

認知症にやさしいまち はだの

秦野市認知症 ガイドブック

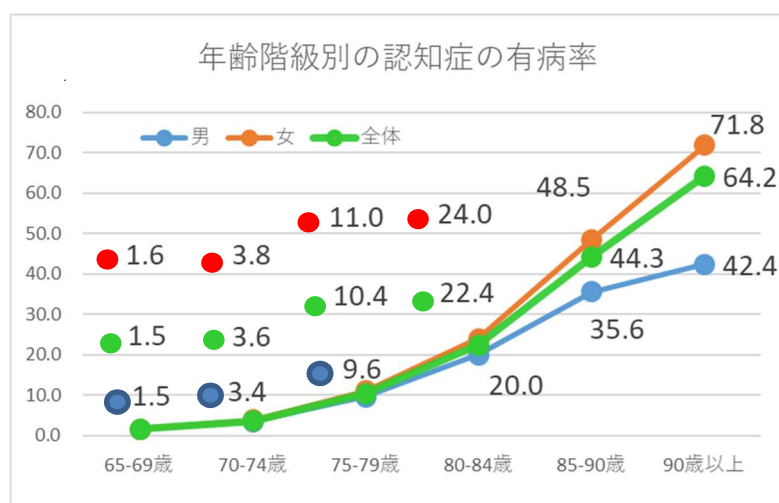
(認知症ケアパス)



も く じ

- 1 認知症は誰でもなる可能性があります P.1
- 2 本人の気持ちや周囲の心構え P.2
- 3 認知症とは P.3-4
- 4 早く気付くことが大事(チェックしてみよう) P.5-6
- 5 予防方法・講座 P.7-8
- 6 相談窓口 P.9
- 7 認知症専門医(診断が可能な市内の医療機関) P.10
- 8 様々なサービス情報 P.11-15
- 9 経過と相談・サービス例(ケアパス) P.16
- 10 オレンジカフェ・サロン情報 P.17-19

1 認知症は誰でもなる可能性があります



資料：日本医療研究開発機構認知症研究開発事業「健康長寿社会の実現を目指した大規模認知症コホート研究」(令和2年～6年度)から作成

高齢化の進行に伴い、認知症高齢者は年々増加している現状があります。また、認知症は高齢者だけでなく、働き盛り世代の方が発症することもあります。

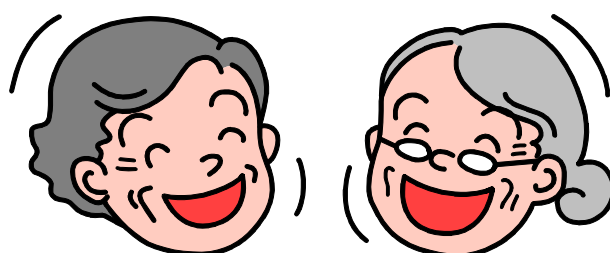
「認知症になったら何もできなくなる」と思われがちですが、認知症があっても活躍している人は増え、認知症に対する捉え方も変わりつつあります。

早期に発見し、対応することで、症状が軽くなることや、遅らせることができるようになっていきます。

このガイドブックは、症状や状態に合わせて利用できる医療・介護サービスや支援先を中心に、認知症について知っておきたい基礎知識や情報をまとめています。

認知症の人の意志が尊重され、できる限り住み慣れた場所で生活が続けることができるよう、ご活用いただければ幸いです。

秦野市認知症地域支援推進員



2 本人の気持ちや周囲の心構え

◆ 本人の気持ち

- ・ 認知症の症状に最初に気づくのは 本人 です！
- ・ 本人は「なにかおかしいな？」「自分はみんなに迷惑をかけているのでは？」と不安を感じています。
- ・ 家事など、これまでできていたことができず、気分が沈んでうつ状態になったり、意欲が低下して今まで楽しんでいたことが楽しめなくなったりと、活動が少なくなることがあります。
- ・ 失敗を隠そうとしたり、怒りっぽくなったりすることは、「認知症かもしれない」という不安を抱えた、認めたくない本人の葛藤の現れです。

◆ 周囲の人・家族の心構え

- ・ 「今までと違うな」と思ったら、お住まいの地域高齢者支援センターや相談機関、かかりつけ医に相談をしましょう。
- ・ 周囲の人や家族が受診を促しても拒否がある場合は、お住まいの地域高齢者支援センターに配置されている認知症地域支援推進員にご相談ください。「認知症初期集中支援チーム」に相談することもできます。

◆ 認知症の人への接し方

- ・ 認知症により苦手になっていることを理解したうえで、さりげなく自然に気遣う（笑顔で話す、ゆっくり話す、なじみの言葉で話す、**本人の意思や自尊心を尊重する接し方等**）。
- ・ **本人ができることは本人がする**（頼られることは誰でもうれしいこと）。
- ・ **本人の考え、希望を聞き、じっくりと話し合う。**
- ・ 驚かせたり、急かしたりして**混乱させることがないようにする。**

※ 穏やかに余裕をもって接するには、介護者の健康が重要です。

認知症の人を介護している人は、自分自身の健康にも気を付け、気持ちを吐き出せる場所や気兼ねなく相談できる場所を持ちましょう。

（☞ P.12 介護者のつどい、P.17-19 オレンジカフェ・サロン）



3 認知症とは・・・

認知症とは、脳の病気などにより認知機能（記憶、思考、理解、判断などをする機能）が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす状態をいいます。

◆ 原因となる主な病気

アルツハイマー型認知症

ゆっくりと進行し、判断能力や記憶力が徐々に低下していく。時間、場所、人などの理解が難しくなる。

軽度記憶障害（MCI）の人の半分以上がアルツハイマー型認知症になるといわれている。

不安やうつ症状が出やすい。

脳血管性認知症

少しずつ気づかないうちに脳の細かい血管が詰まって生じるものと、脳梗塞などの後遺症で生じるものがある。

障害された脳の箇所によって、感情の起伏や、意欲・注意力に影響がある。

レビー小体型認知症

ゆっくりと脳の細胞が障害されることで生じる。初期は記憶障害が目立たない。主な症状は幻視（存在していないものや、本来の姿とは違うものが見えること）である。

小刻み歩行などのパーキンソン症状に加え、便秘や立ちくらみ、起立性低血圧などの自律神経症状が生じることがある。

前頭側頭型認知症

ゆっくりと脳の細胞が障害されることで生じる。初期は記憶障害が目立たない。

脳の前頭前野という領域が障害されるため、我慢することやルールを守ること、思いやることなどの「社会性」を失う症状が出る。社会的常識に適應しない行動がみられる。

- ★ このほかに頭部外傷や脳腫瘍、アルコールの影響、甲状腺の病気や感染症などで認知症の症状が現れることもあります。
- ★ 治療が可能な病気により認知症の症状が出ている可能性もありますので、早めの受診をしましょう。

◆ 認知症の症状

脳細胞の障害により起こる症状（中核症状）

治りにくい

- 記憶障害 覚えられない、覚えていたことを忘れる
- 見当識障害 時間や場所、人物がわからなくなる
- 理解・判断の障害 複雑なことや目に見えないことが理解できなくなる
- 実行機能障害 料理などの段取りのある行動ができなくなる



脳細胞の障害に加えて、性格や素質・環境・心理状態の変化などにより起こる症状（行動心理症状）

例えば…不安・焦燥・うつ状態・幻覚・妄想・
興奮・暴力・不潔行為など

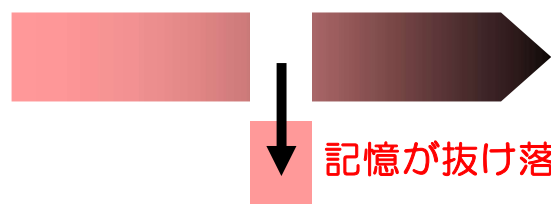
治る可能性
がある

◆ 加齢によるもの忘れと認知症の違い

加齢によるもの忘れ	認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	記憶したこと全体を忘れている
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ、紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたことじたいを忘れている
約束をすっかり忘れてしまった	約束したことじたいを忘れている
物覚えがわるくなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある



部分的に忘れる



記憶が抜け落ちる

地域ケア政策ネットワーク
キャラバン・メイト養成テキストより改編

4 早く気付くことが大事

「認知症は治らないから医療機関に行っても仕方ない」と考えていませんか。他の病気と同じように、早期診断・早期対応が大切です。

早期に気づくメリット

- ☆ 治る病気や一時的な症状の場合があります。
- ☆ 進行を遅らせることが可能な場合があります。
- ☆ 今後の生活の準備をすることができます。

◆ チェックしてみましょう

ご本人の場合

定期的に実施して、状態を比べてみるとよいでしょう

ご家族・身近な人の場合

認知症による変化は、本人より周りが気付く場合もあります

- ☐ 最近の出来事が思い出せないことがある
- ☐ 同じことを短時間のうちに何度も言ったり、聞いたりする
- ☐ 置き忘れやしまい忘れて、いつも探し物をしている
- ☐ 慣れているところで、道に迷ったことがある
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組が楽しめなくなった
- ☐ 料理の味が変わった 準備に時間がかかるようになった
- ☐ 外出するのが面倒になった
- ☐ 小銭での計算が面倒、お札で払うようになった
- ☐ いらいらして怒りっぽくなった
- ☐ 最近性格が変わったように感じる（周囲の人から言われる）
- ☐ 洗濯機やテレビなど、電化製品の簡単な操作に戸惑う
- ☐ 薬の飲み忘れや、飲んだかどうかわからなくなることがある
- ☐ 身だしなみを構わなくなった
- ☐ 歩幅が狭くなり歩きにくくなった（転びやすくなった）

秦野市認知症総合支援事業 研究会作成（H29）

ひとつでも思いあたる場合は

P 9-10 の相談機関・医療機関リストを活用して、
早めに相談・受診しましょう。

運転に出る認知機能の低下 チェックリスト

- ☐ 車のキーや免許証などを探し回ることが増えた
- ☐ 曲がる際にウィンカーを出し忘れることが増えた
- ☐ 何度も行っている場所への道順がすぐに思い出せないことが増えた
- ☐ 車庫入力で壁やフェンスに車体をこすることが増えた
- ☐ 駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を止めることが難しくなった
- ☐ 急発進や急ブレーキ、急ハンドルなど、運転が荒くなった（と言われる）
- ☐ 車の汚れが気にならず、あまり洗車をしなくなった
- ☐ 洗車道具などをきれいに整理しなくなった
- ☐ 好きだったドライブに行く回数が減った
- ☐ 同乗者と会話しながらの運転がしづらくなった

※「認知症の新基礎知識」鳥取大学医学部・浦上克哉教授著(JAF メディアワークス)より引用

三つ以上の項目にチェックが入る人は要注意です。受診の検討を！



近年、高齢者による交通事故が急増しています。人は、年齢とともに、運動神経、反射神経や判断能力が衰えます。さらに認知症などの病気を発症すると、記憶障害などが合わさり危険が増加します。自分や他人の命を守るためにも、運転をやめるという決断をすることも大切です。

5 予防方法・講座

◆ 認知症予防 ～生活習慣の改善が効果的！～

認知症の予防のためには「何かをする」ではなく、どう刺激ある日常を送るかが重要です。脳の活性化のため、下記のポイントで楽しく行いましょう。

いきいき過ごす4つのポイント

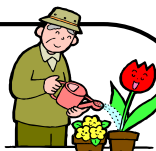
運動



無理せず毎日
続けましょう！

- ① 筋力トレーニングで筋肉を鍛えましょう。(特に足・腹筋)
- ② 有酸素運動で血流アップ！
副交感神経の働きを高めて腸の動きを活発にしましょう！
- ③ ストレッチで体の柔軟性を保ちましょう！(腹式呼吸意識)

生活



認知症のリスクから
遠ざかる！

- ① 趣味やサークル、ボランティアなど積極的に参加して、人とのつながりを持ちましょう。
- ② 睡眠は脳にとって大切な時間です。睡眠リズムが乱れないように注意しましょう。

栄養



かしこく食べて
イキイキ元気！

- ① 一日三食、規則正しく食べましょう。
- ② 良質のたんぱく質を十分に食べましょう。
- ③ 水分をこまめに補給しましょう。
- ④ 食物油や乳製品、豆類、イモ類、海藻、野菜、果物は便秘予防に役立ちます。

口腔



毎日の丁寧な口腔清掃が
大事！！

虫歯・歯周病・口臭の予防には口腔内を清潔にしておくことが大事です。夜間は唾液が少なく口腔内の細菌が増えていきます。特に寝る前の歯磨きは時間をかけて丁寧に行いましょう。

◆ 予防のための講座

※講座詳細は介護予防カレンダーをご覧ください。

名 称	内 容	連絡先
教えて先生！ 認知症予防	認知症の診断、薬の効果や予防方法について、認知症専門病院の医師やデイケアスタッフから学びます。希望者には、脳の健康チェックもできます。	高齢介護課 高齢者支援担当 82-7394
脳の健康教室 (くもん式)	簡単な「読み書き」「計算」を行うことで脳を活性化し、認知症を予防する講座です。 (週1回5か月間。前期6月～、後期10月～)	

◆ 学ぶための講座「認知症サポーター養成講座」

地域や職域、学校などで認知症の基礎知識について、またサポーターとしてできることなどを学ぶ講座です。参加人数5名以上で出前での講座も行っています。



認知症サポーターとは・・・

認知症に関する正しい知識と理解をもち、地域や職域で認知症の人や家族に対して、できる範囲で手助けをする人のことです。

受講者には、認知症サポーターの証である「サポーターカード」をお渡しします。

連絡先 高齢介護課高齢者支援担当 82-7394 または、お住まいの地域包括支援センター

受講した企業、介護・医療関係等の一覧

認知症になっても安心して暮らすことができる、支えあいの地域づくりに、たくさんの企業等が協力しています。



民間企業(平成28年度～令和5年度)



藍澤証券（秦野支店）、梶原乳販事務所、神奈川銀行（下大槻支店）
キタムラガス株式会社、共和証券、JA はだの、渋沢駅前商店街
中栄信用金庫、上下水道お客様センター、新進建設
トヨタカローラ（神奈川秦野店）、秦野ライオンズクラブ、静岡中央銀行
秦野あずまライオンズクラブ、秦野丹沢ライオンズクラブ
マックスバリュ（東田原店）、みずほ銀行（秦野支店）、秦野郵便局
明治安田生命保険会社、横浜銀行（秦野支店、渋沢支店、東海大学前支店）
富士見斎場、美容室ラスール、エムズ美容室、ハマ美容室、えびや食堂
マツモトキヨシ（渋沢駅前店）、わたみの宅食、オニキス秦野センター店
とくし丸、ねこの手介護タクシー、小田急電鉄株式会社、神奈中バス
神奈中ハイヤー株式会社、秦野交通、愛鶴タクシー、相模交通
秦野ガス株式会社、コスモス成年後見サポートセンター小田原西地区

介護・医療関係(令和元年度～令和5年度)

秦野厚生病院、鶴巻温泉病院、あめみや歯科医院、田中歯科医院
STサービス、介護ショップあかつき、ニチイケアセンターほりにし
ツクイ秦野、チャーリーケア、ハッピータウンデイサービスセンター
コラムホーム、ニチイケアセンターまほろば、ポンセジュール秦野渋沢
カルチャーリゾート秦野、寿湘ヶ丘老人ホーム、グループホーム花物語
湘南老人ホーム、伊勢原医師会、はだの松寿苑、田原の里
特別養護老人ホーム湖、デイサービス五幸、介護老人保健施設みかん
ふるさとホーム、通所介護ぷらっと、メディケアセンター秦野
堀川デイサービスセンター、デイサービスフォルティシモはだの
HOPE訪問介護事業所、鶴巻訪問看護ステーションしづさわ
訪問介護みちびき、プライムガーデン秦野、ココファン東海大学前
横田リハビリセンター

6 相談窓口

(1) お住まいの地域高齢者支援センター

高齢者の介護・健康・福祉・生活等の総合的な相談窓口です。市内に 7 か所あります。様々なサービスや困っていることへの対応方法、介護保険の申請などの相談ができます。

名称	住所	電話
本町地域高齢者支援センター	秦野市本町3-9-43	75-8907
南地域高齢者支援センター	秦野市平沢1750-1 Mutumi, ケアセンター1F	84-2250
東・北地域高齢者支援センター	秦野市曾屋11 (秦野伊勢原医師会内)	81-0990
大根地域高齢者支援センター	秦野市下大槻173 (高齢者地域交流センター ぷらっと)	76-5208
西地域高齢者支援センター	秦野市並木町 5-5	73-5751
渋沢地域高齢者支援センター	秦野市渋沢1124-5 常磐ハイツ101	79-6532
鶴巻地域高齢者支援センター	秦野市鶴巻北2-2-25 メブレスビル3F	79-9040

(2) 行政機関

名称	内容	連絡先
もの忘れ(認知症)相談	もの忘れや認知症について、専門医による相談	平塚保健福祉事務所秦野センター 82-1428 (月1回程度)
介護者ほっとライン	看護職による電話相談	高齢介護課 82-5617 火 10時～15時

(3) 家族の会・認知症疾患医療センター・若年性認知症の相談窓口

名称	内容	連絡先
かながわ認知症コールセンター (認知症の人と家族の会 神奈川県支部)	認知症の人を介護した経験を持つ方や本人の会です。認知症全般の電話相談に対応します。	月・水 10時～20時、 土 10時～16時 045-755-7031
認知症疾患医療センター (神奈川県が県内医療機関へ委託)	専門医療相談窓口を設け、患者、家族、医師、保健医療、福祉関係者を対象に、専門スタッフが電話や面接による相談を行います。	東海大学医学部付属病院 総合相談室 93-1121 (代表) 月～金 9時～15時 第1・3・5土 9時～12時 (祝日、11月1日、年末年始除く) 秦野厚生病院 医療総合相談室 77-1108 (代表) 月～金 8時半～16時半 (祝日、年末年始除く)
若年性認知症コールセンター 認知症介護研究・研修大府センター (厚生労働省がセンターに委託)	若年性認知症に関する相談に対応します。ホームページからメールでの相談もできます。	月～土 10時～15時 ただし水曜日は、10時～19時 0800-100-2707 (祝日、年末年始除く)
若年性認知症支援コーディネーター (神奈川県が県内医療機関へ委託)	患者、家族からの相談を受け付け、支援ネットワークの調整を行います。	曽我病院 福祉医療相談室 月～金 9時～17時 0465-42-1630 (祝日、年末年始除く)

7 認知症専門医(診断が可能な市内医療機関)

医療機関名	住所・電話	認知症診療に関する特徴
八木病院	本町1-3-1 81-1666	診療 (予約不要、混雑あり) 週2回(毎月曜日、金曜日又は土曜日) 外来対応可(灰田医師) 診察日は診察予定表又は電話で確認 初診時、必要に応じ血液検査、頭部MRI、心理検査、頸部超音波、動脈硬化検査(ABI)が可能 (頭部MRI、CTは予約なしで実施、当日の画像診断可能)
さいとうクリニック	大秦町1-8 トミービル3F 84-5222	診察 もの忘れ外来として診察可 心理検査、必要な場合、頭部CT撮影 自費診療 軽度認知症の血液検査実施(MCIスクリーニング)
秦野駅南口診療所	尾尻940-5 ハイブリッジⅡ2F 84-3737	もの忘れ外来 (初診要予約) 血液検査、頸動脈硬化検査、心理検査
駅前神経内科	尾尻931-7 けやきビル4F 85-0900	認知症予防が第一 生活習慣の改善、これからの人生設計家族ともども共有から始まります。 認知症は鑑別が第二 治るものと進行性があります。お任せください。 認知症は受容と進行を遅らせることが第三 ちょっとした気遣いと最新の知識は、残りの人生を実りあるものにしてくれます。
秦野赤十字病院	立野台1-1 81-3721	かかりつけ医からの紹介状が必要。診断及び治療方針を決定し、かかりつけ医と共に適切に経過をみていきます。
南が丘クリニック	南が丘1-9 82-7606	もの忘れ外来 初診時、長谷川式テスト、血液検査、頭部MRI検査を実施 自費診療 軽度記憶障害の場合、β-アミロイド定量検査可能
山口内科循環器科	今泉360-1 6街区2画地 83-3183	抗認知症薬のみならず、周辺症状に対する漢方薬やせん妄に対する向精神薬なども含めて幅広く対応します。
秦野病院	三屋131 75-0032	もの忘れ外来 (初診要予約) 初診時に検査予約(血液検査、頭部CT検査、心理検査) 全ての検査終了後、郵送にて診断名と治療必要度を記載した報告書を指定先へ郵送 受診相談・入院相談 地域連携課で対応
はたの渋沢クリニック	松原町2-8 杉本ビル1F 89-3181	診察可能 (要予約) 秦野病院と連携し、対応しています。
くまざわ脳神経・内科クリニック	柳町1-9-22 大新ビル1F 73-6104	神経心理検査、神経学的診察、血液検査、頭部MRI検査、脳血流検査(他院にて施行)などを用いた認知症疾患の診断・治療を行っています。初診の際は電話での受診予約をお願いします。
丸山クリニック	鶴巻北2-2-25 メブレスビル2F 77-8788	医療の継続、介護サービス利用等認知症に関する一般的な対応を行っています
秦野厚生病院	南矢名2-12-1 77-1108	もの忘れ外来 (第2、第4土曜日) 血液検査、頭部CT検査、心理検査、専門医診察 一週間程度で報告書を郵送 入院相談 医療相談室まで
丹沢病院	堀山下557 88-2455	もの忘れ外来 (初診要予約) 血液検査、頭部CT検査、心理検査(医療保険適応)を実施 自費診療・もの忘れ家族相談 認知症デイケア(認知機能トレーニングプログラム) 医療保険、自立支援医療適応 認知症予防のプログラムを行います
みくるべ病院	三廻部948 88-0266	受診相談・入院相談 地域連携室で対応 頭部CT検査、心理検査を実施 必要に応じ薬物療法や入院相談、施設入所への支援

令和6年6月末日時点

8 様々なサービス情報

その他の制度・サービスにつきましては、「高齢者ガイドブック」や「はつらつ介護保険ガイドブック」もあわせてご覧ください。

◆ 自宅での生活をサポートする制度

名 称	内 容	連絡先
ひとり暮らし高齢者等の登録	65 歳以上でひとり暮らしの方や 65 歳以上の方だけの世帯の方が市に登録することで、民生委員や地域高齢者支援センターの職員等が必要に応じ訪問します。	高齢介護課 高齢者支援担当 82-7394
給食サービス	日常の食生活に支障をきたしているひとり暮らし高齢者や高齢者世帯に、弁当の配達を行い、食生活の自立を図るとともに安否確認を行います。	
緊急通報システム貸与	自宅内での病気や事故時に緊急な対応が必要な方に緊急通報装置等を貸与します。 ※緊急通報サービス、位置情報サービス等の民間事業者は、P.13 を参照ください。	
迷い高齢者等 SOS ネットワーク	認知症の高齢者等が行方不明になった場合、一刻も早く発見できるよう、万一来て備えて迷う恐れのある方を事前に登録し、検索するシステムです。	
見守りキーホルダー	交付されたキーホルダーを身につけておくと、緊急搬送や道に迷って保護された場合に、速やかにご家族等と連絡を取ることができます。	お住まいの地域高齢者支援センター (P.9)

◆ 生活の支援を受ける

名 称	内 容	連絡先
介護保険サービス	サービスの利用には要介護等認定を受ける必要があります。また、できるだけ自立した生活が送れるよう、状況に応じて保健・医療・福祉のサービスを総合的に受けることができます。	高齢介護課 介護保険担当 82-5714

◆ 地域の通いの場

名 称	内 容	連絡先
いきがい型デイサービス	レクリエーションや軽い体操、健康講話、食事などの活動を通して、1日を楽しく過ごします。	お住まいの地域高齢者支援センター（P.9）
老人クラブ （ゆめクラブ）	レクリエーションやスポーツを楽しむ中で、仲間づくりをし、孤立することなく、地域で支え合っています。	ゆめクラブはだの （秦野市老人クラブ連合会） 84-2171
ミニデイサービス	レクリエーションや軽い体操、健康講話、食事などの活動を通して、1日を楽しく過ごします。	高齢介護課 高齢者支援担当 82-7394
オレンジカフェ・サロン	認知症の人や家族が参加できるサロンです。詳細はP.17-19をご覧ください。	

◆ 本人支援

名 称	内 容	連絡先
ここから話そうの会 （本人ミーティング）	本人同士が、自らの体験や思い、希望や必要としていることなどを語り合う場です。	高齢介護課 高齢者支援担当 82-7394
オレンジカフェ・サロン	認知症の人や家族が参加できるサロンです。詳細はP.17-19をご覧ください。	

◆ 介護者支援

名 称	内 容	連絡先
紙おむつ給付	要介護1以上のおむつが必要な在宅高齢者の介護をしている人に紙おむつを給付します。	高齢介護課 高齢者支援担当 82-7394
介護者のつどい	介護者同士が情報交換できる交流の場です。ひまわりの会（認知症家族の会）	
オレンジカフェ・サロン	認知症の人や家族が参加できるサロンです。詳細はP.17-19をご覧ください。	

◆ 権利・財産を守る

名 称	内 容	連絡先
日常生活自立支援事業 （あんしんセンター）	判断能力が不十分な方の日常的金銭管理、福祉サービスの利用援助、大切な書類の保管などを行います。	秦野市社会福祉協議会 はだの地域福祉総合相談センター 『きゃっち。』 83-2751
成年後見利用支援事業	成年後見制度に関する相談や手続きの支援、情報提供を行います。	

◆ 民間サービス(緊急通報・位置情報等サービス情報)

付属品の内容や料金の設定、緊急出動時の別途料金等、それぞれに特色がありますので、詳しいことは事前に複数の業者から情報を確認し、利用の目的等を相談のうえ、ご利用ください。

事業所名（法人名略）	内 容
特別警備保障 営業課 平塚市四之宮 2-14-52 TEL 0463-22-8310 FAX 0463-22-8311	【緊急通報サービス】 無線式ペンダントタイプの緊急ボタン、緊急時に押すと、24 時間いつでも警備員が伺って対応する。 本体買い取りの料金設定あり ① 受付時間 8:30～17:30 ② 定休日 無し ③ 利用時間 24 時間対応 ④ 料 金 初回必要 0 円 月額費用（機器レンタル料込み） 3,300 円（税抜き） 誤報時費用 0 円 ⑤ 区 域 市内全域
総合警備保障 相模支社 相模原市南区相模大野 3-13-15 第 3 タカビル （秦野市内に待機所有り） TEL 0120-39-2413	【緊急通報特化サービス】 （みまもりサポート） 非常・救急通報時に、24 時間ガードマンが対応。 さらに、健康・介護に関する相談機能や、かかりつけの病院、既往病などの情報をお預かりし、救急隊への引継ぎをスムーズに行います。 ① 受付時間 24 時間受付 ② 定休日 無し ③ 利用時間 24 時間対応 ④ 料 金 月額費用：2,580 円（税抜）～ (ア) 初期費用：12,150 円（税抜） (イ)（初期費用不要のプランもあります。） ⑤ 提供地域 日本全国対応可能
ドコモショップイオン秦野店 秦野入船町 12-1 イオン秦野店 専門店街 1 階 TEL 0120-547-360 TEL 0463-20-8130 ドコモショップ秦野渋沢店 秦野市若松町 4-6 TEL 0120-838-360 TEL 0463-59-9551	【イマドコサーチ】 大切な人を遠くからでも見守れる機能 GPS 機能を利用して、ご家族の居場所を確認することが出来ます。 月額使用料：200 円（税抜） 検索料：5 円／回
ソフトバンクモバイル 秦野店 秦野市栄町 1-13 TEL 0463-83-1120	【位置ナビ】 ご家族の居場所を地図で確認できるサービス 道に迷いそうな高齢者にもご活用できます。 情報料月額：200 円（税抜き） 検索利用料：5 円 ※みまもりマップ グループに登録されたメンバーがどこにいるかをグループメンバーで共有できます。 また、グループメンバーがエリアから出発、エリアに到着した場合にグループメンバーに通知できます。 災害時などに周辺のユーザに位置情報を共有して助けを呼ぶことができます。 検索利用料：通信料

事業所名（法人名略）	内 容
セコム株式会社 秦野営業所 秦野市尾尻 931-7 TEL 0463-81-8666	【セコムみまもりホン2】 緊急通報・現場急行サービス。ご自宅はもちろん、外出先で急に具合が悪くなってしまったときに「みまもりホン2」の救急ブザー用ストラップを引っ張るだけで、必要に応じて、119番通報やご家族へ連絡、セコムが最寄りの拠点から迅速に駆けつけます。通話もできる携帯電話です。 【セコム・ホームセキュリティ（親の見守りプラン）】 体調不良での緊急通報や、防犯・火災センサーによる異常検知の際は、セコムがすぐに駆けつけます。離れて暮らすご家族をセコムと一緒に見守れます。24時間看護師がお答えする電話健康相談サービスもご利用いただけます。24時間365日、もしもの時はセコムが駆けつけます。
パルシステム神奈川 http://www.pal-system.co.jp/service/mimamori/	【見守り安心サービス】 ① 安心メールサービス 毎週のお届け時に、基本情報（在宅・不在など）を、ご指定の連絡受取者へメールでお知らせ ② 緊急通報サービス お届け時に見守り対象者の緊急、異変を察知した際に通報を行います。
郵便局 お客様サービス相談センター 固定電話からフリーコール TEL 0120-23-28-86 携帯電話から（有料） TEL 0570-046-666 受付時間 平日 9:00～19:00 土/日/休日 9:00～17:00	【みまもりサービス】 ① みまもり訪問サービス 毎月訪問し、ご家族にご様子を報告します。 月額 2,500 円（税込） ② みまもりでんわサービス 毎日のお電話（自動音声）で体調を確認します。 固定電話 月額 1,070 円（税込） 携帯電話 月額 1,280 円（税込） ③ 駆けつけサービス（オプション） もしものときに、警備会社が駆けつけます。 月額 880 円～（税込）
ヤマト運輸 ネコサポサービスセンター 0120-545-425 受付時間：9:00～18:00 お申込み方法 お申込み専用サイト  ヤマト運輸の直営店またはセールスドライバーにお申し付けください。	【あんしんハローライトプラン】 見守られる側、見守る側どちらの安心にも繋がる見守りサービス ① ご自宅の電球と交換するだけ LED 電球と通信機能が一体になったハローライトが点灯/消灯を 24 時間計測し見守ります。 ② メールでお知らせ 電球に点灯/消灯の動きが無い場合、事前に設定した通知先へメールでお知らせします。 ③ 訪問確認 異常時にも通知先のご依頼に応じてスタッフが設置先を訪問します。 月額使用料：980 円（税込 1,078 円）

◆ もっと知りたい方に

もしも 気になるようでしたら お読みください

生活の中でなんとなく違和感を覚えている方や家族に向けた、ヒントとなる情報をまとめた絵本のような冊子です。

高齢介護課の窓口でも配布しています。

このQRコードからダウンロードできます⇒



本人にとってのよりよい暮らし ガイド

「認知症の本人が元気によりよく暮らせるように」という願いから、一足先に認知症の診断を受け日々を暮らしている方々が作ったガイドです。

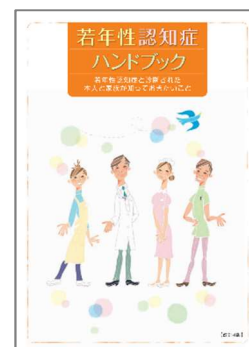
このQRコードからダウンロードできます⇒



若年性認知症ハンドブック

若年性認知症と診断された本人と家族が知っておきたいことをまとめたハンドブックです。

このQRコードからダウンロードできます⇒



あたまとからだを元気にする MCI ハンドブック

軽度認知障害（MCI）の当事者の方々、ご家族など親しい方々に、MCIに対する正しい情報をまとめたハンドブックです。

このQRコードからダウンロードできます⇒



6 経過と相談・サービス例(ケアパス)

			軽度認知障害（MCI）	軽度認知症	中度認知症	重度認知症
症状	日常生活でみられる例	記憶	●もの忘れが多くなる（自覚している）	●直前のことを忘れる	●数を覚えることができない	●古い記憶がなくなる
		コミュニケーション	●複雑な会話の理解が難しくなる	●時間（日付や曜日）がわからなくなる	●場所がわからなくなる	●家族がわからなくなる
					●言葉が出にくい	●言葉が理解できない
		心理行動	●意欲の低下で趣味をやめる	●不安、意欲の低下 ●怒りっぽい、イライラ ●ものとられ妄想(大事なものを誰かがとったと疑う)	●嫉妬妄想（根拠なく配偶者の浮気を疑う） ●鏡に話しかける ●徘徊、暴力	●便の処理ができない
	生活動作		●買い物で必要なものが買えなくなる ●料理の品数が減る ●服薬ができなくなる ●1人で公共交通機関を使って新しい所へ行けない	●服が着られない ●料理ができなくなる	●室内の場所がわからなくなる ●食事、排せつ生活全般にケアが必要	
相談	何か変だな？ どうしたらいいのか？と 感じた時の 相談機関	P.9 地域高齢者支援センター（7か所）				
		認知症初期集中支援チーム				
		P.9 もの忘れ相談（平塚保健福祉事務所秦野センター）、認知症疾患医療センター（東海大学病院、秦野厚生病院 等）				
		ケアマネジャー				
		P.9 電話相談（介護者ほっとライン、かながわ認知症コールセンター、若年性認知症コールセンター）				
医療	かかりつけ医をもつ	特定健康診査、市民健康診査・後期高齢者健康診査（受診先：市内医療機関、担当：健康づくり課）				
	認知症の診断 治療相談	P.9-10 かかりつけ医、認知症相談医・専門医、物忘れ外来、認知症疾患医療センター（東海大学病院、秦野厚生病院 等）				
生活	楽しく過ごす ために	P.12 趣味活動、サロン、老人クラブ（ゆめクラブ）、ミニデ イサービス、いきがい型デイサービス(※)、オレンジカフェ				
		P.11 介護保険サービス（通所介護・通所リハビリなど）、デイケア（医療機関）				
	自宅での生活 の不安を軽減 する (地域見守り)	P.11 ひとり暮らし高齢者等登録（民生委員、高齢者支援センター訪問等）、給食サービス(※)、緊急通報システム貸与(※)				
		P.11 見守りキーホルダー				
		P.11 迷い高齢者等SOSネットワーク				
	生活の支援を 受ける	P.11 介護保険サービス（訪問介護など）				
	権利・財産を 守る	あんしんセンター（※）	成年後見利用支援			
	自宅以外の すまい	有料老人ホーム（特定施設、サービス付き高齢者住宅、ケアハウス等）				
		グループホーム、介護老人保健施設、特別養護老人ホーム				
	介護者	仲間と話す	P.12 本人ミーティング、介護者のつどい、オレンジカフェ、ひまわりの会（認知症家族の会）			
介護用品		P.12 紙おむつ給付（※）				

(※) のサービスについては、利用できる対象者に基準があります。サービスの概要は、P.11-12 をご覧ください。

はだの オレンジカフェ・サロン



オレンジカフェとは

認知症について気軽に話することができる集まりです。

症状のあるご本人だけでなく、ご家族や地域住民など、誰でも気軽に参加できます。

交流を深めたり、相談や楽しい企画などカフェごとに特色があります。

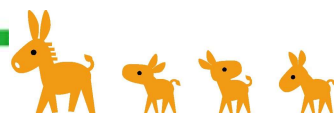
写真：はっちゃんサロン

「何かおかしい」「出かけることが不安」と感じる方へ

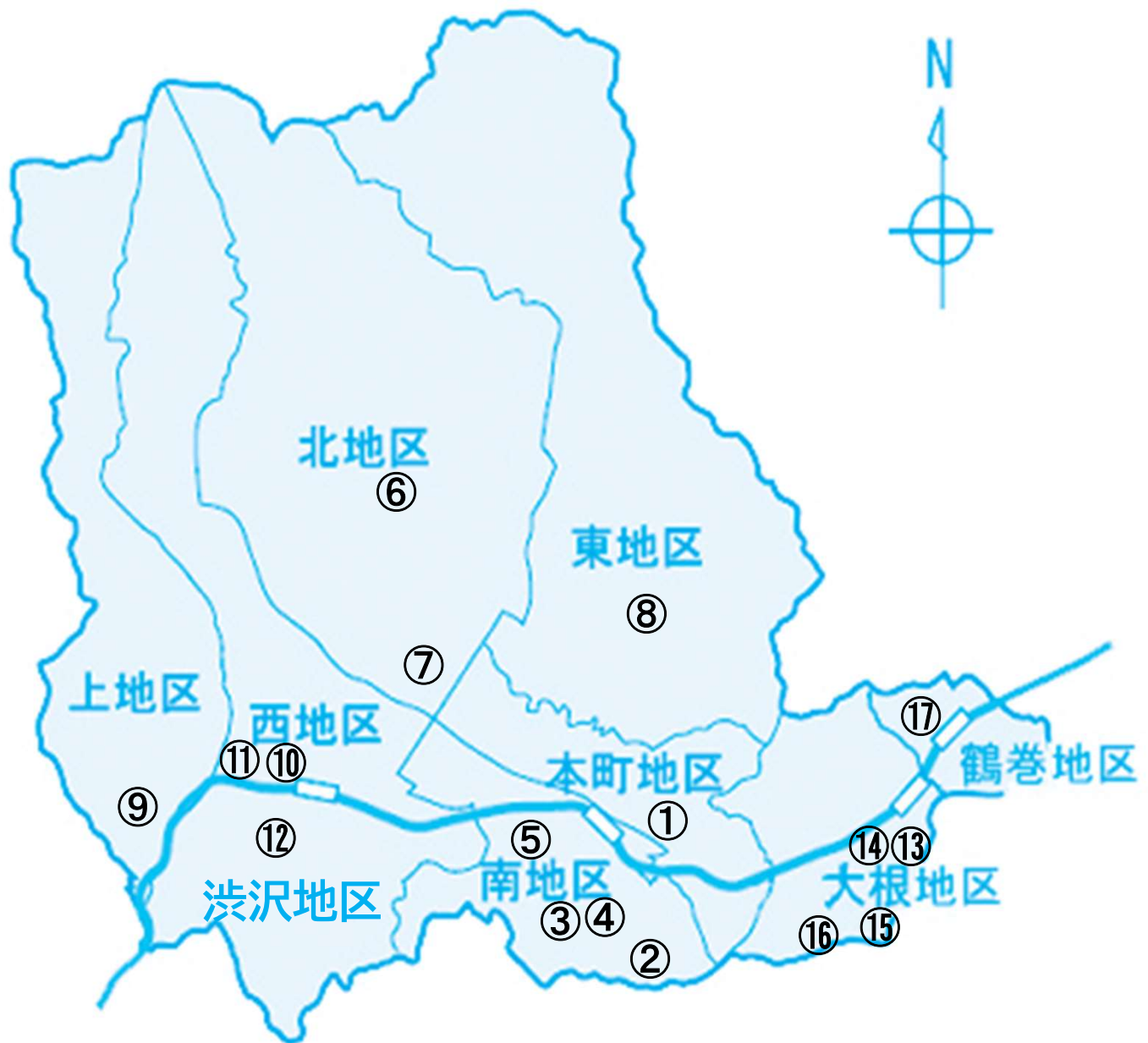
ずっと家の中にいると気が滅入ってしまったり、日々の楽しみや、人との付き合い等の刺激も少なくなってしまうます。

家以外に、ホッとできる、ご自分の好みに合う居場所を増やしていきましょう。

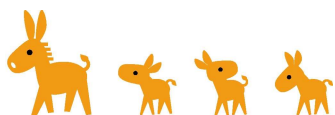
オレンジカフェには、認知症を正しく理解した「認知症サポーター」や専門職がいます。まずは見学する気持ちで、気軽に参加してはいかがでしょうか。



はだの オレンジカフェ・サロン



※「オレンジカフェ」は秦野市の認知症カフェです
各地域には、さまざまなカフェ・サロンがあります。
詳細については、次ページ以降をご覧ください。



詳細は各カフェ・サロンまで直接お問い合わせください。



	名 称	開催場所	開催日時	問合せ先	備 考
本 町 地 区					
①	オレンジカフェ 微笑みサロン 健康相談・認知症予防クイズなどにぎやかにを行っています	ほうらい会館 (曾屋5798-3)	第2木曜日 9時～16時	微笑サロン運営会 (ナカムラ) 83-1466	*無料 他の地域の方の参加もお待ちしております ボランティア募集
南 地 区					
②	オレンジカフェ 丘の茶歌ちゃか お茶とお話と歌の会です	南が丘公民館 (南が丘4-2)	第4水曜日 10時～11時半	丘の茶歌ちゃか (代表ヤママ) 83-0161	*無料
③	デイカフェ花園 お店としてだけでなく、自由に來れる居場所としても	花園 (緑町17-42)	毎日12時～16時 毎月第1火曜日は カラオケサロン開催	花園 81-2013	送迎応相談 *昼食・カラオケ代 1000円
④	ひまわりの会 (認知症家族の会) 家族の思い気持ちを分かち合う場所です	保健福祉センター (緑町16-3) 第2会議室	第4木曜日 13時半～15時半	高齢介護課 82-5617	初めての方は お申し込みのうえ、 ご参加ください
⑤	清水町悠々会 ラジオ体操と自由におしゃべりタイム	清水町5-2 (広場)	毎週日曜日	事務連絡先 (会長ハセガワ) 81-4163	清水町にお住まいの65歳以上の方 (65歳未満の方は ご相談ください) *年会費1200円
東 ・ 北 地 区					
⑥	はっちゃん サロン 見たり体験したり 楽しいこといっぱい	横野658	毎週水曜日 10時～11時半 第5水曜日・年末 年始休み	はっちゃんサロン (イシオカ) 87-1006	*無料
⑦	健康チェック・ 健康体操 インストラクターのもとで体操・運動ができます	戸川児童館 (戸川684)	第2木曜日 10時～11時	東・北地域高齢者 支援センター 81-0990	*無料 当日参加可能
⑧	日曜日食堂 地域の人たちで集まって、おしゃべりを楽しみながらカレーを食べませんか	みきフレンド あふり (西田原512)	日曜日不定期 12時～14時 *要問合せ	みきフレンド あふり 81-8260	*カレーセット (カレー/コーヒー/サラダ) 500円 当日参加可能



	名 称	開催場所	開催日時	問合せ先	備 考
西・渋沢地区					
⑨	オレンジカフェ 湯の沢サロン 楽しい企画たくさん！気兼ねせず自由な雰囲気です	湯の沢自治会館 (菖蒲58-36)	金曜日不定期 *要問合せ	西地域高齢者 支援センター 73-5751	湯の沢団地の方 *100円/月
⑩	オレンジカフェ ぴーつー 認知症の方、家族の方、認知症が気になる方、どなたでも参加できます	駅前ケアクラブ (柳町1-4-17)	6・9・12・3月の 第1日曜日 13時～15時	認知症の人と家族 の会 世話人代表 (アベ) 090-4719-7040 つながらない時 (ヒジカタ) 090-2166-4924	*100円
⑪	ハピネス渋沢 ケアセンター 時間内ならふらりと立ち寄り、おしゃべり、カラオケ、介護相談も	ハピネス渋沢 ケアセンター (柳町2-5-31 伊藤ビル1階)	第3日曜日 10時～16時 *要問合せ	ハピネス渋沢 ケアセンター 73-7772	*無料
⑫	ボンセジュール 秦野渋沢 ゆっくりしに、気軽にお越しください。 介護相談もできます。	ボンセジュール 秦野渋沢 (渋沢1-6-60)	10月6日(日) 11時～ *その他の日時は 要問合せ	高齢介護課 82-5617	*無料 飲み物あり 同日セミナーもあり
大根・鶴巻地区					
⑬	いっぷく亭 みかんの木 ゆっくりコーヒーを飲んでおしゃべりしましょう	いっぷく亭 みかんの木 (南矢名5-1-16)	水曜日・金曜日 11時～15時半	みかんの木 (代表タカノ) 79-2622	*コーヒー代 200円
⑭	オレンジカフェ ほっと♡カフェ 住宅街のふつう民家でお茶のみ	通所介護サービス ほっと (南矢名968-10)	年間6回程度 *要問合せ	通所介護サービス ほっと 77-8070	*無料
⑮	オレンジカフェ 下大槻団地自治会 ふれあいサロン 明るく元気なスタッフが お待ちしております	下大槻団地集会場 (下大槻410)	第3火曜日 10時～14時	自治会事務所 (会長ハシモト) 77-3541	下大槻団地 自治会の会員 *300円
⑯	オレンジカフェ ぴーつー 認知症の方、家族の方、認知症が気になる方、どなたでも参加できます	高齢者地域交流 センターぷらっと (下大槻173)	5・8・11・2月の 第1土曜日 13時～15時	認知症の人と家族 の会 世話人代表 (アベ) 090-4719-7040 つながらない時 (ヒジカタ) 090-2166-4924	*各所100円
⑰		ライフプラザ鶴巻 (鶴巻北3-1-3)	4・7・10月の 第1日曜日 13時～15時 *1月は要問合せ		

秦野市の地域高齢者支援センター

名 称	担当地区名及び大字、居住地番	
本町地域高齢者支援センター 秦野市本町3-9-43 ☎ 75-8907 FAX 85-5757 E-mail zaisi@sankikai.or.jp	本町	本町1～3丁目・河原町・元町・末広町・入船町・曾屋1、2丁目・寿町・栄町・文京町・幸町・桜町1、2丁目・水神町・ひばりヶ丘・富士見町・曾屋・上大槻
	東	下落合・東田原(51、200、261-13～17、261-19～26、269-10～12、294、296～314、317～320、327～368)
	南	室町(2-6～17、3-2～13、3-29～30)
	北	羽根(7、8)
南地域高齢者支援センター 秦野市平沢1750-1 Mutumi.ケアセンター1F ☎ 84-2250 FAX 84-2251 E-mail minamihoukatu@utopia.ocn.ne.jp	南	新町・鈴張町・緑町・清水町・上今川町・今川町・今泉・大秦町・尾尻・西大竹・南が丘1～5丁目・立野台1～3丁目・今泉台1～3丁目・室町(本町担当の地域を除く)・平沢(65～275、382～391-2、394-1～395-1、433～483、498-2以降)
東・北地域高齢者支援センター 秦野市曾屋11(秦野伊勢原医師会内) ☎ 81-0990 FAX 82-7877 E-mail hokatsu@hadanoisehara-med.or.jp	東	落合・寺山・小蓑毛・蓑毛・西田原・名古屋・東田原(本町担当の地域を除く)
	北	羽根(本町担当の地域を除く)・菩提・横野・戸川・三屋
大根地域高齢者支援センター 秦野市下大槻173 (高齢者地域交流センター ぶらっと内) ☎ 76-5208 FAX 76-5209 E-mail syonan-houkatsu@kanagawa-swc.com	大根	南矢名・下大槻・南矢名1～5丁目・北矢名(33～53、55～73、74-1～74-23、74-25～74-37、75、76-1～76-3、76-5～76-6、76-8、77-1～77-4、77-6、77-12、77-15～77-19、82-85、127-139、140-7～140-9、201～221、227、232～260、264-1、265、367～370、375-1～375-5、376、378～444、446-2、446-4、674以降)
	鶴巻	鶴巻南1丁目(33-11～12)鶴巻南2丁目(47-5、47-9)
	南	平沢(南、渋沢担当の地域を除く。)
西地域高齢者支援センター 秦野市並木町5-5 ☎ 73-5751 FAX 73-5752 E-mail nishikourei@galaxy.ocn.ne.jp	西	並木町・弥生町・春日町・松原町・堀西・堀川・堀山下・沼代新町・柳町1、2丁目・若松町・栃窪(602～603)渋沢(1229～1239)、1241～1245、1395～1398、1400～1404、1411～1412、1415～1416-4、1418-2)
	上	菖蒲、三廻部、柳川、八沢
渋沢地域高齢者支援センター 秦野市渋沢1124-5 常磐ハイツ101 ☎ 79-6532 FAX 79-6531 E-mail shibusawa-kourei@hadano.or.jp	南	平沢432番
	西	萩が丘・曲松1、2丁目・渋沢1～3丁目・千村・渋沢上1、2丁目、千村1～5丁目・渋沢(西担当の地域を除く)・栃窪(西担当の地域を除く)
鶴巻地域高齢者支援センター 秦野市鶴巻北2-2-25 メプレスビル3階 ☎ 79-9040 FAX 79-9041 E-mail tsurumaki-houkatu@sankikai.or.jp	大根	北矢名(大根担当の地域を除く)
	鶴巻	鶴巻・鶴巻北1～3丁目・鶴巻南1、2丁目(大根担当の地域を除く)・鶴巻南3～5丁目

●認知症のご相談は お気軽に●

高齢者の総合相談窓口である地域高齢者支援センターでは
保健師（看護師）・社会福祉士・主任ケアマネジャー等の
専門職が皆様のご相談に応じます。

「認知症地域支援推進員」もおりますので
お気軽にお住まいの地域高齢者支援センターにご連絡ください。

地域の「認知症地域支援推進員」の連絡先

本町地域高齢者支援センター	本町3-9-43	75-8907
南地域高齢者支援センター	平沢1750-1 Mutumi. ケアセンター1F	84-2250
東・北地域高齢者支援センター	曾屋11 秦野伊勢原医師会内	81-0990
大根地域高齢者支援センター	下大槻173 高齢者地域交流センター ぷらっと内	76-5208
西地域高齢者支援センター	並木町5-5	73-5751
渋沢地域高齢者支援センター	渋沢1124-5 常盤ハイツ101	79-6532
鶴巻地域高齢者支援センター	鶴巻北2-2-25 メプレスビル3F	79-9040

秦野市認知症ガイドブック(認知症ケアパス)

令和6年6月発行

編集発行 秦野市 福祉部 高齢介護課 高齢者支援担当

直通電話 0463-82-7394

