

令和5年11月作成

# 介護保健福祉ガイドブック

## 認知症ガイドブック

(認知症ケアパス)

弘 前 市



## 『介護保健福祉ガイドブック』とは・・・

介護保険制度や介護サービス、介護予防サービスの他、高齢者等への介護保険以外のサービスの内容をご案内しています。

また、高齢者のための保健や医療、福祉サービスについてまとめたものです。

## 『認知症ケアパス』とは・・・

～認知症になっても、

できる限り住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けるために～

「認知症ケアパス」は、認知症の人ができる限り住み慣れた自宅で暮らし続け、また、認知症の人やその家族が安心できるよう、認知症の状態に応じた適切なサービス提供の流れを示すものです。

「認知症ケアパス」では、認知症の人やその家族が、認知症の発症予防から進行状態に合わせて、

『いつ、どこで、どのような

医療・介護サービスを受けることができるのか』を

わかりやすくまとめたものです。

くわしくは、40ページをご覧ください。



# 目次

## 1. 介護保険制度

(1) 介護保険制度のしくみ	1
(2) 介護保険の加入者	1
(3) 介護保険証の交付	1
(4) 介護保険の財源	2
(5) 介護保険料	2
(6) 介護保険の負担割合	9
(7) 介護保険サービス及び総合事業サービスの利用手続きについて	10

### 介護サービス一覧

① 訪問介護	12
② 訪問入浴介護	12
③ 訪問看護	12
④ 訪問リハビリテーション	12
⑤ 居宅療養管理指導	12
⑥ 通所介護	13
⑦ 通所リハビリテーション	13
⑧ 短期入所生活介護（ショートステイ）	13
⑨ 短期入所療養介護	13
⑩ 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	14
⑪ 介護老人保健施設	14
⑫ 介護療養型医療施設・介護医療院	14
⑬ 特定施設入居者生活介護	14

### 介護予防サービス一覧

① 介護予防訪問入浴介護	15
② 介護予防訪問看護	15
③ 介護予防訪問リハビリテーション	15
④ 介護予防居宅療養管理指導	15
⑤ 介護予防通所リハビリテーション	15
⑥ 介護予防短期入所生活介護（ショートステイ）	16
⑦ 介護予防短期入所療養介護	16
⑧ 介護予防特定施設入居者生活介護	16

### 地域密着型サービス一覧

① 定期巡回・随時対応型訪問介護看護	17
② 認知症対応型通所介護(予防)	17
③ 地域密着型通所介護	17
④ 認知症対応型共同生活介護(予防)	17
⑤ 小規模多機能型居宅介護(予防)	18
⑥ 看護小規模多機能型居宅介護	18
⑦ 地域密着型介護老人福祉施設（地域密着型特別養護老人ホーム）	18

### 総合事業サービス一覧

① 訪問介護相当サービス	19
② 生活支援サービスⅠ・Ⅱ	19
③ 地域型ヘルパーサービス	19
④ 通所介護相当サービス	20
⑤ 生きがい型デイサービス	20
⑥ 地域型デイサービス	20
⑦ 通所型サービスC（運動器の機能向上プログラム）	20

### 一般介護予防事業一覧

① 高齢者健康トレーニング教室	21
② 筋力向上トレーニング教室	21
③ パワリハ運動教室	21
④ 高齢者ふれあいの居場所	21
⑤ 口腔ケア教室	21

### 福祉用具の利用・住宅改修

① 福祉用具の貸与（介護予防福祉用具の貸与）	22
② 福祉用具購入費の支給（介護予防福祉用具購入費の支給）	22
③ 住宅改修費の支給（介護予防住宅改修費の支給）	22

### サービスの利用について

## 2. 高齢者等へのその他のサービス

### (1) 在宅サービス

① 歩行安全杖支給事業	26
② 高齢者はり・きゅう・マッサージ 施術料助成事業	26
③ ねたきり高齢者 寝具丸洗いサービス事業	26
④ ねたきり高齢者等 紙おむつ支給事業	27
⑤ 在宅高齢者短期入所事業	27
⑥ 高齢者世話付住宅等 生活援助員配置事業	27
⑦ 緊急通報システム事業	28
⑧ 安心カード	28
⑨ ほのぼのコミュニティ21 推進事業	28
⑩ 在宅患者訪問歯科診療事業	29
⑪ 家族介護慰労金支給事業	29
⑫ 特別障害者手当の支給制度	29
⑬ 配食サービス （弘前市安心安全見守りネットワーク事業関連）	30
⑭ 外出支援サービス事業（岩木地区限定）	31

# 目 次

(2)施設サービス	
① 養護老人ホーム	31
② 軽費老人ホーム	32
③ ケアハウス	32
④ 有料老人ホーム	32
⑤ 生活支援ハウス	33
(3)敬老生きがい事業	
① 敬老事業	33
② 老人クラブへの助成事業	34
③ 高齢者の公共施設無料利用制度	34
④ 老人福祉センター	36
⑤ 弘前市生きがいセンター	37
⑥ 健康・生きがいづくり推進事業	37
⑦ 高齢者教室	37
⑧ シルバー人材センター	37
(4)その他	
① 福祉有償運送事業	38
② 要介護認定高齢者の障害者控除	39
<b>3. 認知症ケアパス</b>	<b>40</b>
(1) 認知症とは	41
(2) 弘前市の認知症の現状と課題	41
(3) 認知症の予防とは	42
(4) 早期発見と早期受診について	44
(5) 進行に合わせて受けられる サービスや支援の例	46
(6) 相談窓口・医療機関	48
相談窓口	55
住所地別担当地域包括支援センター	

# 1. 介護保険制度

## (1) 介護保険制度のしくみ

介護保険は、40歳以上の加入者（被保険者）が保険料を負担し、介護が必要となったときに、介護サービスを利用する制度です。介護サービス費用の1～3割は利用者が負担し、残り9～7割については国・県・市が2分の1を負担し、加入者が2分の1を保険料として負担します。

## (2) 介護保険の加入者

40歳以上の人は原則として住んでいる市町村の介護保険に加入します。特例として、他の市町村から市内の介護施設へ住所変更をして入所された人は前住地の市町村の介護保険に加入したままとなります。また、他の市町村の介護施設に住所変更をして入所される場合は、弘前市の介護保険に加入したままとなります。

なお、障がい者などのうち、特定の施設へ入所されている人は、加入者となりません。

### ●第1号被保険者

弘前市内に住所を有する65歳以上の人です。

### ●第2号被保険者

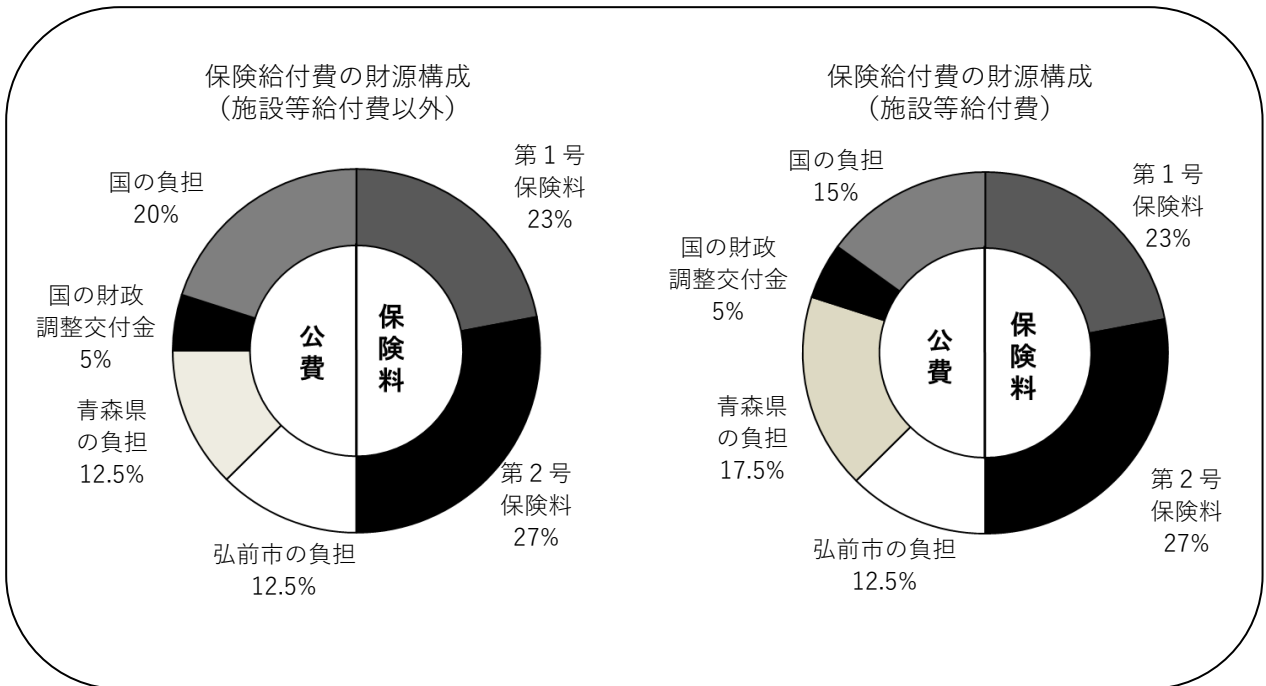
弘前市内に住所を有する40歳から64歳までの人で、医療保険（職場の健康保険（社会保険）、国民健康保険等）に加入されている人です。

## (3) 介護保険証の交付

第1号被保険者については、全員に介護保険被保険者証（保険証）が交付されます。第2号被保険者については要支援、要介護認定を受けた人に介護保険被保険者証（保険証）が交付されます。

## (4) 介護保険の財源

介護サービスを利用した場合、利用者の自己負担は1～3割ですが、残り9～7割は加入者の保険料と国、県、市の負担金を財源としており、介護事業者に保険給付費（介護サービス費）として支給されます。



## (5) 介護保険料

### ① 第1号被保険者（65歳以上の人）

#### ○保険料の決め方

保険料は弘前市の介護サービス費がまかなえるよう算出された基準額をもとに所得段階に合わせて決められます。

$$\begin{array}{c}
 \boxed{\text{弘前市で介護保険給付にかかる費用}} \times \boxed{\text{65歳以上の人の負担分 (23\%)}} \\
 \hline
 \boxed{\text{弘前市の基準額}} = \frac{\quad}{\boxed{\text{弘前市の65歳以上の人数}}}
 \end{array}$$

※ 弘前市の**基準額**は、**81,090円**（年額）です。

### 令和3年度～5年度分の保険料額

所得段階		割合	保険料（年額）
第1段階	・生活保護受給者の人 ・世帯全員が市町村民税非課税で、 老齢福祉年金受給者の人 ・世帯全員が市町村民税非課税で、 前年の課税年金収入額と合計所得金額 の合計が80万円以下の人	基準額×0.3	24,330円
第2段階	世帯全員が市町村民税非課税で、前 年の課税年金収入額と合計所得金額 の合計が80万円を超え120万円 以下の人	基準額×0.5	40,550円
第3段階	世帯全員が市町村民税非課税で、上 記以外の人	基準額×0.7	56,770円
第4段階	世帯の中に市町村民税課税者がいる が、本人は市町村民税非課税で前年 の課税年金収入額と合計所得金額の 合計が80万円以下の人	基準額×0.875	70,960円
第5段階	世帯の中に市町村民税課税者がいる が、本人は市町村民税非課税で上記 以外の人	基準額×1.0	81,090円
第6段階	本人が市町村民税課税で前年の合計 所得金額が125万円未満の人	基準額×1.125	91,230円
第7段階	本人が市町村民税課税で前年の合計 所得金額が125万円以上190万 円未満の人	基準額×1.25	101,370円
第8段階	本人が市町村民税課税で前年の合計 所得金額が190万円以上320万 円未満の人	基準額×1.5	121,640円
第9段階	本人が市町村民税課税で前年の合計 所得金額が320万円以上400万 円未満の人	基準額×1.7	137,860円
第10段階	本人が市町村民税課税で前年の合計 所得金額が400万円以上600万 円未満の人	基準額×2.0	162,180円
第11段階	本人が市町村民税課税で前年の合計 所得金額が600万円以上800万 円未満の人	基準額×2.1	170,290円
第12段階	本人が市町村民税課税で前年の合計 所得金額が800万円以上1000 万円未満の人	基準額×2.2	178,400円
第13段階	本人が市町村民税課税者で前年の合 計所得金額が1000万円以上の人	基準額×2.3	186,510円

○保険料の納め方

納め方は**特別徴収**と**普通徴収**の二通りに分かります。

**【特別徴収】**

受給している年金から介護保険料が天引きされます。

- ・年金の年額が18万円以上の人を対象となります。

○仮徴収と本徴収で年額を納付します。

仮 徴 収			本 徴 収		
4 月	6 月	8 月	1 0 月	1 2 月	2 月
前年の所得が確定していないために、仮に算定された保険料額を納めます。			確定した保険料の年額から、仮徴収分を差し引いた額を3回に分けて納めます。		

**【普通徴収】**

市から送付される納入通知書により金融機関等で納付します。口座振替で納めることもできます。

- ・年金の年額が18万円未満の人を対象となります。
- ・年金を受給していない人対象となります。

**※ 特別徴収の対象者であっても、次の場合は普通徴収になります。**

- ① 4月1日時点で年金を受給していない人
- ② 年度途中で65歳になった人
- ③ 年度途中で他の市町村から転入してきた人
- ④ 介護保険料が減額・増額になった人
- ⑤ 年金担保・年金差止など年金の受給額に変更のあった人

※ 特別徴収の条件を満たした人は、順次特別徴収が開始されます。本人の申請は必要ありません。対象となる人には、介護保険料特別徴収開始の通知書が郵送されます。

**なお、法令で特別徴収の対象者が決まっているため、介護保険料の納め方を選択することはできません。**



## 給 付 の 制 限

**特別な事情がないのに保険料を納めないでいると、  
その期間に応じて次のような措置がとられることがあります。**

- 1年以上納めないと・・・費用の全額を利用者が負担し、申請により後で保険給付分（9～7割）が支給されます。
- 1年6ヵ月以上納めないと・・・保険給付の一部、または全部が一時的に差し止めになります。
- 2年を過ぎると・・・利用者負担が3割または4割に引き上げられたり、高額介護サービス費等の支給が受けられなくなったりします。

○災害などによる減免

震災・風水害・火災、生計中心者の死亡・失業・冷害などによる農作物の不作の場合、損害や減収の程度に応じて保険料及び介護サービスを利用したときの利用料の減免を実施しています。

① 震災・風水害・火災による住宅、家財その他の財産の著しい損害

【①の減免割合】

前年の合計所得額	減免割合	
	損害の程度が 3割以上 5割未満	損害の程度が 5割以上
500万円以下	3割	7割
750万円以下	2割	5割
750万円超	1割	2割

② 生計中心者の死亡または重大な障害、長期入院による著しい収入の減少

③ 生計中心者の事業又は業務の休廃止、事業における著しい損失、失業等による著しい収入の減少

④ 生計中心者の干ばつ、冷害、凍霜害等による農作物の不作、不漁による著しい収入の減少

【②③④の減免割合】

前年の合計所得額に対する 当該年の合計所得額の割合	減免割合
2割未満	7割
2割以上 5割未満	5割
5割以上 7割未満	2割

⑤ 刑事施設、労役場その他これらに準ずる施設に拘禁されたこと

⑥ 東日本大震災の警戒区域等からの転入

【⑤⑥の減免割合】 **10割**

## ○生活困窮による減免

平成15年度から、低所得者対策として次の要件すべてに該当する場合、保険料の減免を実施しています。

※利用料については、25ページ「生計困難者利用者負担軽減」を参照してください。

### 【減免要件】

- ・所得段階が、第1段階、第2段階及び第3段階で生活保護を受給していないこと
- ・世帯の前年収入の合計額及び申請した月を含む前3か月の世帯収入金額が減免の基準額未満であること
- ・市町村民税課税者と生計を共にしていないこと
- ・本人などが住居用以外に処分可能な土地・家屋を所有していないこと
- ・本人などが所有する預貯金などの合計額が、その世帯の減免の基準額の2分の1以下であること

### 【減免後の保険料】

保険料所得段階 世帯の前年収入	第1段階	第2段階及び 第3段階
41万円未満	第1段階の2分の1の額	
41万円以上88万円未満	—	第1段階の額

※上記収入金額は単身世帯の場合で、世帯員が1人増すごとに54万円を、またその住居が借家の場合にあっては、当該住居に係る家賃・間代等の合計額を加算

## ② 第2号被保険者（40歳から64歳までの人）

### ○保険料の決め方

加入している医療保険（健康保険、国民健康保険）により、算定方法が異なります。

- ・国民健康保険に加入している人

保険料は市町村の国民健康保険料の算定方法と同様に、世帯ごとに決められます。

国民健康保険料  
の介護保険分 = 所得割 + 均等割 + 平等割

第2号被保険者の所得に応じて計算

世帯の第2号被保険者の数に応じて計算

第2号被保険者の属する世帯ごとに計算

- ・国民健康保険以外の公的医療保険（社会保険）に加入している人

医療保険ごとに設定される介護保険料率と給与（標準報酬月額）及び賞与（標準賞与額）に応じて決められます。

介護保険料 = 給与及び賞与 × 介護保険料率

医療保険ごとに設定されます。

※ 原則として事業主が半分を負担します。

## ○保険料の納め方

- ・国民健康保険に加入している人

医療保険分と介護保険分を合わせて、国民健康保険料として世帯主が納めます。

- ・国民健康保険以外の公的医療保険（社会保険）に加入している人

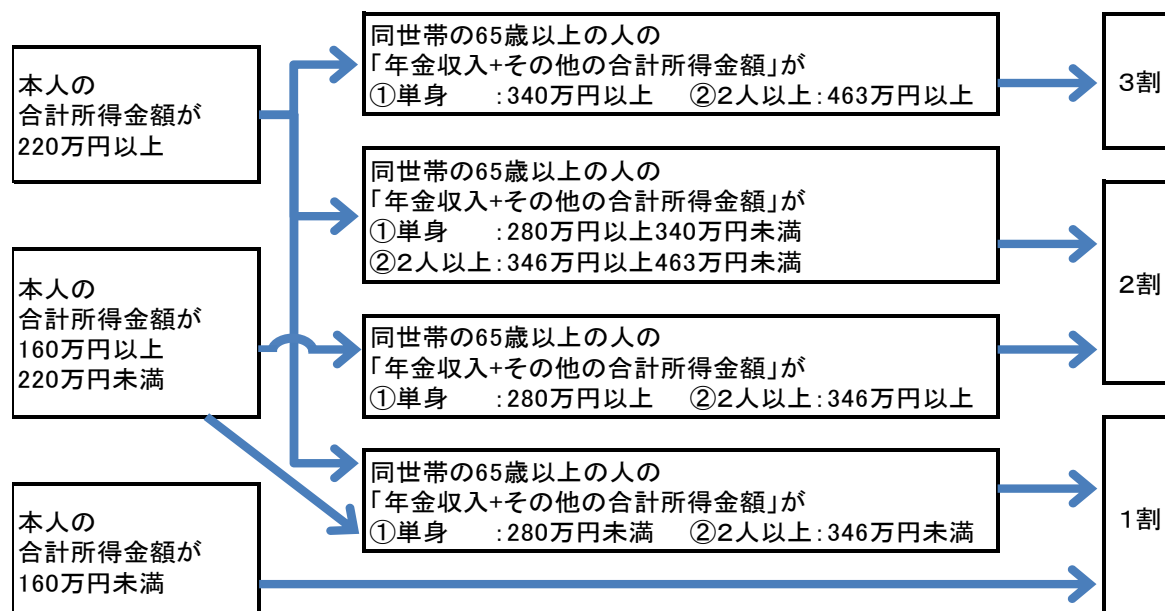
医療保険料と介護保険料を合わせて給与及び賞与から徴収されます。

※ 40歳から64歳までの被扶養者は、保険料を個別に納める必要はありません。

《問い合わせ》 各医療保険者

国民健康保険加入者は、国保年金課（窓口C-122番）  
電話 35-1111（内線 207・210）  
直通 40-7045

## （6） 介護保険の負担割合



※第2号被保険者、生活保護受給者については一律で1割負担となります。

※給付額減額の対象期間中は、上記に関わらず3割あるいは4割となります。

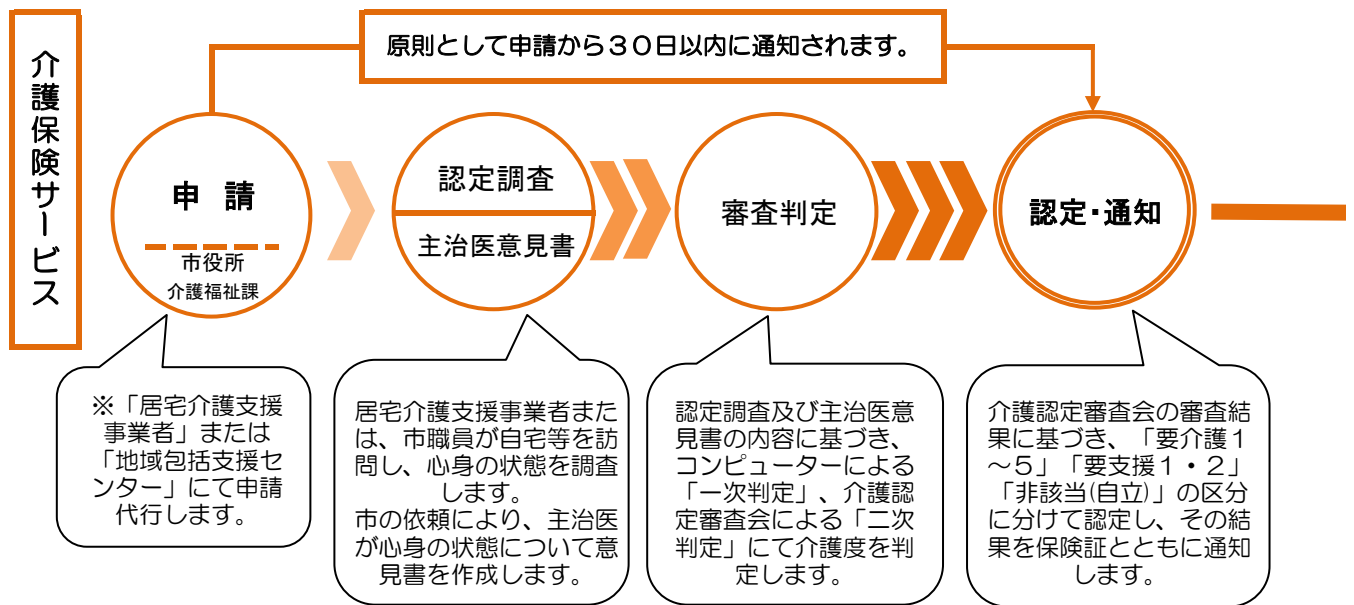
## (7) 介護保険サービス及び総合事業サービスの利用手続きに

### 要介護・要支援認定の申請ができるのは

1. 65歳以上の人で日常生活に介護や支援が必要となった人
2. 40歳から64歳までの医療保険に加入している人で、下記の16種類の特定疾病により介護や支援が必要となった人

#### 【特定疾病】

- |                           |   |
|---------------------------|---|
| ① 筋萎縮性側索硬化症               | ⑩ 脳血管疾患   |
| ② 後縦靭帯骨化症                 | ⑪ パーキンソン病関連疾患   |
| ③ 骨折を伴う骨粗鬆症               | ⑫ 閉塞性動脈硬化症  |
| ④ 多系統萎縮症                  | ⑬ 関節リウマチ  |
| ⑤ 初老期における認知症              | ⑭ 慢性閉塞性肺疾患  |
| ⑥ 脊髄小脳変性症                 | ⑮ 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症                            |
| ⑦ 脊柱管狭窄症                  | ⑯ がん(医師が一般的に認められている医学的見地に基づき、回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る) |
| ⑧ 早老症                     |   |
| ⑨ 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症、糖尿病性網膜症 |   |



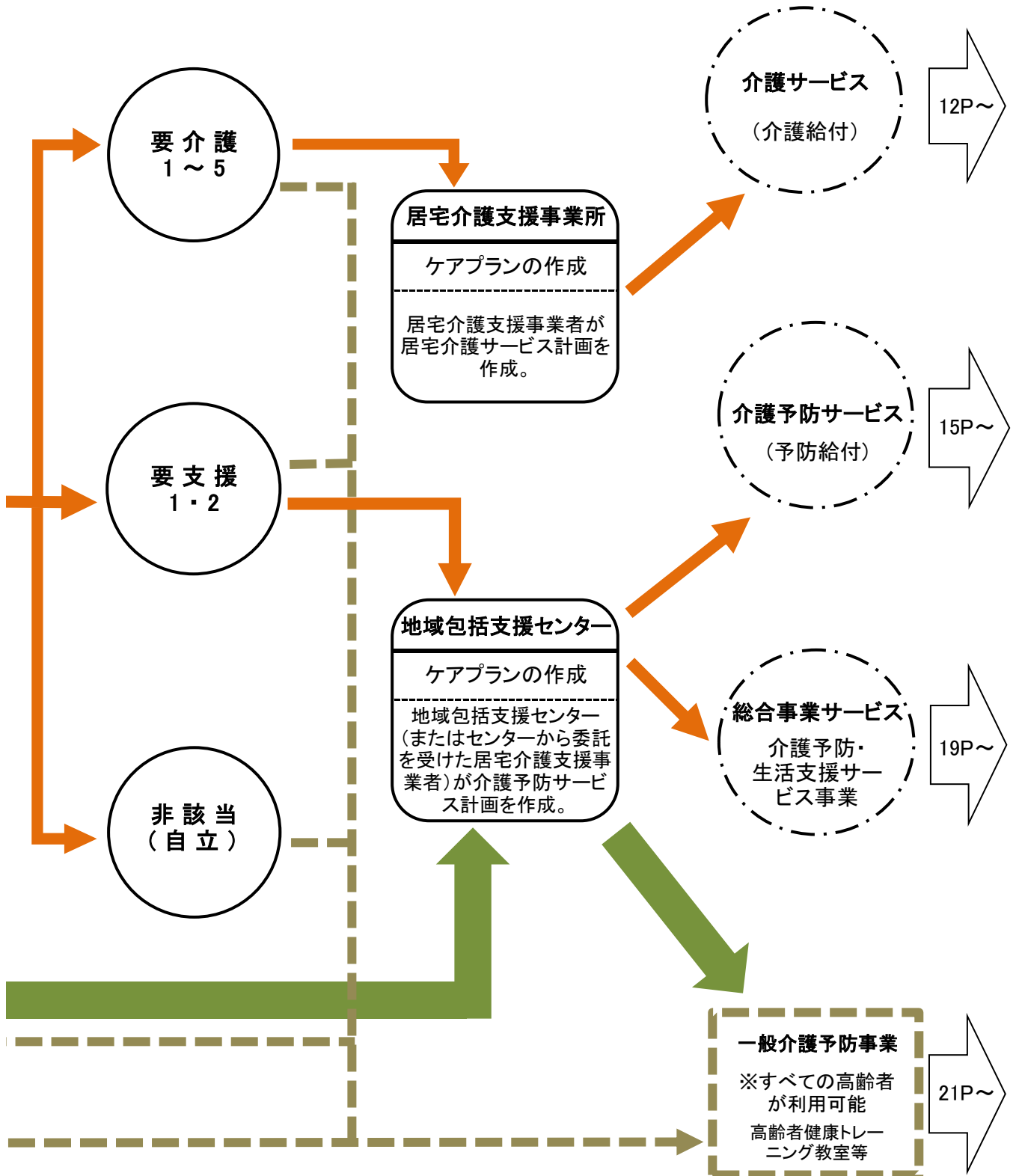
### 総合事業サービスの申請ができるのは

- ・65歳以上の人で日常生活に支援が必要となった人



# ついて

交通事故により介護保険の認定申請が必要となった場合は、申請をする際に、市役所介護福祉課介護給付係、居宅介護支援専門員（ケアマネジャー）又は地域包括支援センター職員へ申し出てください。



要介護1～5の人が使える  
**介護サービス一覧**

自宅を訪問してもらい利用するサービス

**① 訪問介護**

ホームヘルパーが訪問し、排泄、入浴、食事などの身体介護や、掃除や炊事などの生活援助を行います。

訪問介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の②をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす

身体介護	20分以上30分未満	250円
生活援助	20分以上45分未満	183円

※ 利用時間・派遣条件により、かかる費用が異なります。

**② 訪問入浴介護**

入浴設備や簡易浴槽を備えた移動入浴車で看護職員や介護職員が訪問して、入浴介護を行います。

訪問入浴介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の③をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり） **1,260円**

**③ 訪問看護**

医師の指示に基づき、看護師などが訪問して床ずれの手当てや点滴の管理などを行います。

訪問看護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の④をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

訪問看護ステーション	30分以上1時間未満	821円
病院または診療所	30分以上1時間未満	573円

※ 利用時間・派遣条件により、かかる費用が異なります。

**④ 訪問リハビリテーション**

通院困難な利用者に対して、医師の指示に基づき、理学療法士、作業療法士などが訪問して、リハビリテーションを行います。

訪問リハビリテーション事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑤をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり） **307円**

**⑤ 居宅療養管理指導**

医師・歯科医師・薬剤師などが通院困難な利用者へ、療養上の管理や指導を行います。（医療行為を行う往診とは異なります。）

居宅療養管理指導事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑩をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

医師の場合	514円
医療機関の薬剤師の場合	565円

※ 職種や回数などにより、かかる費用が異なります。



### ⑥ 通所介護

デイサービスセンターに日帰りで通って、入浴や食事、機能訓練が受けられます。

通所介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑥をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

通常規模型 (前年度の1月当たりの利用延人員が300人を超える事業所)	要介護1	581円
	要介護5	1,003円

- ※ 利用時間・利用状況により、かかる費用が異なります。
- ※ 食費は利用者負担となります。

### ⑦ 通所リハビリテーション

老人保健施設や医療機関に日帰りで通って、医師の指示に基づき、理学療法士、作業療法士などによるリハビリテーションが受けられます。

通所リハビリテーション事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑦をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

通常規模の施設 7時間以上8時間未満	要介護1	757円
	要介護5	1,369円

- ※ 老人保健施設と医療機関との違い・利用時間などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費は利用者負担となります。

### ⑧ 短期入所生活介護（ショートステイ）

特別養護老人ホームなどに短期間宿泊しながら、介護や日常生活上の世話、機能訓練などが受けられます。

短期入所生活介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑧をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

併設型 多床室の場合	要介護1	596円
	要介護5	874円

- ※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費・居住費（滞在費）は利用者負担となります。
- ※ 低所得者には負担を軽減する制度があります。→23ページをご覧ください。

### ⑨ 短期入所療養介護

老人保健施設や医療機関に短期間宿泊しながら、看護や医学的管理下における介護、機能訓練などが受けられます。

短期入所療養介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑨をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

老人保健施設 多床室の場合	要介護1	827円
	要介護5	1,045円

- ※ 老人保健施設と医療機関との違い、施設の配置職員などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費・居住費（滞在費）は利用者負担となります。
- ※ 低所得者には負担を軽減する制度があります。→23ページをご覧ください。

## ⑩ 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

原則として、要介護度3以上の方に対し、排泄、入浴、食事など日常生活上の世話、機能訓練、健康管理、療養上の世話を行います。  
介護老人福祉施設一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑩をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

入所定員が31人以上の施設	要介護1	573円
	ㄱ	ㄱ
多床室（相部屋）の場合	要介護5	847円

- ※ 施設の配置職員などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費・居住費（滞在費）は利用者負担となります。
- ※ 低所得者には負担を軽減する制度があります。→23ページをご覧ください。

## ⑪ 介護老人保健施設

病状が安定期にある要介護者に対して、看護・医学的管理のもとに介護、機能訓練、その他の必要な医療、日常生活上の世話を行います。  
介護老人保健施設一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑪をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

入所定員が30人以上の施設	要介護1	788円
	ㄱ	ㄱ
多床室（相部屋）の場合	要介護5	1,003円

- ※ 施設の配置職員などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費・居住費（滞在費）は利用者負担となります。
- ※ 低所得者には負担を軽減する制度があります。→23ページをご覧ください。

## ⑫ 介護療養型医療施設・介護医療院

医療重視の長期療養者に対して、療養上の管理、看護・医学的管理のもとでの介護や機能訓練、その他の必要な医療を行います。  
介護療養型医療施設・介護医療院一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑫・⑬をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

・利用者：看護職員 6：1	要介護1	686円
・利用者：介護職員 4：1	ㄱ	ㄱ
療養型多床室（相部屋）の場合	要介護5	1,146円

- ※ 施設の配置職員などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費・居住費（滞在費）は利用者負担となります。
- ※ 低所得者には負担を軽減する制度があります。→23ページをご覧ください。

## ⑬ 特定施設入居者生活介護

特定施設の指定を受けているケアハウスなどに入居している要介護者に対して、介護や日常生活上の世話、機能訓練などを行います。介護にかかる利用者負担のほかに、入居にかかる費用を負担することになります。  
特定施設入居者生活介護施設については・・・別紙「事業所等一覧」の⑬をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

要介護1	538円
ㄱ	ㄱ
要介護5	807円

- ※ 外部サービス利用型については、かかる費用が異なります。

# 介護予防サービス一覧

自宅を訪問してもらい利用するサービス

## ① 介護予防訪問入浴介護

入浴設備や簡易浴槽を備えた移動入浴車で看護職員や介護職員が訪問し、利用者のできる範囲での入浴のお手伝いをします。

介護予防訪問入浴介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の③をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

852円

## ② 介護予防訪問看護

医師の指示に基づき、看護師などが訪問し、介護予防を目的とした療養上の世話や必要な診療の補助などを行います。

介護予防訪問看護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の④をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

訪問看護ステーション	30分以上1時間未満	792円
病院または診療所	30分以上1時間未満	552円

※ 利用時間・派遣条件により、かかる費用が異なります。

## ③ 介護予防訪問リハビリテーション

通院困難な利用者に対して、医師の指示に基づき、理学療法士、作業療法士などが訪問し、自分でできる体操やリハビリテーションなどを指導します。

介護予防訪問リハビリテーション事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑤をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

307円

## ④ 介護予防居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師などが通院困難な利用者に、療養上の管理や指導を行います。（医療行為を行う往診とは異なります。）

介護予防居宅療養管理指導事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑩をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

医師の場合	514円
医療機関の薬剤師の場合	565円

※ 職種や回数などにより、かかる費用が異なります。

## ⑤ 介護予防通所リハビリテーション

老人保健施設や医療機関に日帰り通って、医師の指示に基づき、理学療法士や作業療法士などによるリハビリテーションが受けられます。

介護予防通所リハビリテーション事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑦をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1か月あたり）

要支援1 2,053円

要支援2 3,999円

※ 老人保健施設と医療機関との違い・利用時間により、かかる費用が異なります。

※ 食費は利用者負担となります。

日帰りする施設に通って

### ⑥ 介護予防短期入所生活介護（ショートステイ）

特別養護老人ホームなどに短期間宿泊しながら、日常生活上の世話や生活機能の維持向上のための機能訓練などが受けられます。

介護予防短期入所生活介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑨をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

併設型 多床室の場合	要支援1	446円
	要支援2	555円

- ※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費・居住費（滞在費）は利用者負担となります。
- ※ 低所得者には負担を軽減する制度があります。→23ページをご覧ください。

### ⑦ 介護予防短期入所療養介護

老人保健施設や医療機関に短期間宿泊しながら、看護や医学的管理下における介護、生活機能の維持向上のための機能訓練などが受けられます。

介護予防短期入所療養介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑩をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

老人保健施設 多床室の場合	要支援1	610円
	要支援2	768円

- ※ 老人保健施設と医療機関との違い、施設の配置職員などにより、かかる費用が異なります。
- ※ 食費・居住費（滞在費）は利用者負担となります。
- ※ 低所得者には負担を軽減する制度があります。→23ページをご覧ください。

### ⑧ 介護予防特定施設入居者生活介護

特定施設の指定を受けているケアハウスなどに入居している要支援者に対して、介護や日常生活上の世話、機能訓練などを行います。介護にかかる利用者負担のほかに、入居にかかる費用を負担することになります。

介護予防特定施設入居者生活介護施設については  
・・・別紙「事業所等一覧」の⑪をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

要支援1	182円
要支援2	311円

- ※ 外部サービス利用型については、かかる費用が異なります。

住み慣れた地域で暮らす

## 地域密着型サービス一覧

住み慣れた地域で、地域の特性に応じた多様な柔軟なサービスが利用できます。利用者は原則として本市に居住している人に限定されます。

24時間対応のサービス

### ① 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

訪問介護と訪問看護を組み合わせた24時間対応のサービスで、利用者宅への定期的な巡回や利用者からの随時通報による訪問などのサービスを受けられます。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所の一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑫をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1か月あたり）

要介護1	8,642円
}	}
要介護5	29,574円

※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。

日帰りで施設に通って利用するサービス

### ② 認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護

認知症の状態にある人が、デイサービスセンターに日帰りで通って、入浴や食事、機能訓練などを受けられます。

認知症対応型通所介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑰をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

7時間以上 8時間未満の場合	要支援1	859円
	}	}
	要介護5	1,424円

※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。

※ 利用時間・利用状況により、かかる費用が異なります。

### ③ 地域密着型通所介護

定員18人以下のデイサービスセンターに日帰りで通って、入浴や食事、機能訓練などを受けられます。

地域密着型通所介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑬をご覧ください。

※ 要支援の人は利用できません。ご注意ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

7時間以上 8時間未満の場合	要介護1	750円
	}	}
	要介護5	1,308円

※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。

※ 利用時間・利用状況により、かかる費用が異なります。

施設介護入居サービスを受ける

### ④ 認知症対応型共同生活介護・介護予防認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の状態にある人が、グループホームにおいて介護や日常生活上の世話、機能訓練などを受けられます。介護にかかる利用者負担のほかに、入居にかかる費用を負担することになります。

グループホーム一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑱をご覧ください。

※ 要支援1の人は利用できません。ご注意ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

施設区分(I) (1ユニット)	要支援2	760円
	}	}
	要介護5	858円

通所、訪問、短期入所介護サービスを組み合わせて利用するサービス

⑤ 小規模多機能型居宅介護・介護予防小規模多機能型居宅介護

利用者の状態や必要に応じて、「通い」を中心に「泊まり」「訪問」の3サービスを組み合わせて提供する在宅介護サービスです。

小規模多機能型居宅介護事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑭をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1か月あたり）

要支援1	3,438円
）	）
要介護5	27,117円

※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。

⑥ 看護小規模多機能型居宅介護

「通い」「泊まり」「訪問」3種類のサービスに合わせて「訪問看護」を利用することができるサービスです。

看護小規模多機能型居宅介護事業所一覧は・・・別紙「事業所一覧」の⑮をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1か月あたり）

要介護1	12,438円
）	）
要介護5	31,386円

※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。

施設に入所して受けられる介護

⑦ 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（地域密着型特別養護老人ホーム）

原則として、要介護度3以上の方に対し、排泄、入浴、食事など日常生活上の世話、機能訓練、健康管理、療養上の世話を行います。

地域密着型特別養護老人ホーム一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑲をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1日あたり）

ユニット型個室の場合	要介護1	644円
	）	）
	要介護5	922円

※ 施設の種類などにより、かかる費用が異なります。

要支援1・2と基本チェックリストで支援が必要とされた人（事業対象者）が使える

## 総合事業サービス一覧

自宅を訪問してもらい利用するサービス

### ① 訪問介護相当サービス

ホームヘルパーが訪問し、食事、入浴、排泄等の介助や調理、洗濯、掃除等の支援を行います。

訪問介護相当サービス事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑭をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1か月あたり）

週1回程度の利用（要支援・更新者）	1,176円
週2回程度の利用（要支援・更新者）	2,349円
週2回を超える利用（要支援・更新者）	3,727円

※ 更新者とは…要介護又は要支援の認定更新時に基本チェックリストにより事業対象者となった方

※ 利用時間・派遣条件により、かかる費用が異なります。

### ② 生活支援サービスⅠ・Ⅱ

ホームヘルパーが訪問し、調理や洗濯、掃除等の支援を行います。

生活支援サービスⅠ・Ⅱ事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑭をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1回あたり）

生活支援サービスⅠ（45～60分）	215円	
生活支援サービスⅡ（20分以内）	120円	
月額上限	週1回程度	935円
	週2回程度	1,868円

### ③ 地域型ヘルパーサービス

地域内の住民主体で運営される団体が、利用者宅を訪問し調理や洗濯、掃除等の支援を行います。

地域型ヘルパーサービス事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑭をご覧ください。

※ 利用者負担、対応可能地域、提供できるサービス等は団体によって異なります。

**④ 通所介護相当サービス  
(身体介護が必要な方のみ利用できます。)**

デイサービスセンターに日帰りで通って、入浴や食事、機能訓練が受けられます。

通所介護相当サービス事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の㉔をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす（1か月あたり）

要支援1・更新者		1,672円
要支援2	週1回程度	1,714円
	週2回程度	3,428円

※ 更新者とは…要支援の認定更新時に基本チェックリストにより事業対象者となった方

※ 施設の体制・サービスの内容によってかかる費用が異なります。

※ 食費は利用者負担となります。

**⑤ 生きがい型デイサービス**

デイサービスセンターに日帰りで通って、機能訓練やレクリエーションに参加することができます。

生きがい型デイサービス事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の㉔をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす

		1回あたり	305円
月額上限	要支援1・事業対象者	週1回程度	1,318円
	要支援2	週1回程度	1,318円
		週2回程度	2,702円

※ 施設の体制・サービスの内容によってかかる費用が異なります。

※ 食費・入浴料は利用者負担となります。

**⑥ 地域型デイサービス**

地域内の住民主体で運営される居場所に通い、介護予防の取り組みに参加することができます。

地域型デイサービス事業団体一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の㉔をご覧ください。

利用者負担は なし

※ 食費や活動に必要な費用は利用者負担となり、団体によって費用が異なります。

**⑦ 通所型サービスC（運動器の機能向上プログラム）**

通所介護事業所、接骨院又は整骨院に通って、短期集中型の筋力向上トレーニングを受けられます。

※実施回数は週1回、1コース（3ヶ月）12回で、年度内最大2コースまで利用することができます。

通所型サービスC事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の㉔をご覧ください。

利用者負担（1割）のめやす

1回あたり	300円
-------	------

※ 食費等は利用者負担となり、施設によってかかる費用が異なります。



# 一般介護予防事業一覧

弘前市内にお住いのすべての高齢者が利用することができます。

## ① 高齢者健康トレーニング教室（常設教室）（無料）

○ヒロロスクエア教室・ロマントピア教室・温水プール石川教室

《実施場所及び開催時間》

☆ヒロロスクエア教室（ヒロロ3階）	8：40～17：00
☆ロマントピア教室（星と森のロマントピア森林科学館内）	8：50～17：00
☆温水プール石川教室	9：30～17：00

《申込み・問い合わせ》

➡高齢者健康トレーニング教室	ヒロロスクエア教室	電話35-0161
➡高齢者健康トレーニング教室	ロマントピア教室	電話84-2236
➡高齢者健康トレーニング教室	温水プール石川教室	電話49-7081

## ② 筋力向上トレーニング教室（無料）

各圏域の集会所などで定期的に行われる教室。通所型サービスCと同じ運動マニュアルを使用し、イスに座ってできる簡単なストレッチや筋トレが中心の運動を行います。

《開催場所等についての問い合わせ》

➡介護福祉課 自立・包括支援係 [電話40-7072（直通）](tel:40-7072)

## ③ パワリハ運動教室（無料）

パワリハマシンを設置しているデイサービス等で軽負荷のマシントレーニングを行います。

《実施場所》

別紙「事業所等一覧」の⑩をご覧ください。

《問い合わせ》

➡介護福祉課 自立・包括支援係 [電話40-7072（直通）](tel:40-7072)

## ④ 高齢者ふれあいの居場所（無料または低額）

住民が主体となって定期的に活動する集まりで、住み慣れた身近な地域で茶話会や体操など、自由な取り組みを実施した活動を行っています。

《開催場所等についての問い合わせ》

➡介護福祉課 自立・包括支援係 [電話40-7072（直通）](tel:40-7072)

## ⑤ 口腔ケア教室（無料）

地域内の住民を対象に、いつまでも自立した生活が送れるよう口腔ケアの大切さを学び知識を深め、自宅で取り組めるお口の体操等を紹介する教室です。

《問い合わせ》

➡介護福祉課 自立・包括支援係 [電話40-7072（直通）](tel:40-7072)

### ① 福祉用具の貸与【介護予防福祉用具の貸与】

車いすや特殊ベッドなどを借りることができます。

※ ただし、要支援1・2または要介護1の人は利用できる品目が限られ、下表の1～6、11～13は必要と認められた場合のみ利用できます。13は、要介護4・5の人のみ利用できます。

(介護予防)福祉用具貸与事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑪をご覧ください。

#### 【対象品目一覧】

- |                   |                 |
|-------------------|-----------------|
| 1. 車いす            | 8. スロープ         |
| 2. 車いす付属品         | 9. 歩行器          |
| 3. 特殊寝台           | 10. 歩行補助つえ等     |
| 4. 特殊寝台付属品        | 11. 認知症老人徘徊感知機器 |
| 5. じょくそう(床ずれ)予防用具 | 12. 移動用リフト      |
| 6. 体位変換器          | 13. 自動排せつ処理装置   |
| 7. 手すり            |                 |

※ 費用については、事業所にお問い合わせください。

※ 居宅介護支援事業所・地域包括支援センターが申請の窓口となります。

### ② 福祉用具購入費の支給【介護予防福祉用具購入費の支給】

全額支払った対象福祉用具購入費の9～7割を支給する制度です。あらかじめ1～3割の本人負担で購入し、事業者に残りの9～7割を支給する事も出来ます。支給限度基準額は1年間で10万円です。

※ 県の指定を受けている事業者からの購入に限ります。

(介護予防)福祉用具販売事業所一覧は・・・別紙「事業所等一覧」の⑪をご覧ください。

#### 【対象品目一覧】

- |                                  |                      |
|----------------------------------|----------------------|
| 1. 腰掛便座<br>(ポータブルトイレなど)          | 3. 排泄予測支援機器          |
| 2. 自動排せつ処理装置の交換<br>可能部品(レシーバーなど) | 4. 入浴補助用具(シャワーベンチなど) |
|                                  | 5. 簡易浴槽              |
|                                  | 6. 移動用リフトのつり具の部分     |

※ 詳細については、事業所または介護福祉課にお問い合わせください。

➡ 介護福祉課 介護給付係 電話40-7071(直通)

### ③ 住宅改修費の支給【介護予防住宅改修費の支給】

全額支払った小規模な住宅改修にかかった費用の9～7割を支給する制度です。あらかじめ1～3割の本人負担で改修し事業者に残りの9～7割を支給する事も出来ます。支給限度基準額は原則として、1人につき20万円です。

※ 改修前に事前審査を行います。事前審査がない住宅改修は、支給対象とならないのでご注意ください。

#### 【対象となる住宅改修】

- |                                     |                              |
|-------------------------------------|------------------------------|
| 1. 手すりの取付け                          | 4. 引き戸等への扉の取替え               |
| 2. 段差の解消                            | 5. 洋式便器等への便器の取替え             |
| 3. すべりの防止及び移動の円滑化等のための床または通路面の材料の変更 | 6. その他1～5の住宅改修に付帯して必要となる住宅改修 |

※ 詳細については、事業所または介護福祉課にお問い合わせください。

➡ 介護福祉課 介護給付係 電話40-7071(直通)

# サービスの利用について

## 【施設サービスにかかる費用（特定入所者介護（予防）サービス費）】

施設サービスを利用したときは、施設サービス費の1～3割の利用者負担に加え、食費・居住費（滞在費）・日常生活費（理美容代など）が利用者負担となります。（※下図1）参照）ただし、下表2）の利用者負担段階の第1～3段階のいずれかに該当する場合、利用者の申請に基づき、食費及び居住費（滞在費）の負担が軽減されます。

### 1) 施設サービス費の利用者負担



### 2) 利用者負担段階

段 階	対 象 者	預貯金額等 (夫婦の場合)
第1段階	<ul style="list-style-type: none"> <li>世帯全員が市町村民税非課税である老齢福祉年金受給者</li> <li>生活保護を受けている方</li> </ul>	
第2段階	世帯全員 市町村民 税非課税	年金収入金額（★）+合計所得金額が80万円以下
第3段階①	世帯全員 市町村民 税非課税	年金収入金額（★） +合計所得金額が80万円超～120万円以下
第3段階②	世帯全員 市町村民 税非課税	年金収入金額（★）+合計所得金額が120万円超
第4段階	<ul style="list-style-type: none"> <li>本人が市町村民税課税者</li> <li>本人が市町村民税課税者</li> <li>世帯(配偶者も含む)に市町村民税の課税者がいる者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・預貯金額等が基準額を超える者</li> </ul>

※ 配偶者には世帯分離をしている配偶者または内縁関係を含みます。

※ (★)年金収入金額=公的年金等収入額(遺族年金や障害年金などの非課税年金を含む)

※ 2号被保険者の方は、預貯金1,000万円以下(夫婦の場合は2,000万円以下)

### 3) 食費・居住費（滞在費）の額（1日あたり）

段 階	食費 【】はショートステイの場合	居住費（滞在費）			
		多床室	従来型個室	ユニット型 個室的多床室	ユニット型 個室
第1段階	300円 【300円】	0円	① 320円 ② 490円	490円	820円
第2段階	390円 【600円】	370円	① 420円 ② 490円	490円	820円
第3段階①	650円 【1,000円】	370円	① 820円 ② 1,310円	1,310円	1,310円
第3段階②	1,360円 【1,300円】	370円	① 820円 ② 1,310円	1,310円	1,310円
第4段階	1,445円	① 855円 ② 377円	① 1,171円 ② 1,668円	1,668円	2,006円

- 居室区分
- ・ ユニット型個室：居間等の共有スペースを併設し、個室の床面積が8畳以上
  - ・ ユニット型個室的多床室：居間等の共有スペースを併設し、個室の床面積が8畳未満
  - ・ 従来型個室：居間等の共有スペースが無い個室
  - ・ 多床室：相部屋

※ 第4段階の金額は基準金額であり、実際は施設との契約で決定します。

※ 居住費の多床室・従来型個室①は特別養護老人ホーム等、②は老人保健施設、介護療養型病棟、介護医療院です。

## 【高額介護（予防）サービス費】

居宅サービスや施設サービスにかかる利用者負担の1か月の合計金額（※1）が、下表の金額を超えたときは、利用者の申請に基づき、その超えた分について、高額介護（予防）サービス費として支給し、利用者の負担を軽減します。

なお、申請は初回のみで足り、初回申請時に指定した口座に振り込みます。

利用者負担段階区分	上限額
生活保護を受給している人	15,000円（個人）
世帯全員が市町村民税非課税	24,600円（世帯）
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢福祉年金を受給している人</li> <li>・ 本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が年間80万円以下の人</li> </ul>	24,600円（世帯） 15,000円（個人）
市町村民税課税世帯の人 ～課税所得380万円（年収約770万円）未満	44,400円（世帯）
課税所得380万円（年収約770万円） ～課税所得690万円（年収約1,160万円）未満 ※2	93,000円（世帯）
課税所得690万円（年収約1,160万円）以上 ※2	140,100円（世帯）

※1 食費・居住費（滞在費）などは含みません。

※2 介護サービス利用者と同一世帯に年収約770万円以上の65歳以上の人がいる場合も含みます。

## 【高額医療・高額介護合算制度】

同じ世帯内で同じ医療保険（国民健康保険など）に加入し、医療保険と介護保険サービスの両方を利用した際に、医療費と介護サービス費の1年間（8月から翌年7月まで）の利用者負担額（食費・居住費などを除く）の合計額が所得に応じた限度額を超えた場合、利用者負担の一部を支給します。なお、支給には申請が必要です。

医療費と介護サービス費の利用者負担合算後の限度額（年額）			
区 分		後期高齢者医療保険	医療保険
		介護保険	介護保険（70～74歳がいる世帯）
現役並み所得者	（課税所得690万円以上の方）	212万円	
	（課税所得380万円以上の方）	141万円	
	（課税所得145万円以上の方）	67万円	
一般（市町村民税課税世帯の方）		56万円	
市町村民税非課税世帯		31万円	
世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方（年金収入のみの場合、80万円以下の方）		19万円	

区 分			医療保険
			介護保険（70歳未満がいる世帯）
（国保）	基準総所得金額	901万円超	212万円
（国保以外）	標準報酬月額	83万円	
（国保）	基準総所得金額	600万円超～901万円	141万円
（国保以外）	標準報酬月額	53万円～79万円	
（国保）	基準総所得金額	210万円超～600万円	67万円
（国保以外）	標準報酬月額	28万円～50万円	
（国保）	基準総所得金額	210万円以下	60万円
（国保以外）	標準報酬月額	26万円	
市町村民税非課税世帯			34万円

※「世帯」は医療保険の世帯になります。

## 【生計困難者利用者負担軽減】

生計困難な低所得者については、下表のサービスを利用する場合、社会福祉法人による利用者負担の軽減を受けられます。

※ 申出をした社会福祉法人が行う事業所に限られます。

### 対象者

- ・世帯全員が市町村民税非課税で、資産や収入等が要件を満たしており生計困難者と認められる人
- ・生活保護受給者

### 対象サービス

- 特別養護老人ホーム
- 訪問介護
- 短期入所生活介護
- 認知症対応型通所介護
- 小規模多機能型居宅介護
- 看護小規模多機能型居宅介護
- 夜間対応型訪問介護
- 介護予防・生活支援サービス事業  
(訪問介護相当サービス、通所介護相当サービスに限る。)
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- 通所介護
- 介護予防短期入所生活介護
- 介護予防認知症対応型通所介護
- 介護予防小規模多機能型居宅介護
- 地域密着型通所介護
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

### 軽減割合

- ・利用者負担（サービス費の1割負担、食費、居住費（滞在費・宿泊費））の4分の1を軽減します。（老齢福祉年金受給者は2分の1）
- ・生活保護受給者については、個室の居住費の全額を軽減します。

## 【要介護度別の利用限度額】

自宅で受けるサービスや施設を利用するサービスには、要介護度ごとに1か月に利用できるサービスの費用に上限がもうけられています。限度額を超えたサービスを利用した場合、超えた分は全額利用者負担となります。

### 1か月の利用限度額と利用者負担額

要介護度	利用限度額	利用者負担		
		1割	2割	3割
事業対象者	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援2	105,310円	10,531円	21,062円	31,593円
要介護1	167,650円	16,765円	33,530円	50,295円
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円

## 2.高齢者等へのその他のサービス

### (1) 在宅サービス

#### ① 歩行安全杖支給事業

《対 象》

歩行に杖が必要な65歳以上の市民

《申し込み》

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114 (直通)

岩木総合支所 民生課 電話82-1628 (直通)

相馬総合支所 民生課 電話84-2113 (直通)

各出張所

#### ② 高齢者はり・きゅう・マッサージ施術料助成事業

《対 象》 65歳以上の市民

《利 用》 1枚につき500円割引される受療券を交付します。

《交付枚数》 1人につき5枚(年度内1回のみ)

《申し込み》

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114 (直通)

岩木総合支所 民生課 電話82-1628 (直通)

相馬総合支所 民生課 電話84-2113 (直通)

《利用可能施術所》

はり・きゅう・マッサージ指定施術所は、別紙「事業所等一覧」の③をご覧ください。

#### ③ ねたきり高齢者寝具丸洗いサービス事業

《対 象》

おおむね65歳以上の在宅ねたきり高齢者

《利 用》

寝具類を無料で年1回洗濯・乾燥・殺菌消毒します。

利用申し込みは6～7月頃。実施時期は9月上旬～10月末。

《申し込み》

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114 (直通)

岩木総合支所 民生課 電話82-1628 (直通)

相馬総合支所 民生課 電話84-2113 (直通)

民生委員

#### ④ ねたきり高齢者等紙おむつ支給事業

##### 《対 象》

在宅（自宅）で生活をする、次のいずれかに当てはまる方

- ・満65歳以上の寝たきりの方
- ・満65歳以上の要介護4・5に相当する認知症により常時失禁状態にある方
- ・身体障害者手帳1・2級の交付を受けている寝たきりの方
- ・療育（愛護）手帳Aの交付を受けている寝たきりの方

※ただし、住民税課税世帯、生活保護受給世帯は対象となりません。

##### 《利 用》

4半期ごと（4・7・10・1月）にご自宅へ配達します。

（フラットタイプ200枚、テープタイプ100枚、尿とりパッド240枚から1つ）

##### 《申し込み》

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114（直通）

岩木総合支所 民生課 電話82-1628（直通）

相馬総合支所 民生課 電話84-2113（直通）

地域包括支援センター・在宅介護支援センター（55ページを参照）

#### ⑤ 在宅高齢者短期入所事業

##### 《対 象》

短期入所が必要なおおむね65歳以上の高齢者

※ただし、介護保険サービスの利用が可能な方はそちらを優先してください。（13、16ページをご覧ください。）

##### 《利 用》

同居家族の疾病、冠婚葬祭等により短期入所が必要な期間

※原則として7日間以内

##### 《利用者負担額》

1,730円/日（生活保護受給世帯は無料）

##### 《申し込み》

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114（直通）

#### ⑥ 高齢者世話付住宅等生活援助員配置事業

高齢者世話付住宅に居住する高齢者に対し、生活援助員を配置し、生活指導・相談、安否の確認、緊急時の対応などのサービスを提供します。

##### 《実施市営住宅》

- ・緑ヶ丘団地市営住宅
- ・桜ヶ丘団地市営住宅
- ・城西二丁目団地市営住宅
- ・青葉団地市営住宅
- ・城西五丁目団地市営住宅

##### 《入居の申し込み》

市営住宅サービスセンター 電話40-7013（直通）

## ⑦ 緊急通報システム事業

### 《対 象》

在宅において緊急通報を必要とするおおむね65歳以上の高齢者が属する全ての世帯（ただし、固定電話の電話回線が必要です。）

### 《事業内容》

緊急時に通報可能なシステム・ペンダントを設置、貸与します。

### 《1か月あたりの利用料（税込）》

- |                   |         |
|-------------------|---------|
| 1. 世帯全員が住民税非課税の場合 | 1, 100円 |
| 2. 世帯に住民税課税者がいる場合 | 1, 650円 |
| 3. 生活保護受給世帯の場合    | 無 料     |

### 《申し込み》

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114（直通）

## ⑧ 安心カード

体調の急変などで救急車を要請した場合に備え、持病やかかりつけ医、内服薬、緊急連絡先などを記載する安心カードを配布します。

### 《対 象》

65歳以上の一人暮らしの方

※ただし、65歳以上の高齢者のみの世帯や障がい者のいる世帯などで希望される方も対象とします。

### 《配布場所》

市役所介護福祉課窓口、市内7か所の地域包括支援センター、市内の医療機関（一部除く）

### 《費 用》 無料

### 《問い合わせ》

介護福祉課 自立・包括支援係 電話40-4321（直通）

## ⑨ ほのぼのコミュニティ21推進事業

弘前市社会福祉協議会に見守りネットワークコーディネーターを置き、市民ボランティアが在宅のひとり暮らし高齢者などの家を訪問し交流する事業を行います。見守りネットワークコーディネーターは地域におけるネットワークづくりを支援します。

協力員3名程度でほのぼの交流グループをつくり、在宅のひとり暮らし高齢者、寝たきり高齢者、障がい者等がいる世帯を週1回程度訪問し、孤独感を解消するための交流を図り、精神的なふれあいを促進します。

《対 象》 在宅のひとり暮らし高齢者、寝たきり高齢者、障がい者等

### 《問い合わせ》

弘前市社会福祉協議会 地域福祉課 宮園二丁目8-1

電話33-1161



## ⑩ 在宅患者訪問歯科診療事業

《対 象》 ねたきり高齢者、身体障がい者等の通院が困難な方

《利 用》

弘前歯科医師会に所属する歯科医師等が自宅や施設等を訪問して、診療、口腔ケア等を行います。

《費 用》

治療費等。ご自宅から遠い歯科医師の往診を受けた場合、交通費がかかる場合があります。

《申し込み》

弘前歯科医師会 電話 27-8778

《問い合わせ》

介護福祉課 自立・包括支援係 電話 40-7072 (直通)

## ⑪ 家族介護慰労金支給事業

介護負担の軽減を図るため、在宅で中重度の要介護者を日常的に介護している家族に対して慰労金を支給します。

《対 象》

介護している人が市民税非課税世帯で、介護されている人が次のA～Cにすべて該当する場合

A. 市内に住所を有する

B. 市民税非課税世帯

C. 過去1年間、介護3・4・5に相当し、その期間に介護保険サービスを利用していない（年間1週間程度のショートステイ、福祉用具貸与、特定福祉用具販売及び住宅改修を除く）

《支給額》 年額100,000円

《申し込み》

介護福祉課 介護給付係 電話 40-7071 (直通)

## ⑫ 特別障害者手当の支給制度

《対 象》

著しく重度の心身障がいのため、常時特別の介護を必要とする在宅の20歳以上の方

※障がい部位別の指定診断書を提出していただきます。

診断書の内容や所得状況を審査し、認定されれば支給対象となります。

（認定基準に該当しない場合は却下となります。）

《支給額》 月額27,980円（令和5年4月現在）

※所得が一定以上の人には支給されません。

《申し込み》

障がい福祉課 電話 40-7036 (直通)

⑬ 配食サービス（弘前市安心安全見守りネットワーク事業関連）

市では、日常生活において関わりのあるライフライン等の事業者や、地域の自主防災組織等と「安心安全見守りネットワーク協定」を結び、孤立死の防止や異変の早期発見のために、重層的な見守りを行っています。

下表の配食業者では、協定事業者として、安否確認を含めた定期的な配食サービスを行っています。（サービス内容や料金は、配食業者によって異なります。）

《申し込み》

下表の実施業者へ直接お申し込みください。

配食業者	住 所	電話番号
コープあおもり 配食サービスセンター	平川市苗生松字川崎19 - 1	0120-102-705
サンアップルホーム デイサービスセンター	高杉字尾上山350	97-2111
特別養護老人ホーム 松山荘	一町田字浅井443-1	82-3330
セブンミール (セブン・イレブン)	市内各店舗	0120-736-158
高齢者専門宅配弁当 宅配クック123 弘前店	徒町17	33-7121
長慶苑 配食サービス	坂市字亀田53-3	84-1010
配食のふれ愛 弘前店	泉野4丁目2-12	55-6897
デイサービスセンター パインハウス弘前	国吉字坂本138-10	86-3800
まごころ弁当 弘前・平川・黒石店	上瓦ヶ町11-2	88-6759
株式会社ヨシケイ青森 弘前営業所	高田五丁目5-3	0120-361-881

(※50音順表記)

## 岩木地区に住所がある人

※岩木地区にお住まいの人だけがご利用できます。

### ⑭ 外出支援サービス事業

《対 象》

- ・ おおむね65歳以上で要介護認定を受けている一般の交通機関の利用が困難な高齢者
- ・ おおむね60歳以上で身体障害者手帳を所持している下肢が不自由な高齢者
- ・ 上記と同程度の状態にあると認められる高齢者

《サービス内容》

居宅から市または弘前市社会福祉協議会が実施、協賛する福祉事業を利用するための送迎や医療機関等への送迎

《利用者負担額》

- ・ 市または弘前市社会福祉協議会が実施、協賛する福祉事業を利用するための送迎 片道50円（生活保護世帯は無料）
- ・ 医療機関への送迎 自宅からの距離により 片道150円～410円

《申し込み》

弘前市社会福祉協議会 岩木支部 電話82-2353

## (2) 施設サービス

### ① 養護老人ホーム

比較的自立しているおおむね65歳以上の高齢者で、経済的な理由等により他の施設への入居が困難な方について、老人福祉法に基づき市が入所措置をしている施設です。生活保護世帯、市民税非課税または均等割のみ課税世帯に限ります。

《費用負担》

入所者負担金	本人の年間収入額により決定（月額）
扶養義務者負担金	同居している配偶者・子のうち、多い方の市民税課税額または所得税課税額により決定

《実施施設》

施設名	所在地	電話番号	定員
弘前温清園	金属町5-1	40-0200	120
津軽ひかり荘 (養護盲老人ホーム)	金属町5-1	55-5578	70

《申し込み》

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114（直通）

## ② 軽費老人ホーム

### 《対 象》

日常生活の自立した60歳以上の方が入所できます。食事、医療サービス付きです。

### 《費用負担》

入所者の収入により、月額約60,000円～170,000円

※冬期間（11月～3月）は暖房料が必要（月額8,020円）

### 《実施施設及び申し込み》

コーポはるな（定員 50名）

福村字新館添50-2 電話28-1616

## ③ ケアハウス

### 《対 象》

身体機能が低下した60歳以上の方が入所できます。また、食事の提供やホームヘルパー、デイサービスの利用ができます。

### 《費用負担》

入所者の収入により、月額約80,000円～170,000円

※冬期間（11月～3月）は暖房料が必要（月額6,900円～8,025円）

### 《実施施設》

施設名	所在地	電話番号	定員
ケアハウス城東	城東中央四丁目1-4	28-0054	30
ケアハウス サン・フラワー	向外瀬字豊田320-1	34-3434	30
ケアハウス アップル	東和徳町6-3	31-7777	30

《申し込み》 実施施設へお申し込みください。

## ④ 有料老人ホーム

老人を入居させ、入浴、排せつもしくは食事の介護、食事の提供、洗濯、掃除等の家事または健康管理を提供します。

市内にある有料老人ホームは、いずれも「住宅型」で生活支援等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護が必要となった場合、入居者自身の選択により、地域の訪問介護等の介護サービスを利用しながらホームの居室での生活を継続することが可能です。

《対 象》 おおむね60歳以上の人

《費 用》 全額入居者の自己負担

### 《実施施設》

有料老人ホーム一覧は、別紙「事業所等一覧」の③をご覧ください。

《申し込み》 実施施設へお申し込みください。

### ⑤ 生活支援ハウス

デイサービスセンターにあわせて整備した居住部門で、介護支援、地域の人々との交流などを総合的に提供します。

《対 象》

60歳以上で、独立して生活することに不安のある人

《費 用》

入所者の収入により、利用料月額0円～50,000円。そのほか食費や光熱水費等、介護サービスの利用者負担は実費負担となります。

(約40,000円～80,000円が目安です。詳しくは、各施設へお問い合わせください。)

《実施施設》

施設名	所在地	電話番号	定員
生活支援ハウス 365	独狐字松ヶ沢 38-2	99-1212	20
柗ハウス	大川字中桜川 18-10	95-3125	10

《申し込み》

実施施設へお申し込みください。

《問い合わせ》

介護福祉課 高齢福祉係 電話 40-7114 (直通)

## (3) 敬老生きがい事業

### ① 敬老事業

《敬老会・長寿者顕彰》

長年にわたり健康を保ち長寿を重ね、社会の発展向上に貢献された長寿者に対し、敬老会や顕彰を行います。

《百歳長寿者顕彰》

百歳を迎えられた人に対し、顕彰状、記念品を贈呈します。

《問い合わせ》

(顕彰について)

介護福祉課 高齢福祉係 電話 40-7114 (直通)

(敬老会について)

弘前市社会福祉協議会 地域福祉課 宮園二丁目 8-1

電話 33-1161

## ② 老人クラブへの助成事業

《老人クラブ加入資格》

おおむね60歳以上の方

《加入申し込み》

最寄りの老人クラブ

《問い合わせ》

弘前市老人クラブ連合会事務局 電話36-3834

## ③ 高齢者の公共施設利用制度

弘前市に住所のある高齢者の方が無料または低額で利用できます。

高齢者の文化活動やスポーツ活動に参加しやすい環境をつくり、高齢者の福祉の向上と社会参加の促進を図ることを目的としています。

《対 象》

65歳以上の弘前市民

《利 用》

氏名・年齢・住所がわかるもの（免許証・保険証など。そのコピーでも可）を直接対象施設の窓口へ提示してご利用ください。

※ 施設利用券は平成21年度で廃止となりましたので使用できません。

《対象施設》

No.	施設名	所在地	電話番号	注釈
1	宮川交流センター	堅田二丁目	36-2611	
2	清水交流センター	大開二丁目	87-6611	
3	ワークトーク弘前	清野袋三丁目	38-3711	
4	サンライフ弘前	豊田一丁目	27-2811	
5	千年交流センター	原ヶ平五丁目	87-5519	
6	町田地区ふれあいセンター	町田一丁目	32-8980	
7	三省地区交流センター	三世寺字鳴瀬	95-3760	
8	北辰学区高杉ふれあいセンター	独狐字山辺	95-3601	
9	裾野地区体育文化交流センター	十面沢字轡	99-7072	
10	新和地区体育文化交流センター	種市字木幡	72-0055	
11	城西老人福祉センター	城西四丁目	38-0858	
12	老人福祉センター祥風園	石川字大仏	92-3510	
13	老人福祉センター瑞風園	高杉字神原	95-3535	
14	生きがいセンター	南袋町	38-0848	

No.	施設名	所在地	電話番号	注釈
15	弘前城（本丸、北の郭）	下白銀町	33-8739	※
16	弘前城植物園	下白銀町	33-8733	
17	藤田記念庭園	上白銀町	37-5525	
18	郷土文学館	下白銀町	37-5505	
19	博物館	下白銀町	35-0700	
20	運動公園陸上競技場	豊田二丁目	27-6411	★
21	克雪トレーニングセンター （トレーニング室）	豊田二丁目	27-3274	★
22	弥生いこいの広場（動物広場）	百沢字東岩木山	96-2117	
23	笹森記念体育館 （武道場、競技場、トレーニング室）	下白銀町	37-5508 （笹森記念体育館）	★
24	第三市民プール	八幡町三丁目		★
25	城北ファミリープール	八幡町一丁目		
26	河西体育センター （アリーナ、多目的広場、プール）	石渡一丁目	38-3200	★
27	弓道場	笹森町	36-2515 （市民体育館）	★
28	市民体育館 （競技場、フィットネスルーム）	五十石町		★
29	小沢運動広場	小沢字御笠見		★
30	温水プール石川 （プール、多目的広場）	小金崎字村元	49-7081	★
31	南富田町体育センター（体育室）	南富田町	34-6122	★
32	金属町体育センター（体育室）	金属町	87-2482	★
33	弘前B & G海洋センター （競技場、武道場、芝生広場）	八幡町一丁目	33-4545	★
34	岩木川市民ゴルフ場	清野袋	36-7855	★
35	岩木B & G海洋センター （体育館、トレーニングルーム、 プール、運動広場、多目的広場）	兼平字猿沢	82-5700	★
36	岩木山総合公園 （体育館、トレーニング室）	百沢字裾野	83-2311	★
37	岩木山百沢スキー場リフト	百沢字東岩木山	83-2224	☆

No.	施設名	所在地	電話番号	注釈
38	そうまロマンТПィアスキー場	水木在家字桜井	84-2020	☆
39	鳴海要記念陶房館	賀田字大浦	82-2902	
40	高岡の森弘前藩歴史館	高岡字獅子沢	83-3110	
41	弘前れんが倉庫美術館	吉野町	32-8950	
42	旧第五十九銀行本店本館	元寺町	36-6350	
43	御所温泉	五所	84-2114	▼

★： 貸切り使用の場合は有料になりますので、あらかじめ各施設にご確認ください。

☆： 岩木山百沢スキー場、そうまロマンТПィアスキー場のリフトは利用料が減額となります。

※： 弘前さくらまつり期間中（4/23～5/5）は無料となりません。

▼： 御所温泉は、利用料が減額となります（310円⇒210円）。

《問い合わせ》

各施設へ直接お問い合わせください。

#### ④ 老人福祉センター

《対象》 65歳以上の人

《利用》

利用方法は「③高齢者の公共施設利用制度」をご覧ください。

施設	特色	開館時間	休館日
<b>城西老人福祉センター</b> 城西四丁目 38-0858	各種生きがい教室	9時～17時	毎週月曜日 祝日等の翌日 年末年始
<b>老人福祉センター祥風園</b> 石川字大仏 92-3510	入浴施設有 ※水・金・日曜日の 9時～15時	3～9月 9時～17時 10～2月 9時～16時	
<b>老人福祉センター瑞風園</b> 高杉字神原 95-3535	入浴施設有(温泉) ※入浴は10時から 各種生きがい教室	4～10月 9時～19時 11月 9時～18時 12～2月 9時～17時 3月 9時～18時 ※日曜日は17時に閉館	
<b>朝陽老人福祉センター</b> 茂森町 35-8888	サンパレス秋田屋内	13時～16時	

《問い合わせ》

各老人福祉センター（上表参照）

介護福祉課 高齢福祉係 電話40-7114（直通）



⑤ 弘前市生きがいセンター

高齢者間または世代間交流を目的とした施設で、各種相談、健康増進、教養の向上、レクリエーションの場を提供しています。

《開館時間》 9時～17時

《休館日》 毎週月曜日、祝日等の翌日、年末年始

《問い合わせ》

弘前市生きがいセンター 南袋町1-20 電話38-0848

⑥ 健康・生きがいづくり推進事業

弘前市社会福祉協議会が冬場の高齢者の健康保持、生きがいづくり、交流を目的に、各競技団体と共催で4つのスポーツ大会を行います。

《対象》

市内に住むおおむね60歳以上の方

《利用》

毎年12月～3月に、ラージボール卓球、グラウンド・ゴルフ、ペタンク、ゲートボールの4競技の「ふれあい高齢者スポーツ親善大会」が開催されますので、申し込んで参加してください。

(広報ひろさき等にお知らせが載ります)。

《問い合わせ》

弘前市社会福祉協議会 地域福祉課 宮園二丁目8-1

電話33-1161

⑦ 高齢者教室

ベテランズセミナー	ヒロロ4階 弘前市民文化交流館ホール	月1回
各地区高齢者教室	市内12地区公民館	月1～2回

《問い合わせ》

弘前市立中央公民館 下白銀町19-4 電話33-6561

⑧ シルバー人材センター

《対象》

60歳以上の人に「働く場」を提供しています。

《問い合わせ(会員登録、仕事の依頼)》

弘前市シルバー人材センター 南袋町1-20 電話36-8828

## (4) その他

### ① 福祉有償運送事業

#### 《対 象》

他人の介助によらずに移動することが困難であり、かつ、電車、バス、タクシーなどの公共交通機関を単独で利用することが困難で、下記に該当する人

- ・ 要支援認定、要介護認定を受けている人
- ・ 基本チェックリストに該当する人
- ・ 身体障害者手帳をお持ちの人
- ・ 精神障害者保健福祉手帳をお持ちの人
- ・ 知的障がいと判定され、療育手帳を有する人
- ・ その他肢体不自由な人、内部障害のある人

#### 《問い合わせ》

各事業所で利用対象者の範囲を定めているため、詳しくは各事業所へお問い合わせください。

#### 《サービス内容》

医療機関等への送迎

#### 《実施事業所》

No.	団 体 名	事業所名	電話番号
1	社会福祉法人 弘前市社会福祉協議会	社会福祉法人 弘前市社会福祉協議会 岩木支部 (岩木地区の人のみ対象)	82-2353
2	社会福祉法人 桃仁会	城東ホームヘルプセンター	28-0054
3	社会福祉法人 愛成会 (33-1182)	弘前静光園	31-3862
		ホームヘルプステーション	
		自由ヶ丘ホームヘルプステーション	89-1600
		養護老人ホーム 弘前温清園	40-0200
		養護盲老人ホーム 津軽ひかり荘	55-5578

#### 《問い合わせ》

申請や詳しい内容については各事業所へお問い合わせください。

事業全体：介護福祉課 介護事業係 電話 40-7099 (直通)

## ② 要介護認定高齢者の障害者控除

65歳以上で、要介護認定を受けている人を対象に、「障害者控除対象者認定書」を交付しています。

この認定書により、身体障害者手帳などの交付を受けていなくても、本人または扶養している親族は、個人住民税および所得税の障害者控除を受けることができます。

なお、個人住民税と所得税が課税されない場合は、控除申告の必要はありません。

《申請できる人》

原則として本人または扶養者

《対象者の要介護度および控除区分》

①要介護1～3の人…障害者

②要介護4・5の人…特別障害者

《問い合わせ・申請先》

介護福祉課 高齢福祉係 電話 40 - 7114 (直通)

岩木総合支所 民生課 電話 82 - 1628 (直通)

相馬総合支所 民生課 電話 84 - 2113 (直通)

# 弘前市 認知症ガイドブック (認知症ケアパス)

この「認知症ガイドブック（認知症ケアパス）」は弘前市における認知症に関する情報をまとめたものです。

認知症の人ができる限り住み慣れた自宅で暮らし続け、安心して生活できるよう、この「認知症ケアパス」を活用していただきたいと思います。



# (1) 認知症とは

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、記憶力や判断力などにさまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態がおおよそ6か月以上継続している状態のことです。

## ●認知症の主な種類●

**アルツハイマー型認知症**

脳の神経細胞が徐々に減少・死滅することが原因で、記憶障害や見当識障害が起こる。不安・うつ・妄想も出やすい。認知症の中で最も多い。

**脳血管性認知症**

脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患により、脳の細胞に酸素や栄養が行き渡らなくなり、神経細胞が死んでしまい認知症を起こす。脳血管疾患の原因となる生活習慣病の改善が重要。

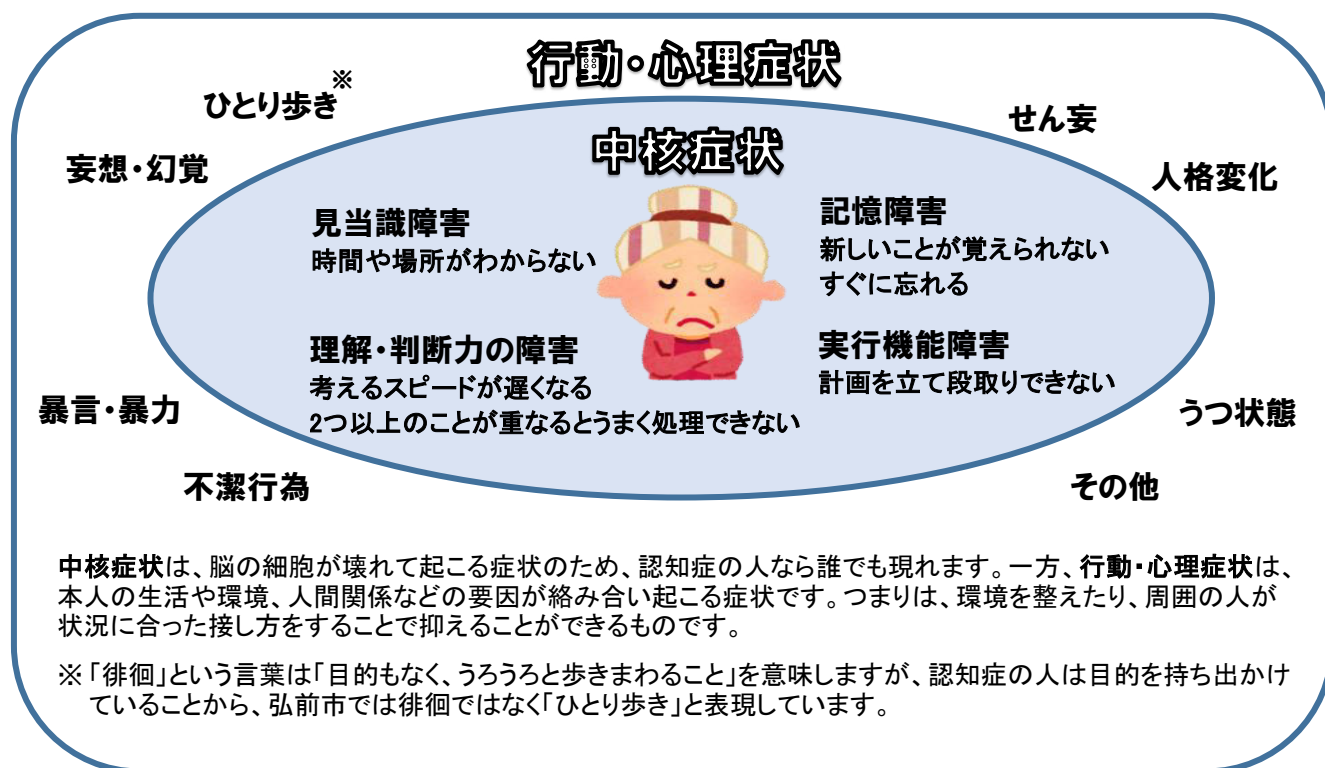
**レビー小体型認知症**

脳の神経細胞にレビー小体という異常なたんぱく質が増加することで、神経細胞が壊れていき認知症を起こす。見えないものが見える幻視や手の振るえ・小刻み歩行などのパーキンソン症状が現れる。

**前頭側頭型認知症**

前頭葉と側頭葉が萎縮することが原因で、万引きや暴力などの反社会的な行動を起こしたり、同じ言葉や行動を繰り返したりする。初期にはもの忘れはほとんどみられない。

## ●認知症の症状●



# (2) 弘前市の認知症の現状と課題

全国的に高齢化が進む中で、全国の認知症高齢者数は、2012年厚生労働省推計で約462万人(高齢者人口の約15%)と予想以上に増加しており、また当市の認知症高齢者数は約7,400人と推計されております。また、若年性認知症者は全国で約4万人、当市は約50人と推計されます。

今後、更に認知症の人の増加が見込まれることから、相談業務の強化のほか、認知症に対する正しい知識の普及が必要とされます。

### (3) 認知症の予防とは

認知症発症のリスクを少なくすることです。

・生活習慣(運動や食事)に気を配りましょう。

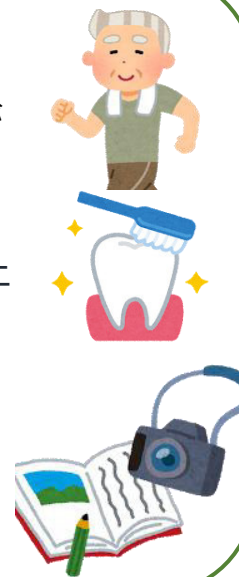
運動、食事をはじめとする生活習慣病対策には認知症の発症を遅らせる効果が認められています。

・お口の健康にも気を配りましょう。

歯とお口を良好に保つことは、良く噛むことで脳に刺激を与え、栄養を十分取ることができ、認知機能低下の予防に繋がる可能性が高いとされています。

・老化による脳の病気の加速因子を防ぎましょう。

脳や身体を使わないことは、認知症の発症や進行を加速させます。背景には、うつ病やアルツハイマー病初期にみられるうつ状態が、しばしば隠れています。



脳の活性化を図りましょう。

脳の活性化には、いろいろな方法がありますが、良い刺激となっていることが重要です。

①快刺激で笑顔に

心地よい刺激や、笑うことにより、意欲をもたらす脳内物質がたくさんでます。

②コミュニケーションで安心

社会との接触が失われると、認知機能の低下を促進させます。友人や家族などと楽しく過ごすことが大切です。

③役割・日課をもつ

人に役に立つことを日課に入れることで生活を充実させ、認知機能を高めます。

④ほめる、ほめられる(認める・認められる)

ほめてもほめられても意欲をもたらす脳内物質がたくさん出ます。脳を活性化させる活動をするとき、ほめてやる気が起きるようにすることです。



参考文献

[認知症サポーター養成講座標準教材] 認知症を学び地域で支えよう  
発行: 特定非営利活動法人 地域共生政策自治体連携機構

## ●認知症の基本ケア～認知症の予防・重度化を防ぐケア～●

認知症は、「体調を整えるケア」と「平穏な心理を保つケア」で症状を軽くしたり、発症を予防できることがあります。

身体的に活動性が低下すると認知機能も低下します。身体的活動性低下の要因として、水分(脱水)、栄養(低栄養)、排便(便秘)、運動(運動不足)があり、これらはそれぞれ関連性があります。認知症の予防や重度化を防ぐためにも、4つの基本ケアをしっかりと行いましょう。

### 【水 分…1日 1500ml 以上の水分補給を目標に】

※脱水症になると…

頭がぼんやりしたり、認知症の症状が激しくなったりします。

◎水分の摂り方◎

- ・ 1500 mlを摂取するために、午前中に充分水分を摂りましょう。
- ・ 水分は、水以外にもお茶、ジュース、コーヒー、牛乳等、また寒天やゼリーでも大丈夫です。(みそ汁などの食事や、アルコールは水分に含みません。)
- ・ 心不全や腎不全等で水分制限のある方は、医師の指示に従ってください。



### 【栄 養…1日 1500kcal の食事を目標に】

※低栄養になると…

体力の低下、認知力の低下などを引き起こします。

◎食事について◎

- ・ できるだけ規則的に1日3食を摂りましょう。
- ・ タンパク質のある物、野菜などバランスよく摂りましょう。
- ・ 食事量が少ないときは、おやつなどで補いましょう。



### 【排 便…便秘の解消、下剤に頼らない排便を目標に】

※便秘になると…

常にイライラしたり、興奮した状態が続いたりします。

◎便秘解消のために◎

- ・ 規則的な生活、決まった時間、座ってできるのであれば座ってトイレを使用することを心がけましょう。
- ・ バランスのよい、食物繊維の多い食事を摂りましょう。
- ・ 水分摂取を徹底しましょう。特に、起床時の冷水や牛乳は腸の動きを活発にします。
- ・ 体操や散歩など、運動をしましょう。



### 【運 動…1日 30分以上の運動を目標に】

※運動不足になると…

体力の低下、食欲の低下、認知力の低下などにつながります。

◎運動について◎

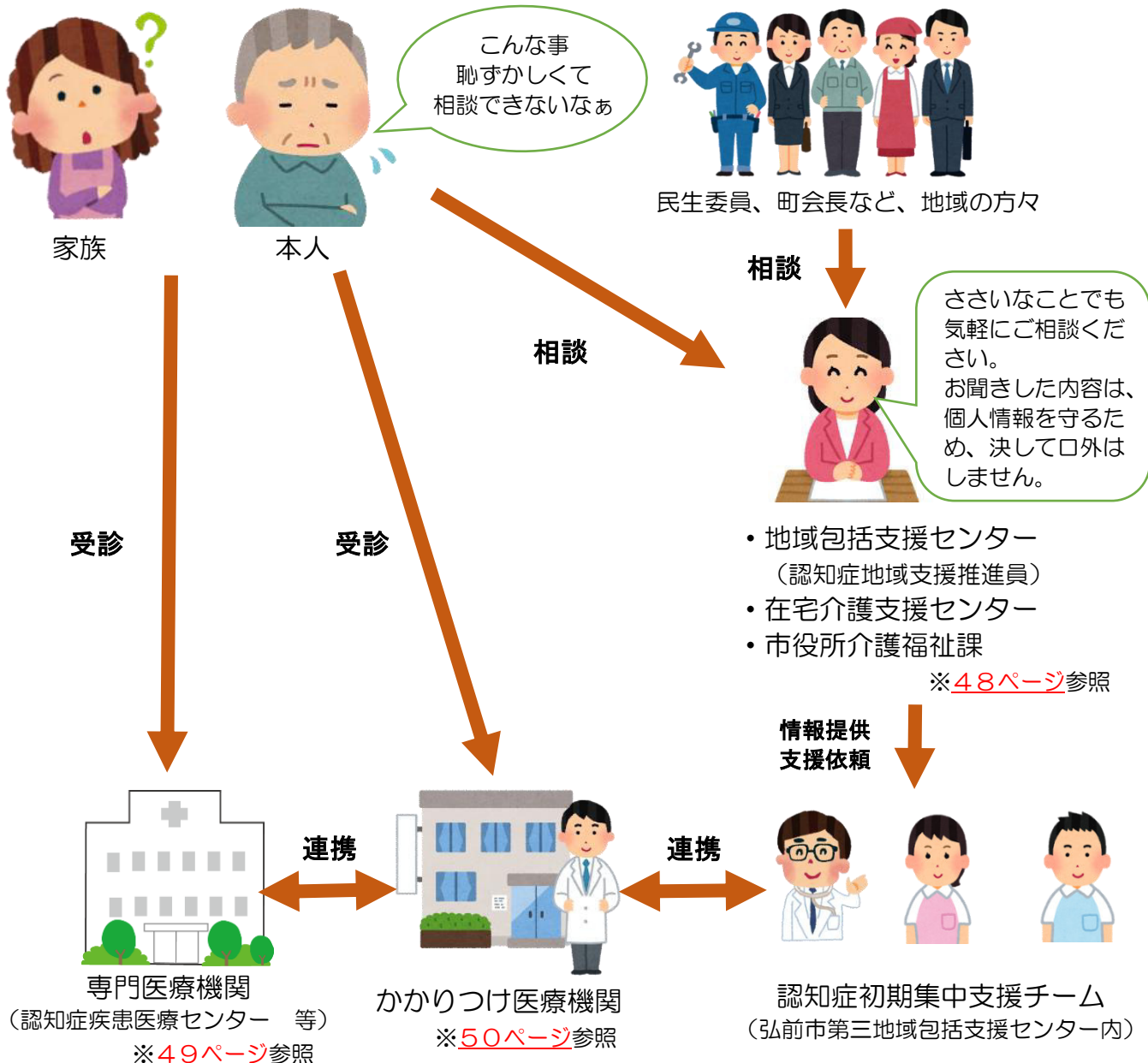
- ・ 散歩(ウォーキング)を1日2km、30分を目安に行いましょう。
- ・ ラジオ体操や腿上げ運動などの有酸素運動を行いましょう。
- ・ 家事(買い物、ゴミ捨て、草取り、雪かきなど)などに積極的に取り組み、自分の役割をもちましょう。



## (4) 認知症は早期発見と早期受診が大切

認知症のサインに気づいたら早めに受診または相談をしましょう。

- ・ 発症の原因によっては、早い段階で治療を始めれば回復が期待できる場合もあります。
- ・ 早期の対応でその後の症状を緩和させたり、進行を遅らせたりすることが期待できます。



### ●認知症初期集中支援チームとは●

認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域で安心して暮らせるように認知症の人とその家族を支援する医療・介護・福祉の専門職によるチームです。認知症が疑われる人やその家族を訪問して、心配ごとや困りごとなどのお話を伺った上で、適切な医療やサービスが受けられるように支援を行います。

### ●知ってください。若年性認知症●

64歳以下で発症する認知症を若年性認知症と言います。仕事や家事でのミスが増えたり、予定したことを忘れていたりするなどの症状が見られますが、うつ病や更年期障害と間違われることもあり、診断までに時間がかかる場合があります。生活習慣の改善などで進行を抑えられることもありますので、早めの相談や受診が大切です。



## 「認知症」早期発見のめやす

### もの忘れがひどい

1. 今電話を切ったばかりなのに、電話相手の名前を忘れる
2. 同じことを何度も言う・問う・する
3. しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている
4. 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

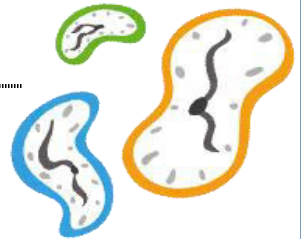


### 判断・理解力

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

### 時間・場所が

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



### 人柄が変わる

11. 些細なことで怒りっぽくなった
12. 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
13. 自分の失敗を人のせいにする
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

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



### 意欲がなくなる

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

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れば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会



## (5) 認知症の進行に合わせて受けられる 介護保険サービスやその他の支援の例

認知症の 進行 支援内容	認知症の疑い	認知症を有するが 日常生活は自立
	家族が「なんか変？」と思う状態	判断力
相談したい	※進行に関係なく最寄りの相談窓口へご相談ください。	
予防したい (介護予防・悪化防止)	老人クラブ      サークル活動 総合事業サービス P19～20      一般介護予防事業 P21 各種健康講座・体操教室	
見守る (安否確認・見守り)	緊急通報システム事業 P28	
生活を支援する	運転免許の自主返納者支援事業 P53	
身体を介護する		
医療を受ける	認知症協力医療機関・認知症疾患医療センター P49	
権利を守る (各契約の代行、財産管理等)	日常生活自立支援事業	
家族を支援する	認知症の人と家族の会 P48	
住まい	自宅      有料老人ホーム P32 養護老人ホーム P31・軽費老人ホーム P32・ケアハウス P32	
仕事をしたい 役に立ちたい	シルバー人材センター P37 ひろさき生活・仕事応援センター P52      ハローワーク	

※認知症を引き起こす疾患や身体状況などにより、経過は異なり、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が、今後の見通す参考としてください。

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
の低下が見られる状態	時間・場所・人物の区別が付かなくなるような状態	
相談窓口についてはP48～49をご覧ください。		
居宅介護支援事業所（事業所等一覧P1～2）		
施設や自宅でできる基本ケア・認知症あんしん生活実践塾 P43・53		
介護保険サービス【訪問介護 訪問看護 訪問リハ 通所介護 通所リハ】P12～13		
弘前市安心安全見守りネットワーク事業 ほのぼのコミュニティ21推進事業 P28 認知症サポーター P52 弘前市ただいまサポート事業 P53 「あおもり医療・介護手帳」 P54		
介護保険サービス【訪問介護】P12		
配食サービス P30	介護タクシー	
	ねたきり高齢者寝具丸洗いサービス事業 P26 ねたきり高齢者等紙おむつ支給事業 P27	
介護保険サービス【訪問介護 訪問入浴介護 通所介護 短期入所生活介護 短期入所療養介護 認知症対応型通所介護 小規模多機能型居宅介護】P12～18		
かかりつけ医 P50	かかりつけ歯科医 P51	かかりつけ薬局 P51 弘前市安心カード P28
介護保険サービス【訪問看護 訪問リハ 居宅療養管理指導 通所リハ 介護老人保健施設】P12～14 医療保険サービス【訪問看護】		
在宅患者訪問歯科診療事業 P29		
成年後見制度		市民生活センター
認知症カフェ P52		
高齢者世話付住宅等生活援助員配置事業 P27		
生活支援ハウス P33	介護老人福祉施設 P14	
認知症対応型共同生活介護 P17		

## (6) 認知症の人と家族を支える相談窓口・医療機関

### 認知症に関する相談窓口

#### ●弘前市地域包括支援センター・在宅介護支援センター●

認知症の相談や介護に関する相談などに応じています。

地域包括支援センターには、認知症の人やその家族を支援する相談業務を行う『認知症地域支援推進員』が配置されています。お気軽にご相談ください。

また、地域包括支援センター・在宅介護支援センターはお住まいの地区によって担当が異なります。担当地区や場所、連絡先などは54ページをご覧ください。

※弘前市認知症初期集中支援チーム(弘前市第三地域包括支援センター内)

認知症の相談がございましたら、最寄りの地域包括支援センター又は介護福祉課へご連絡ください。必要に応じて、認知症初期集中支援チームと連携して支援します。

#### ●市役所介護福祉課●

上白銀町1-1 市役所前川本館1階 電話40-7072・40-4321

#### ●青森県若年性認知症総合支援センター●

八戸市尻内町島田13-1

※公益財団法人こころすこやか財団が青森県の委託を受け実施しています。

- <相談対象者>
- ・青森県内にお住まいの本人、家族
  - ・若年性認知症の方が利用する関係機関及び若年性認知症の方を雇用する企業等
  - ・若年性認知症の方やその家族に関わっている方であればどなたでも相談できます。
  - ・県内どこからでも相談できます。

- <電話相談> 電話 0178-38-1360  
月～木 午前9時～午後4時  
(祝日及び年末年始を除く)

- <メール相談> アドレス:jakunen@kokorosukoyaka.org



#### ●公益社団法人 認知症の人と家族の会●

- <主な活動>
- ・認知症の人や家族が交流することを目的としたつどいの開催。
  - ※弘前市社会福祉センター(宮園2丁目)にて、隔月開催しております。詳細は弘前市のホームページをご覧ください。
  - ・認知症の本人や家族の声、介護保険の動向や医療・介護などの情報を提供する会報の発行。
  - ・フリーダイヤルによる電話相談。

- <問い合わせ先> 公益社団法人 認知症の人と家族の会 青森県支部  
弘前地域世話人 東谷さん 電話 0172-33-8861(職場)

- <電話相談> 月～金 午前10時～午後3時 (祝日を除く)  
相談専用フリーダイヤル 0120-294-456  
(携帯電話・スマートフォンからは 050-5358-6578 通話料有料)

## 心の健康に関する相談

うつ病になると、気分が沈んだり、食欲が低下したり、さらには判断力や記憶力が低下する場合があります。認知症と間違われることがあります。それとは逆に、認知症の症状としてうつ状態になる人がいたり、認知症とうつ病を併発している場合もあります。また、アルコールに依存している人はアルコール性認知症を発症するリスクも高まります。

心の健康に関する悩みは、一人で抱え込まずに相談をしましょう。

### ●弘前保健所 健康増進課(精神保健福祉相談)●

下白銀町14-2 青森県弘前健康福祉庁舎2階 電話 33-8521【予約制】

※精神保健福祉相談は原則偶数月の第2・第4木曜日、奇数月の第3金曜日に実施。

## 医療機関

### ●弘前愛成会病院認知症疾患医療センター●

地域における認知症に関する専門的医療の提供と、医療と介護の連携を強化するために弘前愛成会病院が青森県の委託を受けて運営しています。認知症に関する相談、認知症の早期診断と鑑別、認知症やその合併症の治療などを行っています。

弘前愛成会病院認知症疾患医療センター 弘前愛成会病院医療福祉相談室内

専用電話 35-6464(FAX兼) ・ 0120-085-255(フリーダイヤル)

月～金 午前9時～午後5時、土 午前9時～正午 (いずれも祝日を除く)

### ●認知症協力医療機関●

この名簿は、現に認知症の相談・治療を行っており、かつ名簿への掲載と地域への情報発信について同意して頂いた医療機関のみ掲載しています。

※津軽地域認知症協力医療機関名簿(令和3年8月12日改訂/弘前愛成会病院認知症疾患医療センター)より、弘前市内の医療機関を抜粋。医療機関の最新情報については「弘前愛成会病院認知症疾患医療センター」ホームページをご確認ください。(http://aiseikai-hp.or.jp)

専門医療機関								
医療機関名	住所	電話	初診時の 予約	主に 対応 する 診療科	鑑別 診断	対応可能な 画像検査	B P S D への 対応	備考
弘前大学 医学部附属病院	本町53	33-5111	要	脳 神 経 内 科	○	CT MRI SPECT	○	
聖康会病院	和泉二丁目17-1	27-4121	不要	精 神 科	○		○	
弘前愛成会病院	北園一丁目6-2	34-7111	要	精 神 科	○	CT	○	もの忘れ外来 認知症疾患医療センター ※相談対応 月～金(平日)9:00～17:00
弘前小野病院	和泉二丁目19-1	27-1431	要	認 知 内 科 外 ・ 来	○	CT	○	レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症、ピック病、その他認知症の鑑別診断が可能。
藤代健生病院	藤代二丁目12-1	36-5181	要	精 神 神 経 科	○	CT	○	もの忘れ外来 認知症認定看護師による認知症相談 (第1・3木曜日予約制)

かかりつけ医療機関

医療機関名	住所	電話	初診時 予約	相談対応	診断と 初期治療	認知症の 訪問診療
木村脳神経クリニック	代官町96-1	31-3117	不要	○	○	×
場崎クリニック	代官町86-2	38-6600	不要	○	○	○
そうまクリニック	八幡町二丁目8-4	32-2222	不要	○	○	×
のだ眼科・血管内科クリニック	神田三丁目2-11	33-6611	不要	○	○	×
八幡町クリニック	青山四丁目27-10	31-6188	要	○	○	○
満天クリニック	笹森町37-27	33-3001	要	○	○	×
石沢内科胃腸科	新町151	34-3252	不要	○	○	○
梅村医院	石渡一丁目1-6	32-3593	不要	○	○	○
千葉胃腸科内科医院	石渡三丁目13-2	36-7788	不要	○	○	×
今村クリニック	松原西二丁目1-1	88-3090	不要	○	○	×
こいし内科クリニック	松原東二丁目5-2	87-7111	不要	○	○	○
佐藤内科小児科取上医院	取上二丁目17-1	33-1191	不要	○	○	○
ナルミ医院	南川端町13	33-1507	要	○	○	×
西弘前クリニック	中野一丁目9-8	32-4121	不要	○	○	×
山形内科クリニック	松森町124	37-5811	不要	○	○	×
健生クリニック	扇町二丁目2-12	55-7707	要	○	○	○
下田クリニック	城東中央四丁目1-3	27-2002	不要	○	○	○
城東クリニック	城東中央三丁目4-10	26-2800	不要	○	○	×
さがらクリニック	桔梗野一丁目3-3	37-2070	不要	○	○	×
関医院中津軽診療所	賀田一丁目14-2	82-3006	不要	○	×	○
佐藤内科医院	覚仙町15-1	34-2126	不要	○	○	○
伊東クリニック	元大工町36-1	32-0630	不要	○	○	○
畑山医院	石川字春仕内97-1	92-2115	不要	○	○	×
吉川脳神経外科クリニック	城東中央三丁目9-6	26-6120	不要	○	○	×
なりた内科クリニック	安原二丁目1-13	87-7788	不要	○	○	×
ESTクリニック	福村字新館添20-1	29-5500	不要	○	×	×
相原内科医院	青山三丁目8-2	33-0055	不要	○	○	×
ひろさき糖尿病・内科クリニック	城東北四丁目4-20	29-2650	不要	○	○	×
大町内科クリニック	大町一丁目14-3	31-3511	不要	○	○	×
沢田内科医院	茂森新町一丁目6-4	37-7755	不要	○	○	×
弘前あすなろメンタルクリニック	三岳町6-1	88-8279	要	○	○	×
ひろさき温泉養生医院	真土字勝剣林334-1	82-3377	不要	○	×	×
山口医院	若葉一丁目6-4	39-2311	不要	○	○	×
五所の診療所	五所字野沢39-13	84-2311	不要	○	○	×
くどう内科消化器・肝臓クリニック	石川字石川97	92-3316	不要	○	○	×
弘前脳神経外科クリニック	大清水四丁目8-3	88-5212	不要	○	○	○

## 認知症の人と家族を支えるヒト・モノ・コト

### ●かかりつけ歯科医●

「かかりつけ歯科医」とは、患者さんのライフサイクルに沿って、口と歯に関する保健・医療・福祉を提供し、地域に密着したいくつかの必要な役割を果たすことができる歯医者さんのことです。

歯の喪失や加齢等に伴う口腔機能の低下は寿命の延伸や生活の質の向上に多面的に悪影響を及ぼしています。

とくに認知症を有する患者さんでは、

- ①自発的な清潔行動が障害されることから、口腔衛生状態は悪化し、う蝕や歯周病になりやすい。
- ②咀嚼や摂食嚥下機能などの口腔機能が低下し、誤嚥性肺炎などの身体合併症や急性疾患発症のリスクが高まります。
- ③種々の要因から低栄養状態となり、生活機能も低下し全身状態の悪化につながります。
- ④認知症が進行すると、歯とお口を良好に保つ必要性が理解できなくなったり、歯科医とのコミュニケーションもうまくいけなくなり、治療等に対する意思決定もままならなくなります。

同じ歯科医院を定期的に受診すれば、認知症の徴候に気づくこともでき、認知症の早期発見につながる可能性もあります。また、お口の中の小さな変化にも気づいてもらえるので、認知症があっても状態に応じた歯科対応が早期から可能になります。「かかりつけ歯科医」なら、長いつき合いの中で患者さんの症状や治療の経過、持病や体質などを把握していますから、認知症があっても、よりの確な治療に結びつけてくれるはず。



「かかりつけ歯科医」を持ち、定期的にお口の健診や予防を図ることが大切です。

#### ※認知症サポート歯科医師

認知症対応力向上研修会を受講し、認知症の疑いのある人に早期に気づき、かかりつけ医(認知症サポート医)等と連携して対応するとともに、その後も認知症の人の状態に応じた歯科治療や口腔機能の管理等を適切に行い、認知症の人や家族への支援体制構築の担い手となる歯科医師のことで

<問い合わせ先> 弘前歯科医師会 電話 27-8778

### ●かかりつけ薬局●

効果的な薬物治療ができるように指導・助言するだけでなく、認知症の人が服用しやすい形状の工夫や、飲み忘れを防ぐための助言を行います。

また、地域に密着し薬局の特性を活かした身近な相談所として「健康介護まちかど相談薬局」があり、認知症の早期発見・早期対応を目的として「脳の健康チェックリスト」を実施しています。

青森県薬剤師会では、厚生労働省認知症地域医療支援事業を青森県から委託を受け、薬剤師認知症対応力向上研修を実施しています。

研修修了者は

- ①氏名を市町村及び市町村地域包括支援センターに通知すること。
- ②市町村の求めに応じ、市町村主催の会議等に出席すること。
- ③認知症の人及び家族等への受診勧奨を行うこと。

弘前市でも多くの研修終了薬剤師がいますので、ぜひご活用下さい。



#### ※認知症サポート薬剤師

認知症対応力向上研修会を受講し、認知症の疑いのある人に早期に気づき、かかりつけ医(認知症サポート医)等と連携して対応するとともに、その後も認知症の人の状態に応じた薬学的管理や服薬指導を適切に行い、認知症の人や家族への支援体制構築の担い手となる薬剤師のことで

<問い合わせ先> 弘前薬剤師会 電話 32-6205

## ●就労に関する相談●

若年性認知症の方の仕事に関する相談に応じます。  
「働きたい」「働き続けたい」とお悩みの方はご相談ください。



<問い合わせ先>

- ・ひろさき生活・仕事応援センター 電話 38-1260(相談専用)  
ヒロロ3階「ヒロロスクエア」(駅前町9-20) 平日の午前8時30分～午後5時
- ・障がい福祉課 電話 40-7036
- ・青森県若年性認知症総合支援センター (48ページ参照)

## ●認知症サポーター●

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。

認知症の人や家族の気持ちを理解したり、学んだ知識を友人に伝えたり、できる範囲で手助けする人が増えることで、認知症の人や家族が安心して暮らせる地域になるでしょう。



### 認知症サポーター養成講座のご案内

地域住民・職域・学生など、どなたでも受講できます。市内在住のグループや事業所、学校等に講師役となるキャラバン・メイトを無料で派遣しています。  
※キャラバン・メイトの派遣を希望する方は、講座開催予定日の1か月前までにご連絡ください。

<問い合わせ先・申し込み先> 介護福祉課 自立・包括支援係 電話 40-7072

## ●認知症カフェ●

認知症の人やその家族が、地域の人々や介護に関わる専門職たちと気軽に交流することができる集いの場です。認知症カフェという名前以外にもさまざまな名前で開催されています。

カフェ名称	開催場所	開催日時	利用料	問い合わせ先
オレンジカフェ 輪い輪い	詳細につきましては、第一地域包括支援センターへお問い合わせください。		無料	弘前市第一地域 包括支援センター 電話 31-1203
いっぷく茶屋 心愛	詳細につきましては、第二地域包括支援センターへお問い合わせください。		無料	弘前市第二地域 包括支援センター 電話 31-3811
だいさん 橙燦カフェ	詳細につきましては、第三地域包括支援センターへお問い合わせください。		無料	弘前市第三地域 包括支援センター 電話 39-2515
土曜の音楽 カフェ	詳細につきましては、東部地域包括支援センターへお問い合わせください。		無料	弘前市東部地域 包括支援センター 電話 26-2433
みなみ カフェ	詳細につきましては、南部地域包括支援センターへお問い合わせください。		無料	弘前市南部地域 包括支援センター 電話 87-6779

※状況により、開催を中止または日時を変更する場合がございますので、問い合わせ先にご確認ください。



## ●運転免許の自主返納者支援事業●

運転が困難になった方や運転に不安を感じている方が自主的に運転免許を返納することができます。青森県では運転免許を返納した方々が車を運転しなくても安心して生活することができるように、さまざまな支援を行っています。

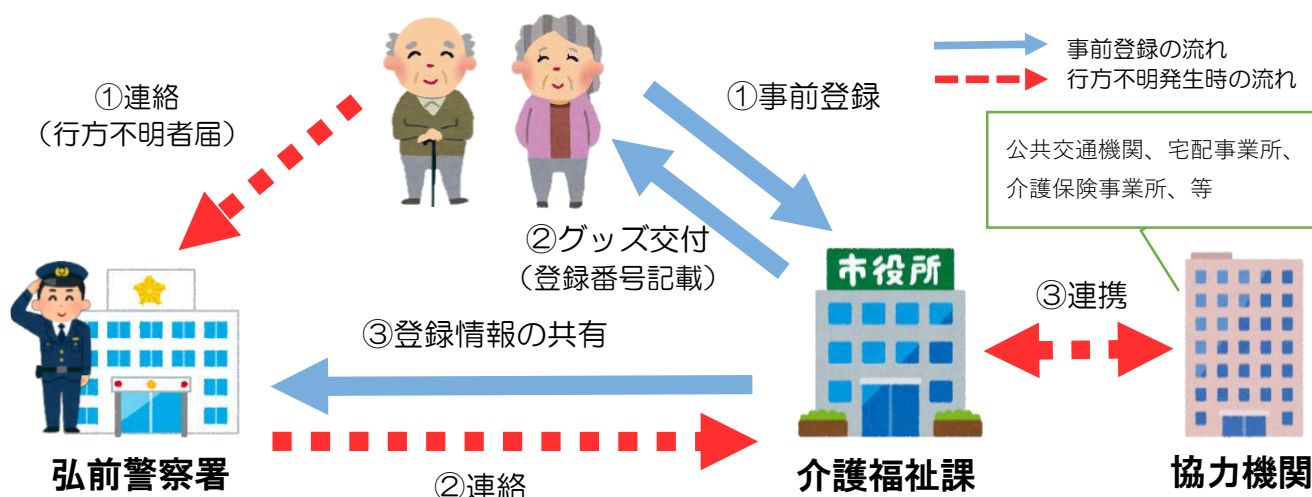
～主な支援の例～  
 ・タクシー、介護タクシーの料金割引  
 ・宅配サービスの料金割引

<問い合わせ先> 弘前警察署 交通第二課 電話 32-0111(代表)

## ●弘前市ただいまサポート事業●

認知症やその疑いのある高齢者が道に迷ったり、自宅がどこかわからなくなったりした際、無事に「ただいま！」と帰宅できるように、ご本人の情報を事前に市に登録しておき、警察や協力機関と連携することで、帰宅できなくなった方を早期に発見し保護する事業です。

事前登録をしておくことで、搜索活動や保護された時の身元確認が迅速にできます。



対象となる方	弘前市に住所を有する65歳以上の人で、認知症やその疑いにより外出時の帰宅に不安がある人 (65歳未満でも、若年性認知症などで同様の不安がある場合も申請できます)
申請できる方	本人・ご家族・成年後見人(保佐人・補助人含む)
申請手続き	「登録申請書」と「登録者情報(写真付き)」を市役所介護福祉課に提出していただきます (市内の地域包括支援センターを経由して市役所へ提出することもできます)
料 金	無料
申 請 後	登録番号を記載したキーホルダー、反射シール、アイロンシールを配布します

<問い合わせ先・申し込み先> 介護福祉課 自立・包括支援係 電話 40-7072

## ●認知症あんしん生活実践塾●

認知症の基礎と4つの基本ケアについて学び、6か月間にわたり施設や家庭で実践することで、認知症の症状の改善を目指す講座です。

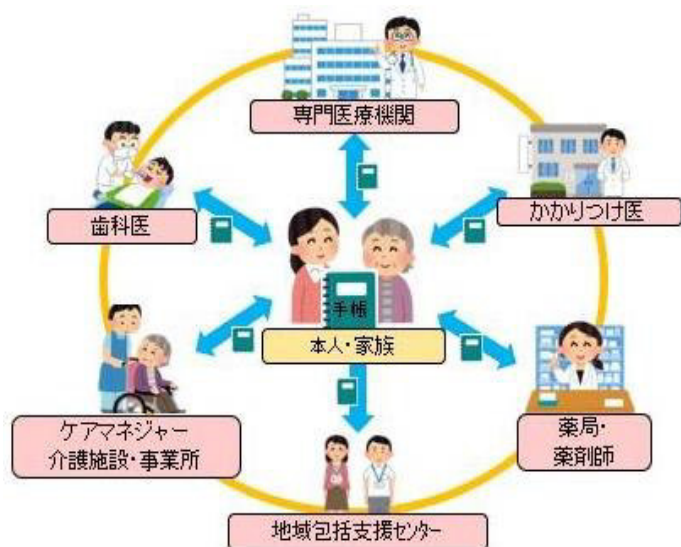
実際に基本ケアに取り組んだ結果、尿失禁や便失禁、デイサービス利用時の不穏状態などがなくなった、話し方が穏やかになった、会話の言葉が出るようになったなどの成果がたくさん出ています。

<問い合わせ先> 介護福祉課 自立・包括支援係 電話 40-7072

## ●認知症情報連携ツール「あおり医療・介護手帳」●

認知症の方やそのご家族などの介護者の方が、住み慣れた地域で安心して生活することができるよう「あおり医療・介護手帳」を交付しています。

この手帳を活用し、医療・介護関係者間で認知症の方の情報を共有することで、より適切な医療や介護サービスを受けられるようにするものです。



- ・ A 5 サイズ、リングファイル式。
- ・ クリアファイル付きで、お薬手帳なども一緒に持ち歩くことができます。
- ・ 無料で配布しております。



手帳の内容	ご本人の情報(介護、医療、歯科、認知症、服薬等)が記載されています
交付対象者	下記の要件をすべて満たし、交付を希望される方 <ul style="list-style-type: none"> <li>・弘前市に住所を有し、医療機関で認知症の診断を受けた方</li> <li>・個人情報の取り扱いに同意できる方</li> <li>・手帳を管理することができる方(本人以外に家族、関係者でも可)</li> </ul>
交付窓口 ・ 申請者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・弘前市介護福祉課 自立・包括支援係(前川本館1階)及び弘前愛成会病院認知症疾患医療センター</li> <li>・本人、家族、成年後見人等になります</li> </ul>
交付の流れ	手帳の説明を受けて、手帳に記載される個人情報を関係者間で共有することに同意された場合、「交付申請書兼同意書」へ記入していただき、手帳の交付となります。

<問い合わせ先・申し込み先> 介護福祉課 自立・包括支援係 電話 40-7072

この認知症ガイドブックは弘前市認知症初期集中支援チーム検討委員会委員及び弘前市認知症地域支援推進員のご協力のもと作成したものです。

## 相談窓口

高齢者の介護予防、健康や福祉、生活などについて総合相談・支援を行います。お気軽に下記地域包括支援センターまでご相談ください。また、地域包括支援センターにながための「窓口」として、下記の在宅介護支援センターでも総合相談業務を行いますので、お気軽にご利用ください。なお、地域包括支援センター・在宅介護支援センターでは、高齢者の生活や健康状態把握のため、訪問も行っています。

### ○弘前市地域包括支援センター

担当地区	地域包括支援センター	電話番号	所在地
第一中学校区	弘前市第一地域包括支援センター	31-1203	野田2丁目2-1 (津軽保健生協会館1階)
第二中学校区	弘前市第二地域包括支援センター	31-3811	藤野2丁目6-1 (きらら弘前敷地内)
第三・南中学校区 (南中は松原小に限る)	弘前市第三地域包括支援センター	39-2515	豊原1丁目1-2 (弘前静光園内)
第五・東・石川中学校区	弘前市東部地域包括支援センター	26-2433	福村字早稲田27-1 (福寿園向かい)
津軽・常盤野・相馬東目屋中学校区	弘前市西部地域包括支援センター	82-1516	賀田2丁目4-2 (パインハウス岩木内)
第四・南中学校区 (南中は松原小を除く)	弘前市南部地域包括支援センター	87-6779	小沢字山崎44-9 (希望ヶ丘ホーム敷地内)
新和・北辰・船沢・裾野中学校区	弘前市北部地域包括支援センター	95-2100	高杉字山下298-1

### ○在宅介護支援センター

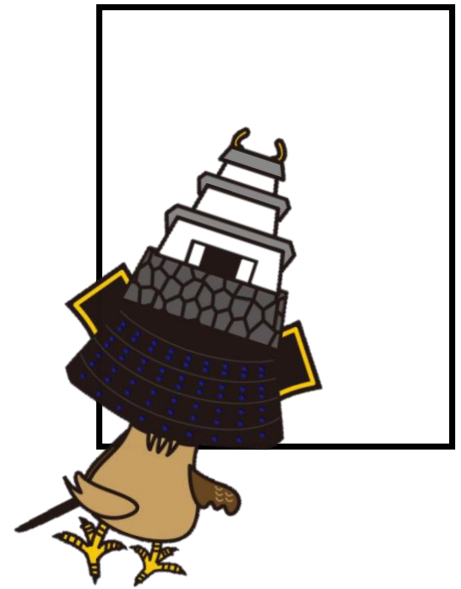
担当地区	在宅介護支援センター	電話番号	所在地
第一中学校区 (北・城東小学校区)	幸陽荘在宅介護支援センター	37-8311	清野袋字岡部433-1
第一中学校区 (時敏・和徳小学校区)	健生介護センター虹 在宅介護支援センター	40-3256	向外瀬字豊田292-1 (健生介護センター虹居宅介護 支援事業所内)
第二中学校区 (三省小学校区を除く)	在宅介護支援センター鷹匠町	39-2200	鷹匠町16-1
第三中学校区	弘前静光園在宅介護支援センター	33-7100	豊原1丁目1-2
東中学校区	城東在宅介護支援センター	28-0082	城東中央4丁目1-4
津軽中学校区	松山荘在宅介護支援センター	82-3330	賀田2丁目4-2
東目屋・常盤野中学校区	在宅介護支援センターパインハウス弘前	86-3800	国吉字坂本138-10
第四中学校区	在宅介護支援センター静風苑	88-1433	自由ヶ丘5丁目5-3
石川中学校区	在宅介護支援センター白寿園	92-2031	大沢字稲元3-2
相馬中学校区	長慶苑在宅介護支援センター	84-1010	坂市字亀田53-3
第三中学校区 (文京小学校区に限る) 南中学校区 (松原小学校区に限る)	在宅介護支援センター希望ヶ丘	87-6765	小沢字山崎44-9
新和中学校区	在宅介護支援センター三和園	93-3960	三和字上恋塚19
北辰中学校区 第二中学校区 (三省小学校区に限る)	在宅介護支援センターサンタハウス弘前	95-3672	大川字中桜川18-10
船沢中学校区	サンアップル在宅介護支援センター	97-2131	高杉字尾上山350
裾野中学校区	草薙在宅介護支援センター	93-2222	大森字勝山278-18

住所地別担当地域包括支援センター(令和3年4月～)

大字名		担当	大字名		担当	大字名		担当	大字名		担当	大字名		担当																																								
あ	藍内	西部	か	川先1~4丁目	東部	し	城西1~5丁目	第二	な	中崎	第二	ま	松ヶ枝1丁目(※16)	東部																																								
	青樹町	南部		河原町	第二		城東1丁目(※5)	東部		中野	第三		松ヶ枝3丁目	東部																																								
	青女子	北部		寒沢町	第三		城東1丁目(※6)	第三		中野1~5丁目	第三		松ヶ枝2・4・5丁目	第一																																								
	青山1~5丁目	第一		神田1~5丁目	第一		城東2~5丁目	東部		中畑	西部		松木平	南部																																								
	茜町1・2丁目	第二		桔梗野1~5丁目	南部		城東北1~4丁目	東部		中別所	北部		真土	西部																																								
	茜町3丁目(※1)	第二		北川端町	第三		城東中央1~5丁目	東部		檜木	北部		松原西1・2丁目	第三																																								
	茜町3丁目(※2)	南部		北瓦ヶ町	第三		城南1~5丁目	第三		南塘町	南部		松原西3丁目	南部																																								
	悪戸	南部		北新寺町	南部		新鍛冶町	第三		新岡	西部		松原東1~5丁目	第三																																								
	旭ヶ丘1・2丁目	南部		北園1・2丁目	第三		新寺町	南部		新里	東部		松森町	第三																																								
	愛宕	西部		北柳町	第一		新寺町新割町	南部		西ヶ丘町	第三		馬屋町	第二																																								
新町	第二	北横町	第一	新法師	西部	西川岸町	第三	水木在家	西部																																													
い	石川	東部	き	清富町	南部	す	末広1~5丁目	東部	に	西茂森1・2丁目	南部	み	三岳町	第三																																								
	石渡	第二		清原1~4丁目	第三		住吉町	第三		西城北1・2丁目	第一		緑ヶ丘1~3丁目	南部	緑町	第一																																						
	石渡1~5丁目	第二		金属町	南部		昂(すばる)	西部		西大工町	第二		南大町1・2丁目	第三	南川端町	第三																																						
	一野渡	南部		葛原	西部		清野袋	第一		乳井	東部		南瓦ヶ町	第三	南城西1・2丁目	第二																																						
	一番町	第一		国吉	西部		清野袋1~5丁目	第一		如来瀬	西部		南富田町	第三	南袋町	第二																																						
	一町田	西部		熊嶋	西部		相馬	西部		糠坪	北部		南柳町	第一	南横町	第一																																						
	稲田1・2丁目	東部		蔵主町	第一		代官町(※7)	第一		禰宜町	第一		稔町	第三	宮川1~3丁目	第一																																						
	岩賀1~3丁目	第一		黒滝	西部		代官町(※8)	第三		野田1・2丁目	第一		宮地	西部	宮園1~5丁目	第一																																						
	植田町	第一		黒土	西部		高岡	西部		馬喰町	第一		宮館	北部	御幸町	第三																																						
	う	駅前1・2丁目		第一	く		楮町	第三		せ	高崎		東部	ぬ	八幡館	東部	の	向大工町	南部																																			
駅前3丁目(※3)		第三	高野	西部		高崎1・2丁目(※9)	東部	八幡町1~3丁目	第一		元寺町	第一	元長町		南部																																							
駅前3丁目(※4)		第一	小金崎	東部		高崎2丁目(※10)	第一	鼻和	西部		元寺町小路	第一	元薬師堂		第二																																							
駅前町		第三	小金崎1丁目	東部		鷹匠町	第二	浜の町北1・2丁目	第二		百沢	西部	百田		第一																																							
狼森		南部	小栗山	南部		高杉	北部	浜の町西1~3丁目	第二		百沢字東岩木山(※13)	北部	森町		南部																																							
扇町1~3丁目		東部	小沢(字山崎を除く)	南部		高田	東部	浜の町東1~5丁目	第二		百沢字東岩木山(※14)	西部	薬師堂		東部																																							
大浦町		第一	小沢字山崎	第三		高田1~5丁目	東部	原ヶ平(※11)	第三		百石町	第一	八代町		第二																																							
大川		第二	五十石町	第二		高屋	西部	原ヶ平(※12)	南部		百石町小路	第一	安原1~3丁目		第三																																							
大久保		第一	五所	西部		田代町	第三	原ヶ平1~5丁目	南部		平岡町	第二	范中		第二																																							
大沢		東部	五代	西部		龍ノ口	西部	番館	西部		平山	西部	山崎1~5丁目		第三																																							
え	大清水	東部	こ	小人町	第一	た	館後	西部	は	東城北1~3丁目	第一	む	元大工町	南部																																								
	大清水1~4丁目	東部		駒越	西部		館野1・2丁目	第三		東長町	第一		元寺町	第一	元長町	南部																																						
	大助	西部		駒越町	第二		種市	北部		東和徳町	第一		樋の口1・2丁目	第二	元長町	南部																																						
	大富町	第三		紺屋町	第二		田町1~5丁目	第一		樋の口町	第二		百沢	西部	元薬師堂	第二																																						
	大原1~3丁目	南部		在府町	南部		田茂木町	第一		百沢	西部		百沢	西部	百田	第一																																						
	大開1~3丁目	南部		境関	東部		俵元1・2丁目	第一		百沢字東岩木山(※13)	北部		百沢	西部	森町	南部																																						
	大町1~3丁目	第三		境関1丁目	東部		千年1~4丁目	南部		百沢字東岩木山(※14)	西部		百石町	第一	薬師堂	東部																																						
	大森	北部		坂市	西部		茶畑町	第一		百石町	第一		平岡町	第二	八代町	第二																																						
	大和沢	南部		栄町1~4丁目	第二		鳥町	第二		平岡町	第二		平山	西部	安原1~3丁目	第三																																						
	徒町	第三		坂元	南部		津賀野	第一		平岡町	第二		広野1・2丁目	南部	范中	第二																																						
お	徒町川端町	第一	坂本町	第三	土堂	第二	ひ	藤内町	第二	ふ	福田	東部	や	山崎1~5丁目	第三																																							
	桶屋町	第三	相良町	南部	鉄砲町	第一		福田1~3丁目	東部		藤代	第二		山下町	第三	山道町	第三																																					
	小友	北部	桜ヶ丘1~5丁目	南部	田園1~5丁目	東部		福田1~3丁目	東部		藤代	第二		山道町	第三	弥生	北部																																					
	鬼沢	北部	桜庭	西部	藤内町	第二		福村	東部		袋町	第二		八幡	西部	湯口	西部																																					
	鬼沢	北部	桜林町	第三	銅屋町	第三		福村1丁目	東部		藤沢	西部		横町	西部	吉川	西部																																					
	北町	第三	笹館	北部	常盤坂1~4丁目	南部		福村1丁目	東部		藤代	第二		吉川	西部	賀田	西部																																					
	親方町	第一	笹森町	第一	常盤野	西部		袋町	第二		藤野1~5丁目	第二		賀田	西部	賀田1・2丁目	西部																																					
	折笠	北部	沢田	西部	徳田町	第一		藤野1・2丁目	第二		富士見台1丁目	第三		吉野町	第三	米ヶ袋	西部																																					
	貝沢	北部	三世寺	第二	十腰内	北部		富士見台2丁目	南部		富士見町	第三		和泉1丁目(※17)	第一	和泉1丁目(※18)	東部																																					
	学園町	第三	山王町	第一	独狐	北部		船水	第二		船水	第二		和泉2丁目(※19)	第一	和泉2丁目(※20)	東部																																					
か	覚仙町	南部	さ	小比内1~5丁目	東部	ち	富田1~3丁目	第三	ほ	文京町	第三	ま	若党町	第一																																								
	鍛冶町	第三		塩分町	南部		つ	富田町		第三	ま		細越	北部	ま	若葉1・2丁目	南部																																					
	春日町	第一		茂森新町1~4丁目	南部			富野町		第三			堀越	東部		ま	早稲田1~4丁目	東部																																				
	堅田	第一		茂森町	南部			豊田1~3丁目		東部			本町	南部			ま	和徳町	第一																																			
	堅田1~5丁目	第一		品川町	第三			豊原1・2丁目		第三			鳥井野	西部				ま	和徳町	第一																																		
	門外	東部		清水1~3丁目	南部			取上1~5丁目		第三			撫牛子	第一					ま	和徳町	第一																																	
	門外1~4丁目	東部		清水富田字桔梗流	南部			富田1~3丁目		第三			撫牛子1~5丁目	第一						ま	和徳町	第一																																
	兼平	西部		清水富田字清水流	第三			富田町		第三			長坂町	第一							ま	和徳町	第一																															
	上瓦ヶ町	第三		清水富田字寺沢	南部			富野町		第三			な	な								ま	ま	ま	ま																													
	上鞆師町	第一		清水富田字寺田	南部			豊田1~3丁目		東部																な	な	ま	ま	ま	ま																							
上白銀町	南部	清水森	南部	取上1~5丁目	第三	な		な	ま	ま		ま																				ま																						
紙漉沢	西部	下鞆師町	第一	鳥井野	西部		な				な				ま																		ま	ま	ま																			
紙漉町	第三	下白銀町	第一	撫牛子	第一											な																				な	ま	ま	ま	ま														
亀甲町	第一	下湯口	南部	撫牛子1~5丁目	第一												な																								な	ま	ま	ま	ま									
萱町	第一	自由ヶ丘1~5丁目	南部	長坂町	第一													な																												な	ま	ま	ま	ま				
川合	東部	樹木1~5丁目	南部	長坂町	第一														な																																な	ま	ま	ま

※1	1~5番地、6番地1、6番地2(西小、二中)	※11	字山中360~374、406~443、512~515、551~568、619~638番地(文京小、三中)
※2	6番地3、6番地4、7~8番地(青柳小、四中)	※12	字奥野、字山中1~359、375~405、444~511、699~792番地、字山元(千年小、南中)
※3	3、4、7~9、12~17番地(大成小、三中)	※13	1~999、2000~2099、2200~2999番地(船沢小、船沢中)
※4	1、2、5、6、10、11番地(和徳小、一中)	※14	1000~1999、2100~2199番地(岩木小、津軽中)
※5	1~10、12~14、103番地(豊田小、五中)	※15	1番地1(和徳小、一中)
※6	11番地(大成小、三中)	※16	1番地2~14、2~7番地(東小、東中)
※7	46~111番地(和徳小、一中)	※17	1~3番地、5番地、6番地1~15、6番地17、7~19番地(和徳小、一中)
※8	1~45番地(大成小、三中)	※18	4番地、6番地16(東小、東中)
※9	1丁目、2丁目2~17番地(和徳小、東中)	※19	1番地(和徳小、一中)
※10	2丁目1番地(和徳小、一中)	※20	2~21番地(東小、東中)





## 弘前市福祉部介護福祉課

介護保険料について	➡介護保険料係	40-7049 (直通)
要介護認定について	➡介護認定係	40-7050 (直通)
介護サービスについて	➡介護給付係	40-7071 (直通)
総合事業・認知症ケアパスについて		
	➡自立・包括支援係	40-7072 (直通)
介護保険以外のサービス	➡高齢福祉係	40-7114 (直通)

弘前市ホームページ [www.city.hirosaki.aomori.jp](http://www.city.hirosaki.aomori.jp)

