730
ツクイ春日部グループホーム	栄町3-83	753-3826
グループホーム みんなの家・春日部やなか	大場675-1	738-5000
グループホーム なごみ米島	米島350-1	718-3005
グループホーム ひだまり	谷原2-4-7	812-8270

- ◆ 春日部市公式ホームページに、認知症対応型共同生活介護(グループホーム)の利用状況が掲載されています。右記QRコードより閲覧可能です。



(3) 認知症の人と家族に役立つサポート

認知症サポーター養成講座



- 認知症の人とその家族を支え、誰もが暮らしやすい地域をつかっていくために認知症サポーターを養成しています。受講はおおむね90分です。
 - 認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者です。
- ※ 詳細は、「そらまめ手帳」や「広報かすかべ」に掲載しています。
「そらまめ手帳」は、介護保険課(参照P.9)や各地域包括支援センター(参照P.17)などで配布しています。

オレンジカフェ (認知症カフェ)

- 「オレンジカフェ (認知症カフェ)」は、認知症の人や家族、地域の人など誰もが気軽に参加でき、相談や情報交換ができる“集いの場”です。ゆったりとお話をしたり、情報交流をしてみませんか？
- ※ 詳細は、「そらまめ手帳」や「広報かすかべ」に掲載しています。
「そらまめ手帳」は、介護保険課(参照P.9)や各地域包括支援センター(参照P.17)などで配布しています。

チームオレンジ ~認知症になっても安心して暮らし続けられる仕組みづくり~

- チームオレンジは、認知症サポーターがチームを組み、認知症の人や家族に対する生活面の早期からの支援等を行う取り組みです。
- チームオレンジの活動は、見守り・声かけ、話し相手などが考えられます。認知症の人もメンバーとしてチームに参加することや、地域の企業や事業者との連携体制を構築することが望まれます。
- 春日部市では、令和6年度から各地域でチームが立ち上がっています。
詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



- ※ チームオレンジの活動に関心がある方は、介護保険課(参照P.9)や各地域包括支援センター(参照P.17)へお問い合わせください。

すまいるケア教室 (家族介護教室)

- 在宅において介護をしている方や在宅介護に関心のある方を対象に、理学療法士等が介護に関する講話や実習等を行います。
- ※ 詳細は、「そらまめ手帳」や「広報かすかべ」に掲載しています。
「そらまめ手帳」は、介護保険課(参照P.9)や各地域包括支援センター(参照P.17)などで配布しています。

家 族 会

- ・ 介護の悩みをひとりで抱え込まないために、自由に話をしたり、情報交換、介護の相談、勉強会などを行う認知症の人の家族が集まる家族会があります。
- ・ 気軽に参加して、同じ悩みを持つ者同士ゆったりと話をしたり、交流をしてみませんか？

※ 詳細は、介護保険課（参照P.9）や各地域包括支援センター（参照P.17）へお問い合わせください。

	と き	と ころ	申 込	問 い 合 わ せ
介護者サロン 「ほっ」	毎月第4月曜日 13:00~15:00	ほぼら春日部	不要	第1包括 (TEL754-3775)
家族会 「麦わらぼうし」	毎月第3木曜日 13:15~15:15	豊春市民センター (豊春地区公民館)	不要	第3包括 (TEL753-1136)
介護者 交流サロン	毎月第4木曜日 13:30~15:00	豊春第二公民館	不要	第4包括 (TEL738-5764)
介護者のつどい	毎月第4木曜日 10:00~11:30	コダマホーム (緑町5-7-27)	要	第5包括 (TEL734-7631)
介護者交流 サロン 「福」	毎月第4木曜日 13:30~14:30	武里大枝市民センター (武里大枝地区公民館)	要	第6包括 (TEL738-0021)
認知症家族会 「家族の会”灯”」	毎月第1月曜日 13:30~15:00	庄和南地区公民館	不要	第8包括 (TEL746-5190)

認知症の人と家族の会

(公益社団法人 認知症の人と家族の会 埼玉支部)

- ・ 認知症の人を介護する家族や介護にかかわる専門職が集まり、日常の介護生活の悩みや相談事などを話し合う「つどい」を開催しています。若年性認知症の本人と家族が参加できる「若年性認知症のつどい」も開催しています。

問い合わせ先：電話 048-814-1210

月・火・水・金・土曜日（年末年始・祝日・夏季休暇をを除く）

10:00~15:00

あんしんサポートねっと

- 春日部市社会福祉協議会では、一人で生活していくには不安のある人が安心して生活が送れるように生活支援員が定期的に伺い、お手伝いしています。
 - 福祉サービス利用のお手伝い
 - 日常生活に必要な事務手続きのお手伝い
 - 日常生活に必要な金銭管理に関するお手伝い
 - ご自身で保管することが不安な場合に大切な書類を預かるサービス など

問い合わせ：春日部市社会福祉協議会
電話 048-762-1081



成年後見制度

- 家庭裁判所が、認知症などにより判断能力が十分でない人の権利を守る援助者（成年後見人など）を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。
- 本人に判断能力が十分あるうちに後見人となる人と契約しておく「任意後見制度」もあります。
- 制度を利用するためには、本人または4親等内の親族による家庭裁判所への申し立てが必要です（4親等内の親族がないときは、市長申し立てをすることもできます）。

問い合わせ：①高齢者支援課 高齢者支援担当 電話 048-736-1114

②障がい者支援課 電話 048-736-1131

③地域包括支援センター（参照P.17）



消費生活センター

- 高齢者の消費者被害の件数は年々増加しており、特に認知症などの理由によって、判断能力が十分でない状態である人の被害が増加しています。
- 消費者被害を防ぐためのポイントは、家族や周囲による「声かけ」「見守り」「気づき」です。もし、消費者被害の疑いのある場合は、まずは消費生活センターに相談しましょう。

問い合わせ先：

① 春日部市消費生活センター（春日部市役所 第二庁舎 2 階）

- 電話による消費生活相談：電話 048-739-7100
(消費生活相談員につながります)

※ 春日部市内に在住・在学・在勤の方に限ります。

※ 契約書やチラシ、商品広告のホームページ画面など契約内容の分かる書類、現在までの経過を時系列でまとめたメモなどを手元にご準備いただくと、相談がスムーズに行えます。

月曜日～金曜日（祝休日、年末年始を除く）

10:00～16:00（12:00～13:00を除く）

② 埼玉県消費生活支援センター

- 電話による消費生活相談：電話 048-261-0999(川口)
電話 048-524-0999(熊谷)

※ 埼玉県内に在住・在学・在勤の方に限ります。

※ 土曜日は、川口か熊谷どちらかのセンターに繋がります。

毎週月曜日～土曜日（祝休日、年末年始を除く）

- 65歳以上の運転免許保有者は増加傾向にあり、高齢の運転者により引き起こされる交通事故数も増えています。
- 自動車を運転している人に、認知症が疑われたり不安がある場合は、早めに医療機関を受診し正確な診断を受けましょう。また、医師から症状や運転を含めた日常生活への影響についての説明を受けるようにしましょう。
本人の安全のためにも、自動車の運転については、本人を含め家族や関係者で、早い段階から話し合うことが大切です。
- 警察では、認知症などの病気にかかっていることにより、自動車等の運転に不安がある人及びその家族等のための相談窓口を設けています。

問い合わせ：埼玉県警察 運転免許センター「安全運転相談室」

電話 #8080 または 048-543-2001

(音声ガイダンス4番を押してください)

平日 9:00~15:00 祝日・年末年始を除く 【要電話予約】

【道路交通法の改正について】

- 道路交通法の改正により、75歳以上の方は免許証の更新時だけではなく、一定の違反行為（信号無視、通行区分違反、一時不停止等）があれば、「臨時認知機能検査」を受けることになりました。
- 更新時及び臨時の「臨時認知機能検査」で認知症のおそれがあると判定された場合は、違反の有無に関わらず、主治医等による診断書を提出するか、又は臨時の適性検査（医師による認知症の診断）を受ける必要があります。

医師の診断の結果、認知症と診断された場合は、運転免許の取消し等の対象となります。

～チェックしてみましょう～

下表の項目1つでも繰り返して起こすようなときは交通事故を起こす確率が高いサインです。

運転チェック	
1. センターラインを越える	
2. 路側帯に乗り上げる	
3. 車庫入れ（指定枠内への駐車）に失敗する	
4. ふだん通らない道に出ると、急に迷ってしまったり、パニック状態になったりする	
5. 車間距離が短くなる	

(出典/国立研究開発法人国立長寿医療研究センター 執筆代表者 荒井 由美子 氏
「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」)

ひとり歩き高齢者保護対策事業

- 認知症などにより、外出して行方不明になってしまう高齢者などの早期発見・保護につながる「本人確認シール」を交付するものです。交付には申請が必要です。
- 「本人確認シール」には、発見者と家族が連絡をとるための専用の伝言板が表示される2次元コードが印刷されています。
- 「本人確認シール」を高齢者などの衣服や持ち物に貼っておくことにより、高齢者などが行方不明になった際、発見者がスマートフォンなどで2次元コードを読み取ると、あらかじめ登録した家族あてにメールが自動送信されます。
- 発見者と家族は、専用の伝言板サイトを介して24時間365日、直接連絡が取れるため、家族は速やかに迎えに行くことができます。
- なお、発見者と家族は、自分の住所や電話番号などの個人情報を知らせる必要はありません。

対象：市内に住所を有し、次のいずれかに該当する在宅の高齢者などであって、行方不明になる恐れのある人

- 65歳以上の人
- 40歳以上65歳未満の人で、介護保険法による要介護または要支援の人

問い合わせ：高齢者支援課 高齢者支援担当
電話 048-736-1114

配食サービス

- 在宅で生活しているひとり暮らし、または高齢者のみの世帯に対して、栄養バランスのとれた食事を配達するとともに、安否の確認を行います。
- 週6食まで、月曜日～土曜日の昼食、および夕食から選べます。常温弁当でのお届けになります。
- 利用料は1食につき400円が自己負担額です。(市は、自己負担額を超えた分を助成しています)。
- 配達は、市から民間事業者に委託しています。

対象：市内に居住し、以下の条件のいずれかに該当する人

- おおむね65歳以上のひとり暮らしで、食事の調理が困難と認められる人
- 世帯全員がおおむね65歳以上の高齢者のみの世帯で、食事の調理が困難と認められる人

※申請書及び状況調査票の記入が必要です。

問い合わせ：高齢者支援課 高齢者支援担当
電話 048-736-1114

家族介護用品支給

- 在宅介護が必要な高齢者を抱える家族に対して、介護用品（紙おむつ、尿とりパッド、ドライシャンプー、清拭剤など）を支給します。

対象：おおむね65歳以上で市内在住の在宅高齢者のうち、介護保険法における要介護4または要介護5に該当する市県民税非課税世帯の人

費用：支給限度額は月額6千円に消費税および地方消費税に相当する額を加えた額までとし、そのうち1割相当分が利用者負担です。

※申請書及び状況調査票の記入が必要です。

問い合わせ：高齢者支援課 高齢者支援担当
電話 048-736-1114

高齢者安心見守り事業

- 一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯などに対して、高齢者（いきいきクラブ会員）が定期的な電話により見守りを行います。（電話が繋がらない時に、訪問する場合があります。）

対象：市内に居住するおおむね65歳以上の一人暮らし、
または高齢者のみの世帯などで、見守りが必要と認められた人

費用：無料

問い合わせ：高齢者支援課 長寿企画担当
電話 048-736-1114

緊急通報システム

- 高齢者の家庭内で急病・災害などの緊急事態が起こった場合、ボタンを押すだけで受信センターにつながり、緊急車両の手配ができ、健康相談もできる装置の設置を行います。

対象：おおむね65歳以上の市内在住者で、次のいずれかに該当する人

- 一人暮らし世帯（疾病などの理由がある人）
- 高齢者夫婦のみの世帯
（いずれかが虚弱、または寝たきりである場合に限る）
- 虚弱・寝たきりの高齢者、心身障がい者または未成年者のみと生計を一にする世帯

※緊急通報システムは、固定電話の回線を必要とします。

費用：無料

（基本工事以外の工事が必要な場合の費用、通話料、電気料は利用者負担となります）

※申請書、調査票及び見取り図の記入が必要です。

問い合わせ：高齢者支援課 高齢者支援担当
電話 048-736-1114

介護マーク

- 介護する人が周囲の人に介護中であることを知らせるために使用する「介護マーク」を配布しています。介護者であることをさりげなく知ってもらうことで、介護しやすくなることを目的としています。

対象：認知症の症状を有する高齢者や要介護（支援）認定者(市内に住所を有している人)などの介護者で、「介護マーク」の使用希望者に配布します。

申請・配布場所：介護保険課 地域支援担当、もしくは各地域包括支援センター
※申請が必要です。申請すると、その場で「介護マーク」を渡します。

問い合わせ：介護保険課 地域支援担当
電話 048-736-1119



ヘルプマーク

- 義足や人工関節を使用している人、内部障がいや難病の人、または妊娠初期の人など外見から分からなくても援助や配慮を必要としている人が、周囲の人に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるように作成されたマークです。

配布場所：

本庁舎 2階 障がい者支援課
庄和総合支所 2階 福祉・健康保険担当

問い合わせ：障がい者支援課 障がい者支援担当
電話 048-736-1131

救急医療情報キット

- ・ 高齢者や障がい者などが安心・安全を確保するため、自分の医療情報などを専用の容器に入れ、自宅の冷蔵庫に保管しておくことで、万一の救急時に備えるものです。
- ・ かかりつけ医や持病、薬剤情報提供書（写し）、診察券（写し）、健康保険証（写し）、本人確認用顔写真（氏名明記）などを入れておけば、かけつけた救急隊が内容を確認して、適切で迅速な処置を行うことができます。また、緊急連絡先を入れておけば、家族などのいち早い協力も得られます。
- ・ なお、救急医療情報キットに保管する情報などは、いつも最新のものにしておきましょう。

対象：65歳以上の人や障がい者、健康に不安がある人などが対象です。一人暮らしに限らず、同居の人がいる場合でも、希望者へ配布します。

配布場所：

市役所本庁舎 2階 高齢者支援課・障がい者支援課

市役所第2庁舎 2階 福祉総務課・生活支援課

武里出張所

庄和総合支所 2階 福祉・健康保険担当

消防本部

消防署（分署）

問い合わせ：警防課 救急救助担当

電話 048-738-3118





5 認知症の進行に応じた支援

詳細は、各地域包括支援センター（参照P.17）や介護保険課（参照P.9）へお問い合わせください。

認知症の進行 (右に行くほど発症から時間が経過し、 進行している状態)		認知症の疑い	認知症を有するが 日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日 常生活は自立	日常生活に手助け・ 介護が必要	常に介護が必要
主な支援・サービスの例	介護予防・悪化予防	介護予防事業・チームオレンジ・オレンジカフェ・いきいきクラブ・サークル活動など				
	安否確認・見守り 生活支援	埼玉県警察安全運転相談窓口				
		消費生活センター・ひとり歩き高齢者保護対策事業・ヘルプマーク				
		緊急通報システム	⑧（看護）小規模多機能型居宅介護			①訪問介護
	介護	配食サービス・高齢者安心見守り事業・認知症サポーター養成講座・チームオレンジ			③通所介護・①訪問介護	
		④短期入所生活介護				
	医療	かかりつけ医・認知症疾患医療センター、救急医療情報キット				
		②訪問看護・⑨定期巡回・随時対応型訪問介護看護				
	家族支援	家族会・オレンジカフェ・すまいるケア教室				
④短期入所生活介護			家族介護用品支給			
介護マーク						
権利擁護	あんしんサポートねっと			成年後見制度		
	⑤福祉用具・⑥住宅改修					
住まいを整える	⑩ケアハウス・⑪サービス付高齢者住宅など					
施設等に入居 (入所)する	グループホーム・⑦介護老人福祉施設					

前頁の用語の解説

No.	サービスの種類	内 容	利用対象者
①	訪問介護 (ホームヘルプサービス)	ホームヘルパーが居宅を訪問し、食事・入浴・排せつなどの身体介護や、調理・洗濯・清掃などの生活援助を行います。また、通院時などでの乗降介助も利用できます。	要介護・要支援認定者・事業対象者
②	訪問看護	看護師や保健師などが居宅を訪問し、主治医と連携しながら、病状の観察や床ずれの手当などを行います。	要介護・要支援認定者
③	通所介護 (デイサービス)	通所介護施設で、食事・入浴などの日常生活上の介護や日常動作訓練・心身機能の維持などを日帰りで行います。	要介護・要支援認定者・事業対象者
④	短期入所生活介護 (ショートステイ)	介護老人福祉施設や介護老人保健施設などに短期間入所して、日常生活上の介護や機能訓練などを行います。	要介護・要支援認定者
⑤	福祉用具	日常生活の自立を助けるために福祉用具を貸与します。また、入浴や排せつなどに使用する特定福祉用具を指定事業者から購入した場合、費用の一部を支給します。※上限等があります。	要介護・要支援認定者
⑥	住宅改修	手すりの取付けなどの住宅改修を行った場合、費用の一部を支給します。※上限等があります。	要介護・要支援認定者
⑦	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	日常生活において常時介護が必要で、自宅での生活が困難な要介護者が入所する施設です。食事・入浴・排せつなどの日常生活上の介護や機能訓練などを行います。 ※新規入所は原則、要介護3～5の人が対象です。	要介護認定者
⑧	(看護)小規模多機能型 居宅介護	通所を中心に、必要に応じてホームヘルパーの訪問を受けたり、短期間泊まり介護を受ける多機能なサービスを提供します。	要介護・要支援認定者
⑨	定期巡回・ 随時対応型訪問介護看護	日中・夜間を通じて、一日複数回の定期訪問と、緊急時など必要に応じて随時訪問を介護・看護が連携しながら提供します。	要介護認定者
⑩	ケアハウス	日常生活における身の回りのことはできるが、独立して生活するには不安がある方が入居できる施設です。	60歳以上の高齢者又は夫婦どちらかが60歳以上
⑪	サービス付高齢者住宅	安否確認や生活相談ができる賃貸住宅です。介護サービスが必要な時は、別契約の上利用します。	60歳以上の高齢者又は要介護・要支援認定者及びその家族

春日部市



認知症ガイドブック

春日部市版認知症ケアパス

第3版



発行 春日部市健康保険部介護保険課
〒344-8577
埼玉県春日部市中央七丁目2番地1
TEL 048-736-1119

令和7年3月 改訂

