令和６年度足立区地域包括ケアシステム推進会議
第３回認知症施策推進部会

日時：令和７年１月２３日(木)
午後２時～午後４時
場所：足立区役所中央館４階
４０１会議室
議長：粟田部会長

会　議　次　第

１　開　会　　司　会：原
　　進　行：粟田部会長

２　協議事項

（１）足立区のチームオレンジについて　　佃　資料１
　　資料１－１

（２）認知症サポーター拡大計画進捗状況　　佃　資料２

３　報告事項

（１）認知症検診事業について　　佃　資料３
　　資料３－１

（２）令和６年度認知症月間アンケート結果　　佃　資料４

（３）介護予防・認知症予防普及啓発講演会について　　佃　資料５

（４）認知症ケアパスについて　　佃　資料６

４　その他

５　閉　会

資料１

足立区のチームオレンジについて

認知症のある人の社会参加を支援することで、社会とのつながりを維持しながら、住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができる地域づくりを推進する住民主体のチームオレンジの体制づくりについて、進捗状況を報告する。

１　チームオレンジの概要案　（資料１－１）

２　課題

（１）認知症のある方と一緒に地域で主体的に活動しているグループはあるが、グループの存在や活動内容が知られていない。

（２）ステップアップ講座を受けた認知症サポーターを、地域での活動の場につなぐことができていない。

３　今後の展望

（１）区内のチームオレンジの発足

ア　現在活動しているグループに対して

チームオレンジコーディネーター※や認知症地域支援推進員がグループにヒアリングを実施し、チームオレンジとする。活動内容を周知し、認知症のある方や家族の参加を促進する。

※　チームオレンジコーディネーター

チームオレンジの立ち上げや活動支援、各専門機関との連携、ステップアップ講座の実施など、チームオレンジの整備を推進していくための中核的な役割を担う。区では認知症地域支援推進員３名と保健師１名が兼務。

イ　チームオレンジ活動希望者に対して

ステップアップ講座で、活動意欲をヒアリングしながら、認知症のある人のニーズに応じたチームの立ち上げや、既存チームへの参加を支援する。

（２）区民への意識調査

認知症月間アンケートや認知症のある人へのアンケート調査を実施し、チームオレンジの知名度や「認知症になっても安心して暮らせる地域」についての意識の変化等を評価していく。

足立区チームオレンジの概要案

資料　1-1

足立区の目指すチームオレンジ

認知症の人の社会参加を支援することで、認知症の人が社会とのつながりを維持しながら、住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができる地域づくりを推進する、住民主体のチームオレンジ

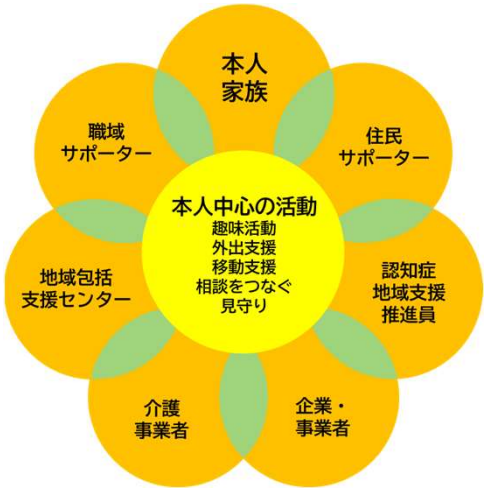
【チームオレンジの3つの基本】

1 認知症の人の社会参加を支援するため、認知症の人もチームの一員として参加できるように努めるとともに、認知症の人の意見を活動に反映していること。

2 認知症の人及びその家族の困りごとを継続して支援できること。

3 認知症サポーターでチームが組まれており、リーダー及びサブリーダーが認知症サポーターステップアップ講座の修了者又は修了予定者であること。

【チームオレンジ構成メンバー】



チームオレンジは、認知症の人やその家族が住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らすことができる地域づくりに寄与する活動を行う団体をいう。

相談

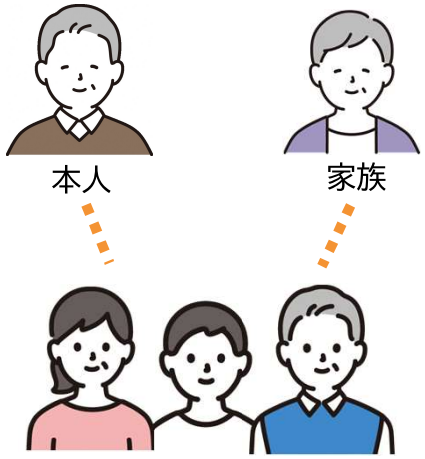
認知症の人・家族の支援ニーズ等を把握

区
ホウカツ
チームオレンジコーディネーター
認知症地域支援推進員

情報共有・連携

チームとのマッチング

チームオレンジ



【活動例】

- 話し相手、困りごとなどのお手伝い
- 社会参加 趣味活動の支援
- 外出先への付き添い・送迎
- 地域における見守り・声かけ

【生活支援体制整備事業】
生活支援コーディネーター（一層二層）と連携
例：地域ケア会議、絆のあんしんネットワーク連絡会　など

資料２

認知症サポーター拡大計画について

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らすことができる地域づくりを目指し、認知症サポーター拡大計画を実施した。令和６年度の取り組み状況を報告する。

１　実施結果

（１）企業向け認知症サポーター養成講座

ア　実施状況

	R5		R6	
	実施数	人　数	実施数	人　数
卸売業・小売業	1	8	4 (2)	47 (14)
金融業・保険業	4	68	3	62
医療・福祉	5	96	4	83
生活関連サービス業	0	0	1	26
合計	10	172	12 (2)	218 (14)

※　各年度とも１２月末時点の数値

※　括弧書は内書で認知症地域支援推進員が新たに実施した企業数・人数

イ　結果

（ア）「卸売業・小売業」での実施が増えた。日頃のホウカツの活動から開催につながった事例もあり、受講者数は増加した。

（イ）認知症地域支援推進員とともに新たな５か所の企業・商業施設等に働きかけたが２か所の開催にとどまった。

（２）区職員向け認知症サポーター養成講座

ア　実施状況

（ア）日時・場所

令和６年９月５日（木）　１０：００～１２：００　足立区役所　庁舎ホール

（イ）定員

２００人

（ウ）受講者数

１６９人

イ　結果

（ア）数年ぶりに開催できたが、２００人定員のところ、１６９人にとどまった。

（イ）「現在認知症の家族がいるので大変参考になった。」「業務で担当している関係機関（住区センター）の職員向けに開催してみたい」などの感想があった。

２　課題

（１）業務時間内に従業員を集め講座の時間を確保することが難しい企業もあり、柔軟な開催方法を検討する必要がある。

（２）新たな企業への働きかけとして、受講するメリットが十分に伝えられなかったため、認知症サポーターの目的や意義等の周知内容・方法を再考する必要がある。

（３）区職員が率先して受講することで、「共生社会の実現」に向けた地域づくりの気運醸成が期待されるが、そのためには受講者数を増やす必要がある。

３　今後の方針

（１）企業への対策

ア　企業が開催しやすいように、時間帯や開催方法を工夫する。

イ　認知症サポーター養成講座の内容が、企業としての社会貢献だけでなく、自分自身や家族にも活用できることを伝えていく。

ウ　講座開催を希望する企業に対して、よりホウカツが講座を実施しやすくなるよう、工夫していく。

（２）区職員への対策

令和７年度以降、新規採用職員と過年度未受講者を対象に職員向け認知症サポーター養成講座を実施し、５年間で全職員が認知症サポーターとなるようにする。その後は新規採用職員に継続して認知症サポーター養成講座を実施していく。

資料３

認知症検診事業について

１　令和７年度からの「認知症検診事業の概要」及び「あだち脳活ラボ」について
（資料３－１）

２　令和４～６年度までとの変更点

	令和４～６年度	令和７年度以降
事業名	あたまの健康度測定	あだちオレンジチェック
対象	７０歳	（１）７０歳 （２）介護予防チェックリストで認知機能低下の疑いのある方 （３）「あだち脳活ラボ」によるJ-MCI、Cognitraxで認知症機能低下の疑いのある方 ア　J-MCI（５０歳以上） イ　Cognitrax（６５歳以上）
検診方法	集団検診 個別検診	個別検診 ※５０歳～６４歳までの方には若年性認知症にも対応できる医療機関を案内する
検査内容	集団検診：のうKNOW 個別検診：長谷川式またはMMSE	個別検診：長谷川式またはMMSE
期間	集団検診：２日間 個別検診：５月中旬～８月末	個別検診：５月中旬～２月末
検診後支援実施者および支援期間	名　称：伴走支援制度 実施者：訪問看護ステーション 期　間：６か月	名　称：あだちオレンジサポート 実施者：認知症地域支援推進員 期　間：３か月
検診医療機関からの検診後報告	なし	認知症と診断された方の件数

あだちオレンジチェック（認知症検診）スキーム

資料3-1

令和7年1月23日
足立区高齢者施策推進室 高齢者地域包括ケア推進課

【あだちオレンジチェック（認知症検診） 受診フロー】

既存の検診対象者	介護予防チェックリストにて A区分（認知機能低下の疑いあり）	J-MCI / Cognitraxにて 認知機能低下の疑いあり
７０歳	６５歳以上	【J-MCI】５０歳以上 【Cognitrax】６５歳以上
想定 ３００人	想定 ３００人/1,034人	想定 ２３０人
５月中旬 受診票発送	受診票随時発行（対象者希望時）	

想定受診者数 ８３０人

受診期間：５月から２月
受診場所：区内指定検診医療機関
受診方法：受診票が届いた対象者は同封の区内指定検診医療機関一覧から医療機関を選んで事前予約のうえ受診

未受診者へ再勧奨実施

区検診

６５歳以上

区内指定検診医療機関

受診票を持参した対象者へ検診実施（所要時間約１時間想定）
【検診内容】問診、認知機能検査改定長谷川式簡易知能評価スケール または MMSE）

【区内指定検診医療機関の要件】
下記のいずれかの要件を満たした医師が勤務する医療機関を区内指定検診医療機関とする
① 認知症サポート医（オレンジドクター含む）
② 日本老年精神医学会若しくは日本認知症学会の定める専門医又は認知症疾患の鑑別診断等の専門医療を主たる業務とした5年以上の臨床経験を有する医師
③ 東京都かかりつけ医認知症研修修了者
④ 足立区が実施する検診実施に必要な知識及び技術の修得に資する内容の研修修了者

疑いなし

① 毎年のはつらつ測定会を勧める
② 気になることがあれば地域包括支援センターへの相談を勧める
③ 日頃の介護予防・認知症予防活動として「あだち脳活ラボ」を案内

あだち脳活ラボ

疑いあり

５０歳から６４歳（J-MCI対象のみ）

区内指定検診医療機関のうち 若年性認知症対応可能医療機関

【若年性認知症対応可能医療機関の要件】
区内指定検診医療機関の要件を満たし、かつ若年性認知症の専門知識を有すると認められる医療機関とする

疑いなし

① 毎年のJ-MCI実施を勧める
② 気になることがあれば地域包括支援センターへの相談を勧める

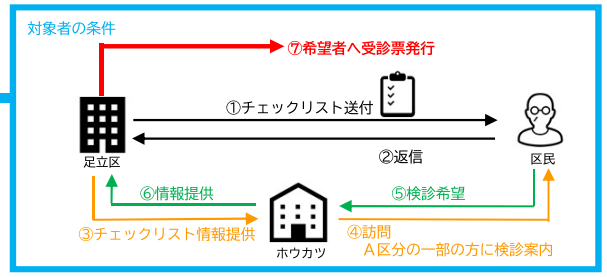
疑いあり

保険診療

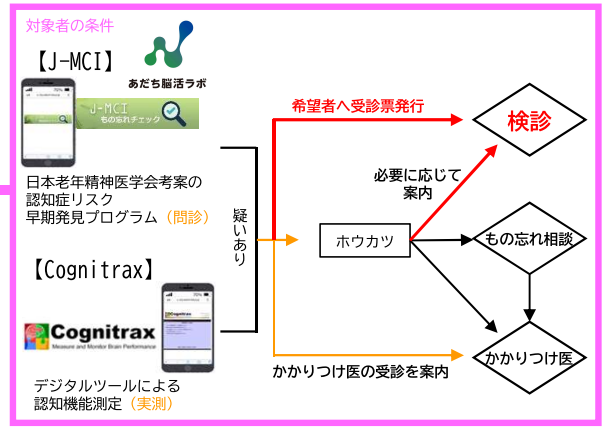
一般診療で対応

（仮）精密検査専門医療機関（一般診療で対応）

対象者の条件



対象者の条件



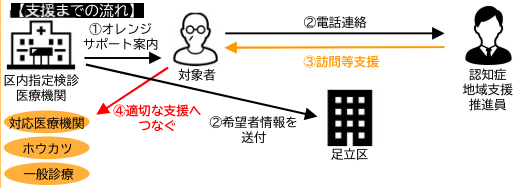
あだちオレンジサポート（検診後支援）

対象：区内指定医療機関を受診した結果、「疑いあり」と診断された方のうち支援を希望した方と医師が必要と認める方

内容：認知症地域支援推進員による訪問・電話相談等支援

サポート内容
- 不安の傾聴、本人家族への情報提供を行う
- 区内指定認知症対応医療機関、ホウカツ、介護保険申請等適切な支援へつなぐ

※ 上記支援が不要の場合
必要に応じて日頃の介護予防・認知症予防活動として「あだち脳活ラボ」を案内
65歳未満の方には毎年のJ-MCI実施を勧める



資料４

令和６年度
認知症施策アンケート
調査結果

福祉部高齢者施策推進室長付
高齢者地域包括ケア推進課　認知症施策推進係

・目的

区民の認知症施策のニーズや理解度を把握し、今後の効果的な情報発信や事業実施をするうえでの指標とするため、9月の認知症月間を利用して認知症施策に関するアンケートを実施した。

・概要

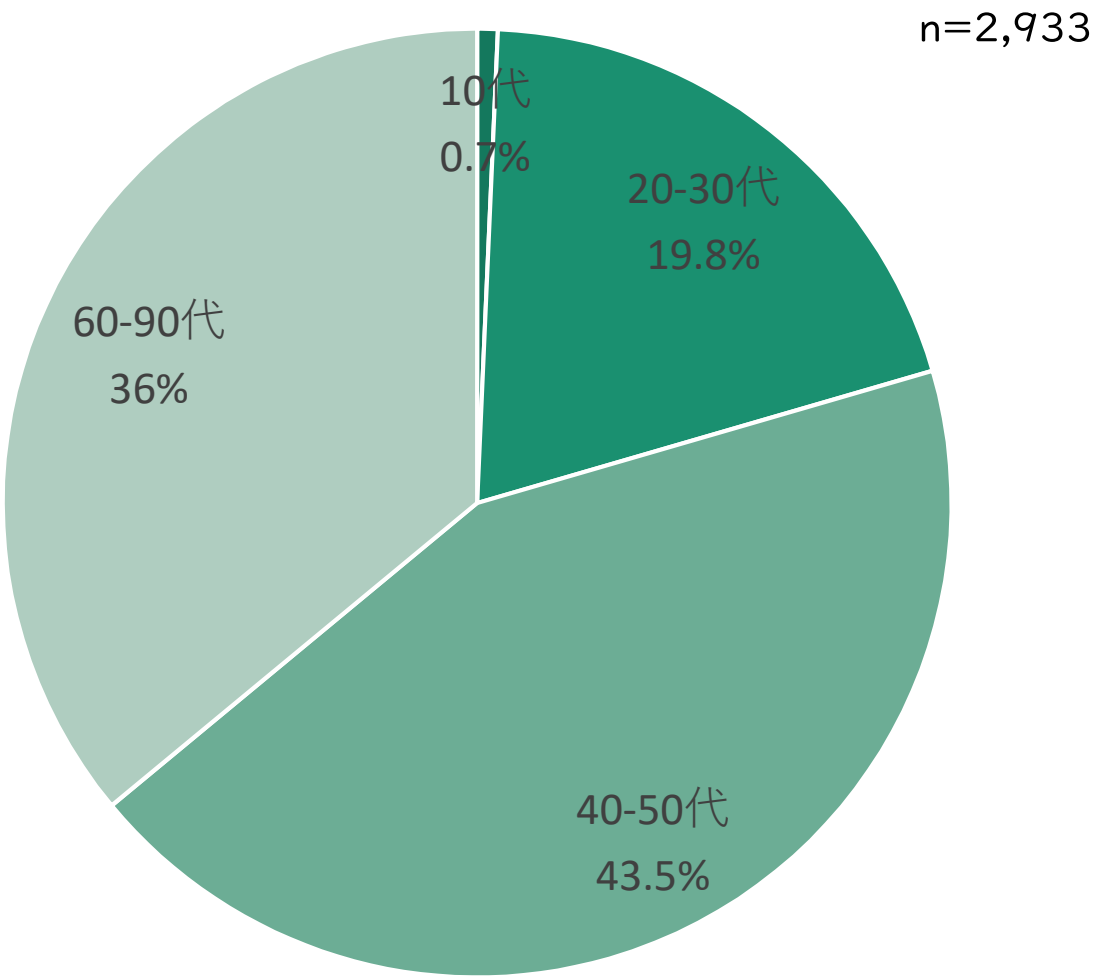
期　間：令和6年8月26日から令和6年9月30日まで

方　法：足立区オンライン申請サービス
　　ポスター、リーフレット、SNS、HP等を利用してアンケートを周知

対　象：区内在住・在勤・在学の方

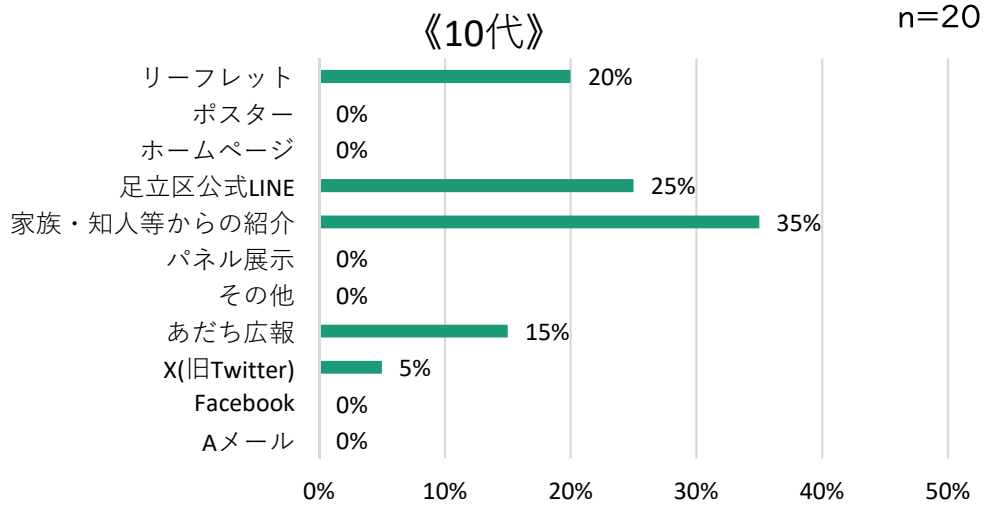
回答数：2,933件（令和5年度：3,504件）

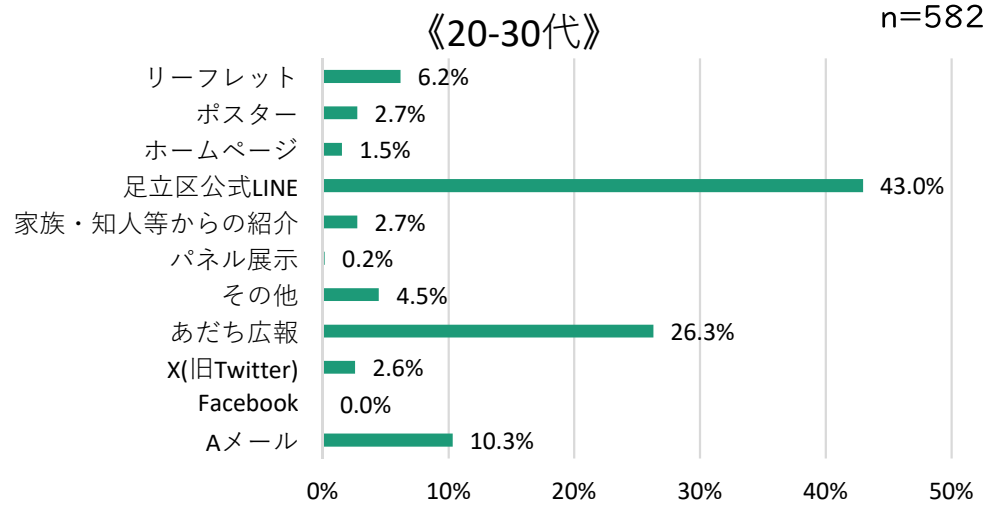
・回答者の年代

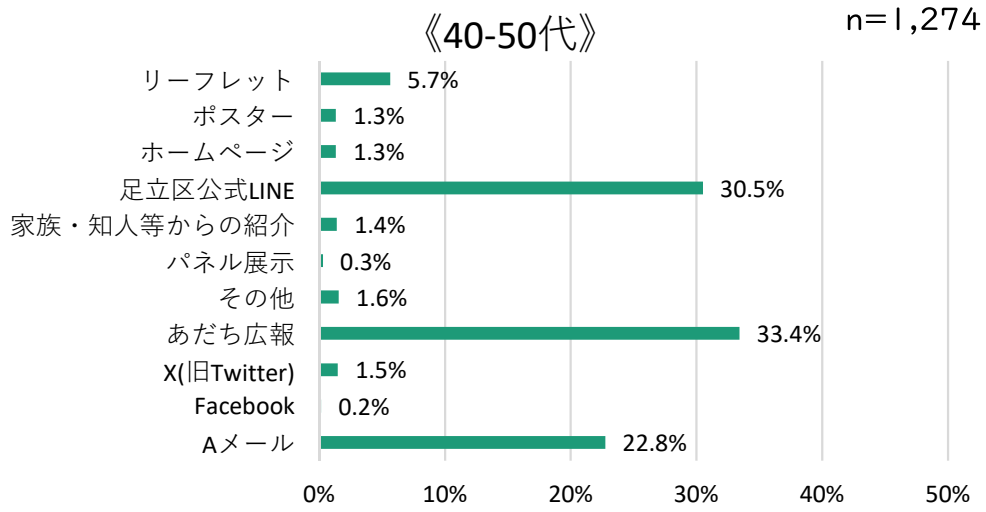


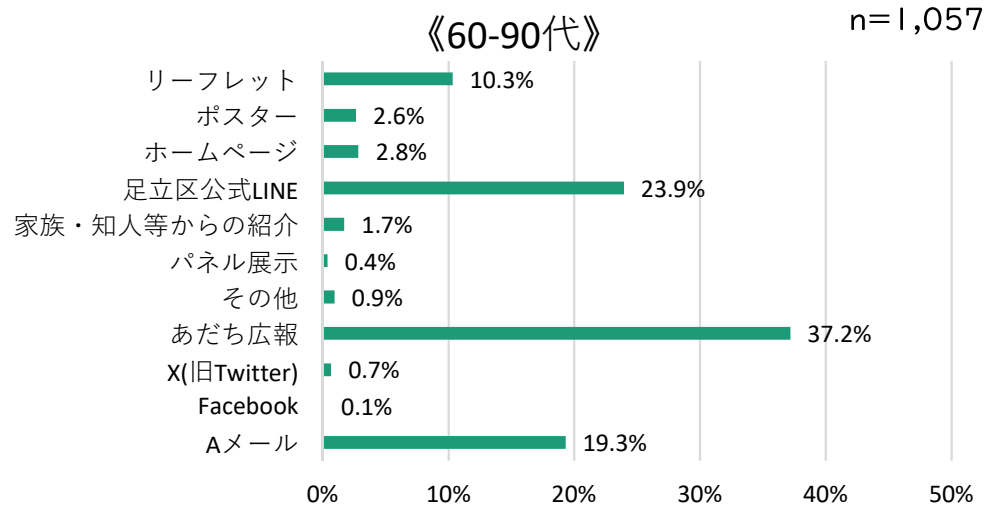
合計2,933人の参加があり、幅広い年齢層の意見を聴取できた。
メインターゲットである40－50代が最も多く、60-90代も合わせると約8割の回答があった。
※　10代は18名と回答者が少ないため、参考値としてデータを見る必要がある。

・年代×情報の入手元



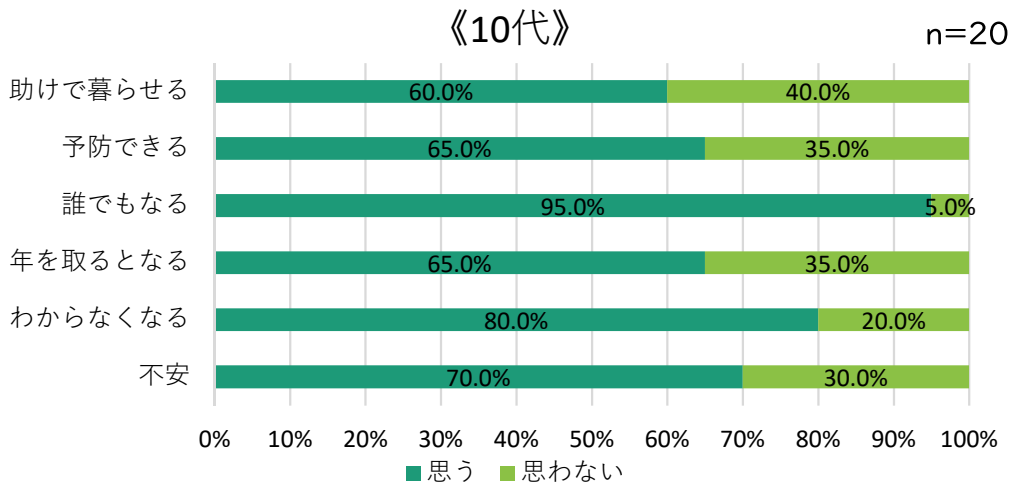


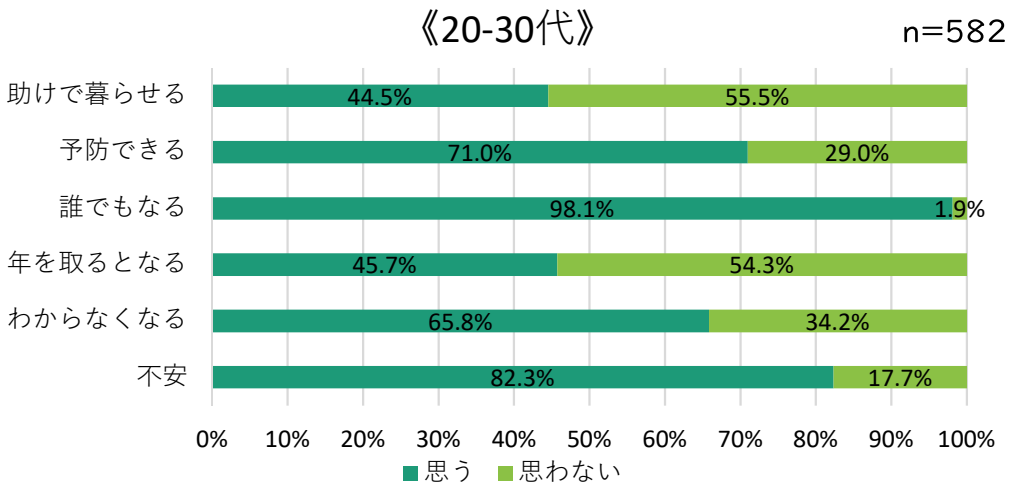


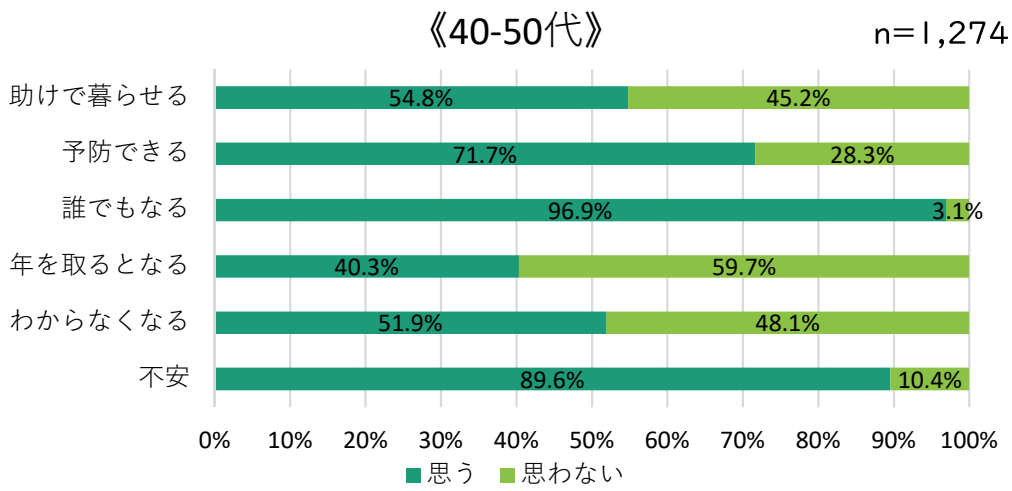


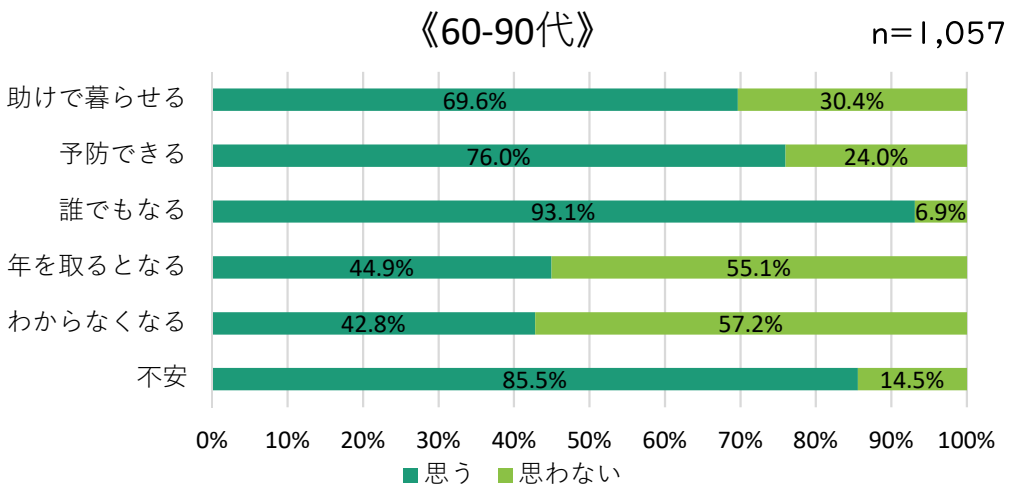
入手元として多かったのが「LINE」「あだち広報」「Aメール」であった。20-30代はLINEが最も多かったが、40－50代以降はあだち広報が最も多い結果となった。次年度以降も情報発信を強化し、無関心層にも情報が届くよう工夫していく。

・年代×認知症のイメージ



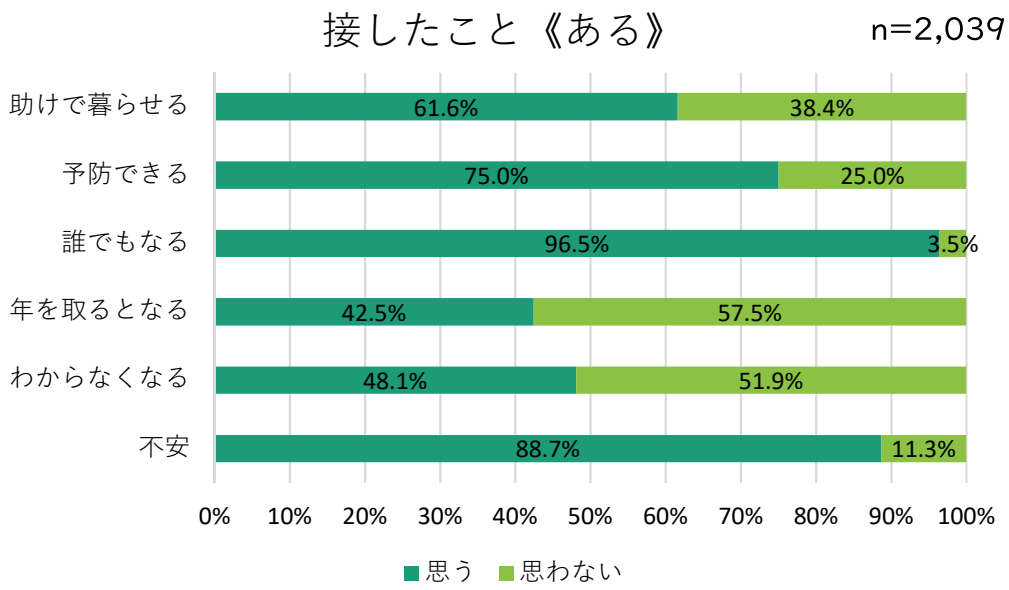


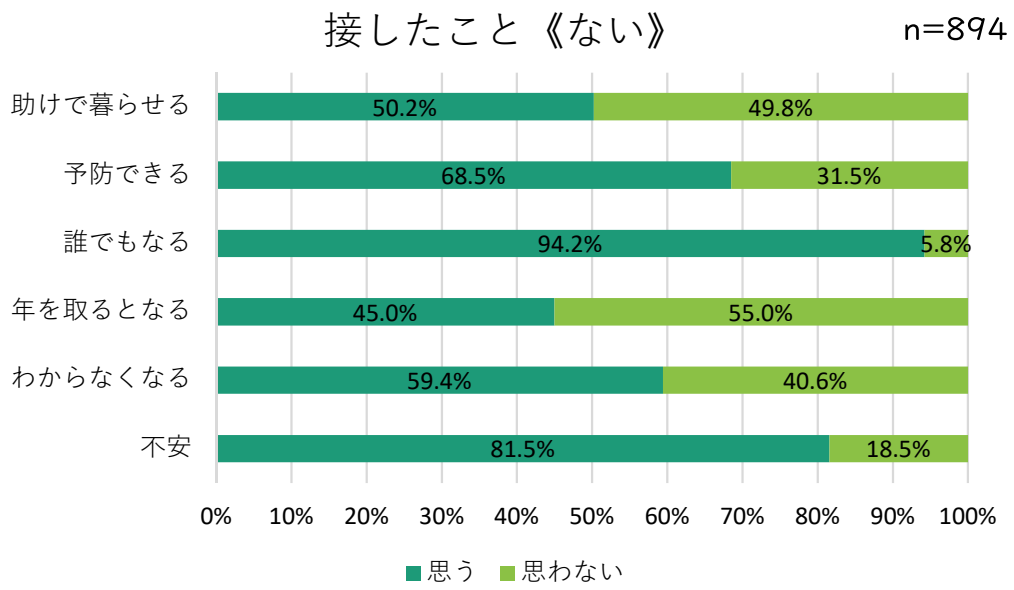




「誰でもなる」の回答が全年代で最も多かった。「年を取るとなる」や「わからなくなる」の回答も一定数あることから、認知症に関する正しい知識が定着しているとは言えない。
引き続き、「正しい認知症」の理解を進めるため情報発信、普及啓発に努める。

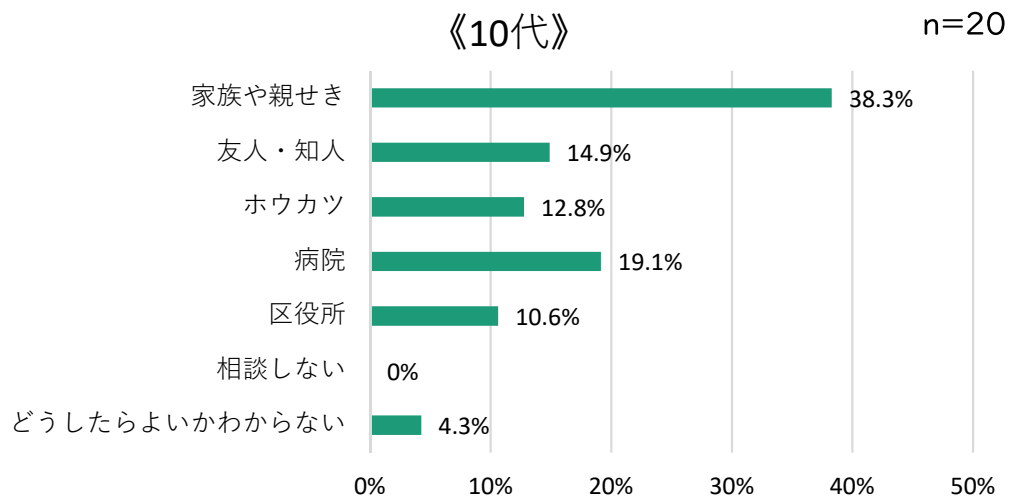
・接した経験×認知症のイメージ

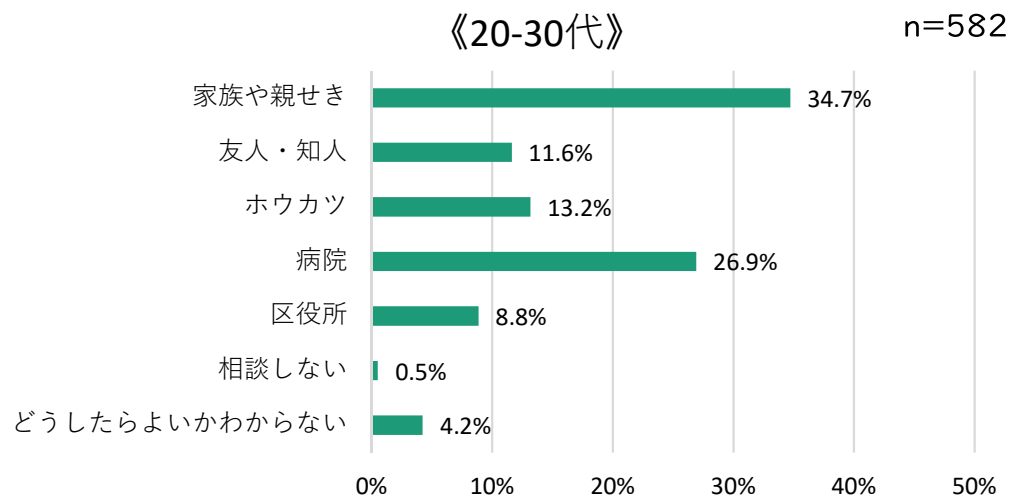


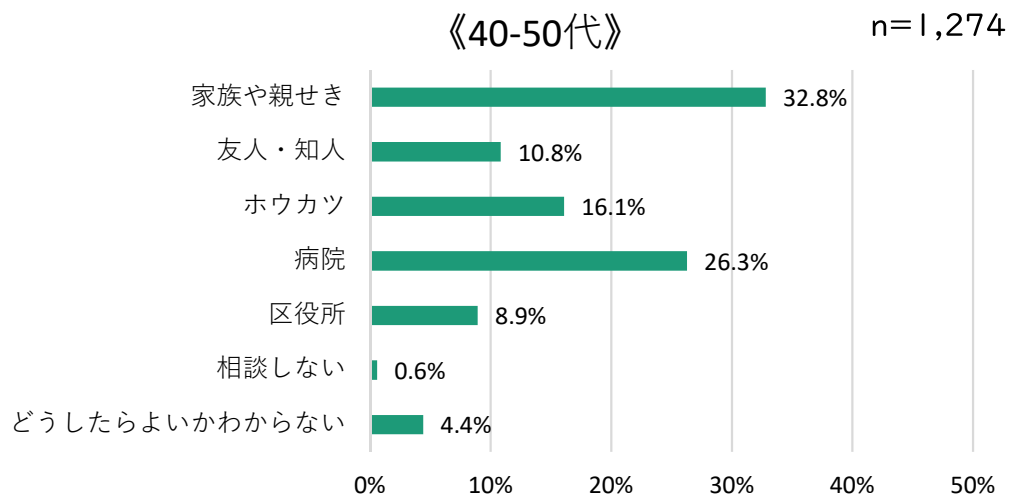


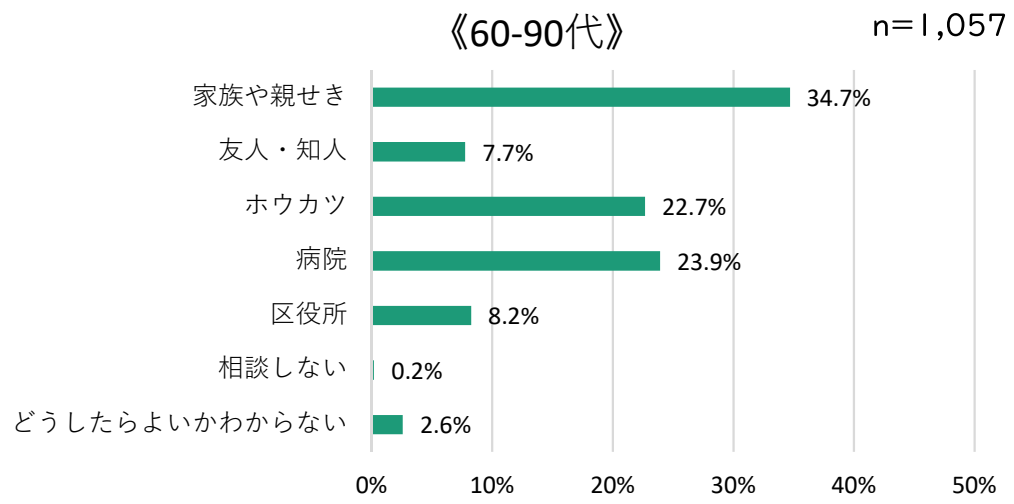
「接したことある」と回答した方のほうが、「助けで暮らせる」が高い、「わからなくなる」が低いなどの回答から正しい知識を有している割合が高いことが分かった。
今後、認知症本人の話を聞く機会や直接接する機会を提供する施策を実施していくことが重要である。

・年代×「認知症かな？」と感じた時の相談先





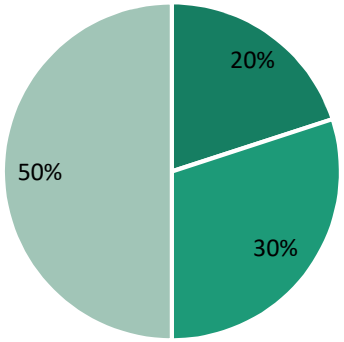




「家族や親せき」の回答が全年代で最も多かった。年齢が上がるにつれて「ホウカツ」の回答が増加しているが、「病院」には及ばなかった。今後もホウカツで認知症の相談ができることを継続的に周知していく。

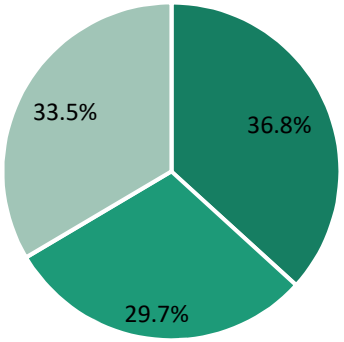
・年代×ホウカツの認知度

《10代》 n=20



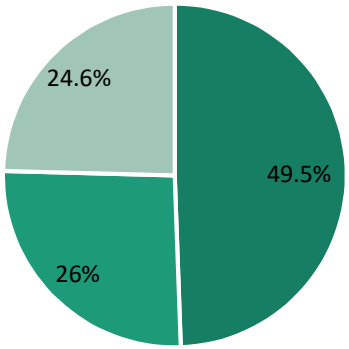
■知っていた ■聞いたことあるが詳しく知らない ■知らなかった

《20-30代》 n=582



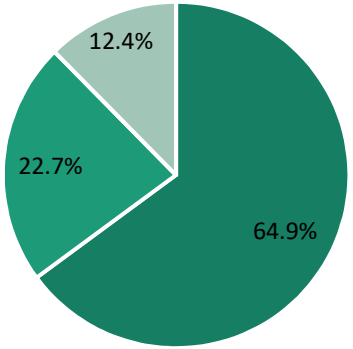
■知っていた ■聞いたことあるが詳しく知らない ■知らなかった

《40-50代》 n=1,274



■知っていた ■聞いたことあるが詳しく知らない ■知らなかった

《60-90代》 n=1,057

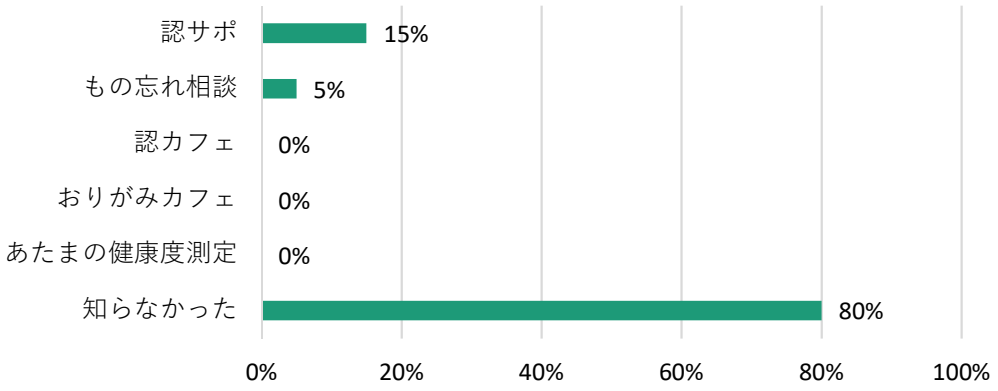


■知っていた ■聞いたことあるが詳しく知らない ■知らなかった

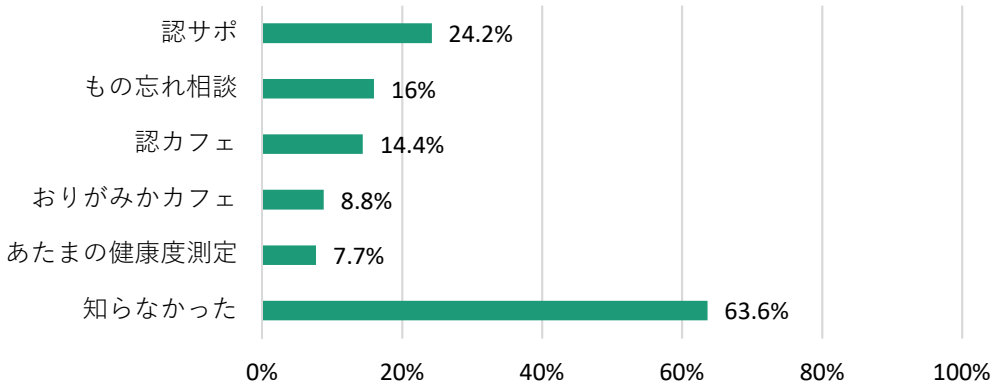
年齢が上がるにつれて「知っていた」の回答が増加している。「聞いたことあるが詳しく知らない」と回答した方がどの年代も一定数いるため、ホウカツの存在をＰＲするとともに、この層に向けてホウカツの仕事内容についても発信を強化していく。

・年代×知っている区の取り組み

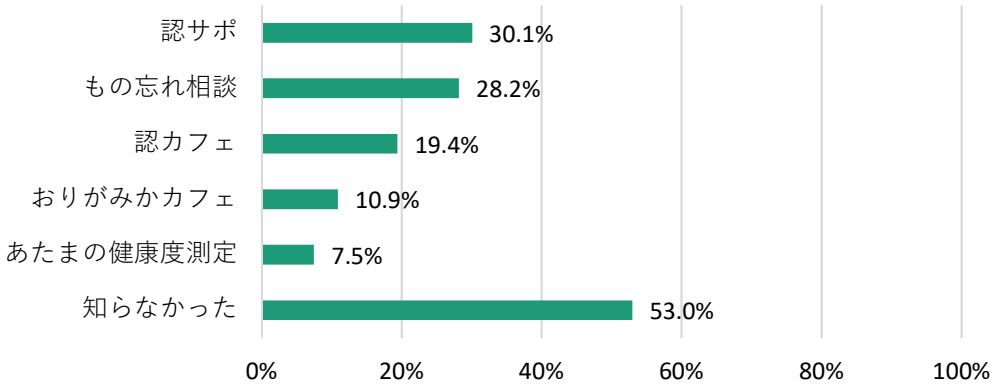
《10代》 n=20



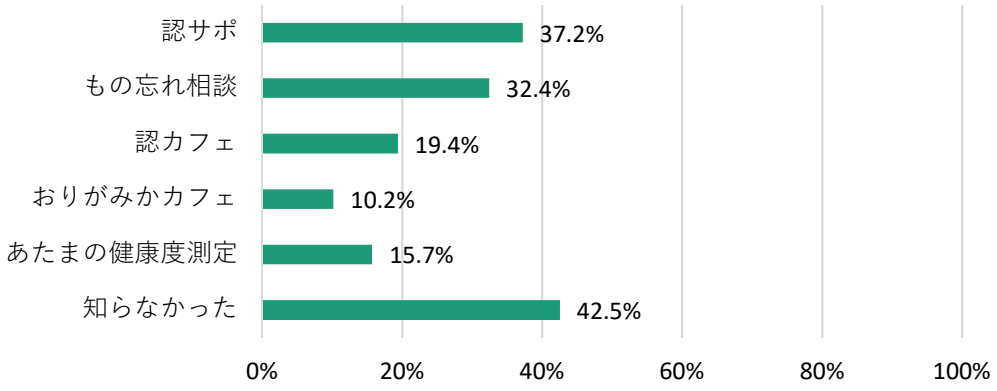
《20-30代》 n=582



《40-50代》 n=1,274



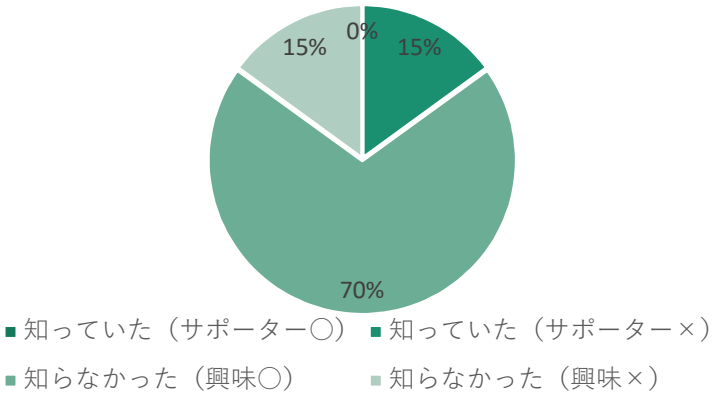
《60-90代》 n=1,057



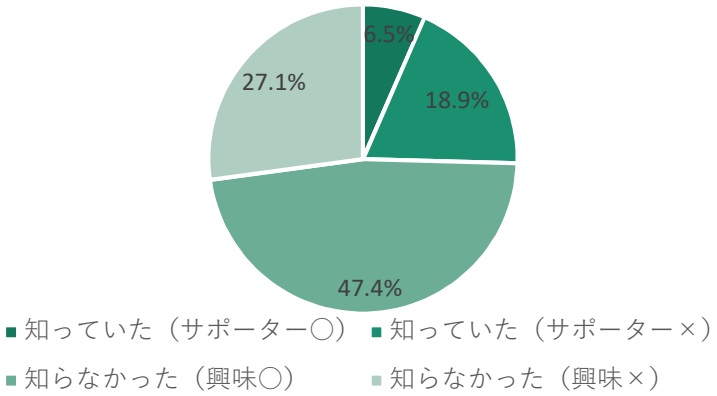
年齢が上がるにつれて各事業の知名度は増加しているが、全体的に低いポイントであった。
認知症に関する情報発信、普及啓発を進めるとともに、区の認知症施策についてもPRをしていく。

・年代×認知症サポーター認知度

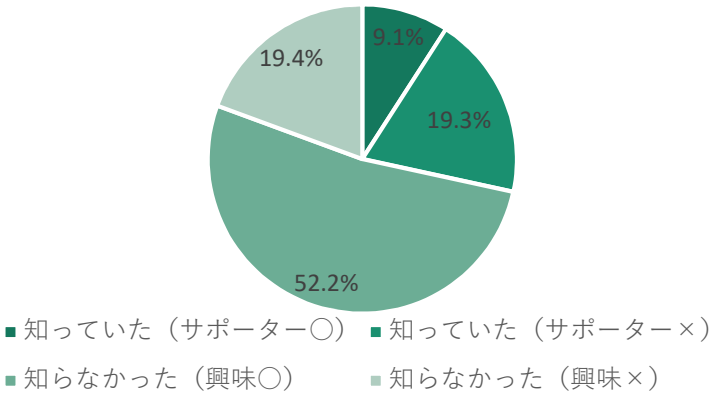
《10代》



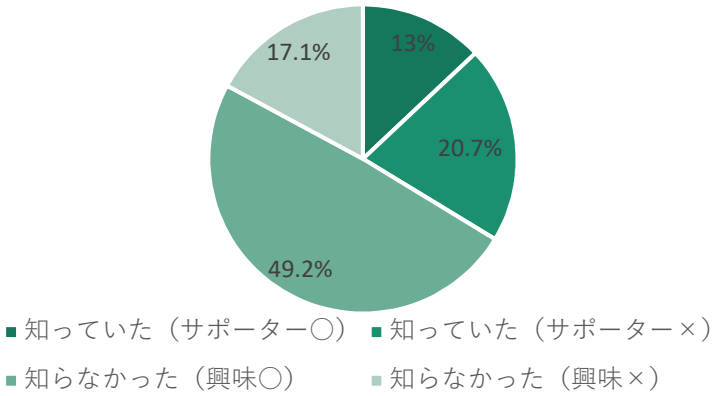
《20-30代》



《40-50代》

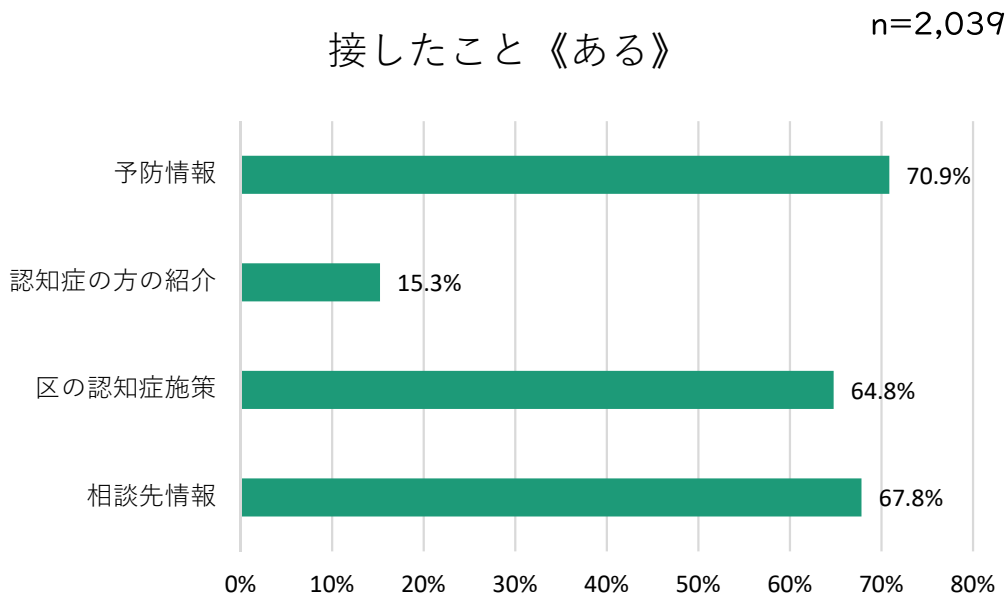


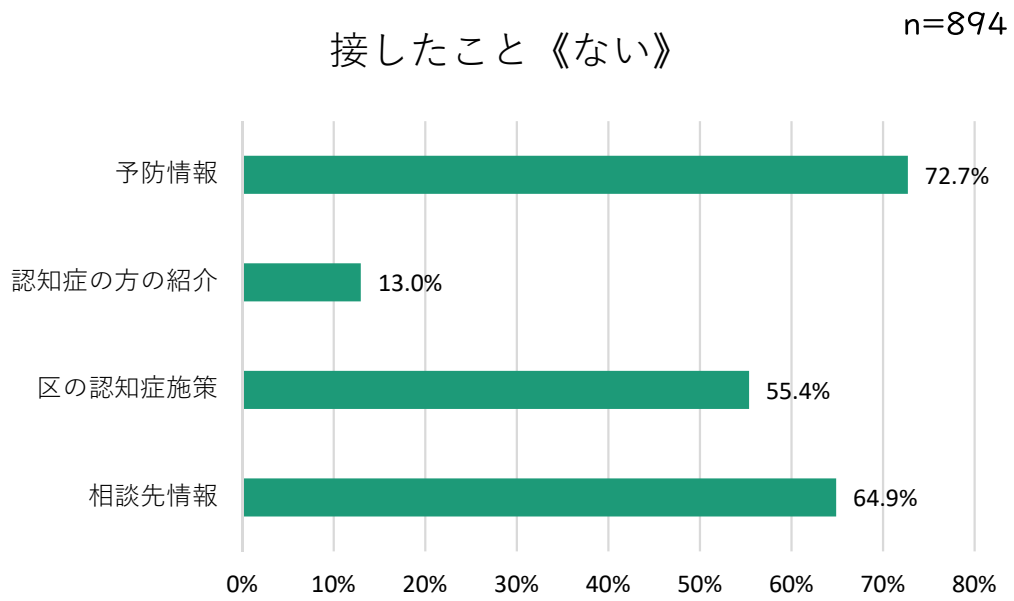
《60-90代》



20代以降は「知らなかったが興味がある」と回答した割合が半数近くあった。この層にアプローチをかけ、「知っておりサポーターである」の層を増やせる実施方法を検討していく必要がある。

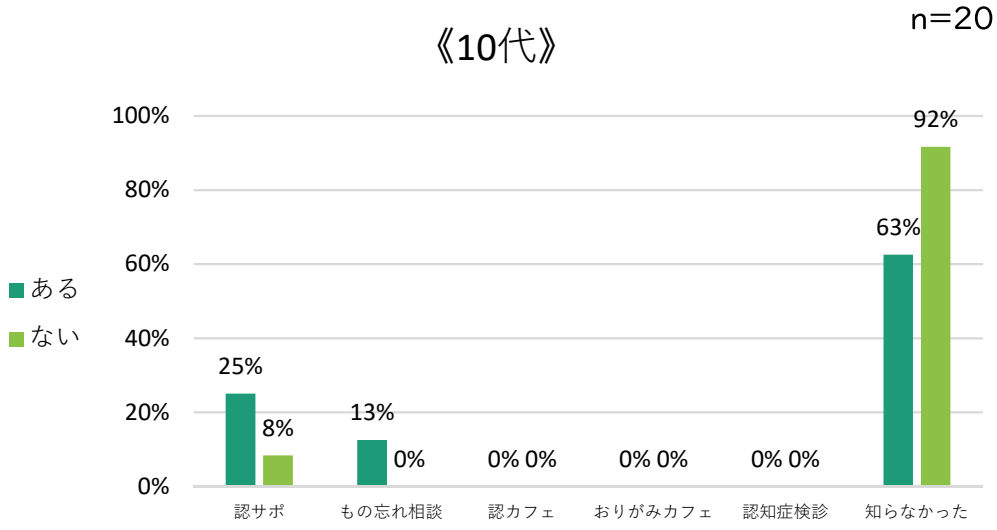
・接した経験×区からほしい情報

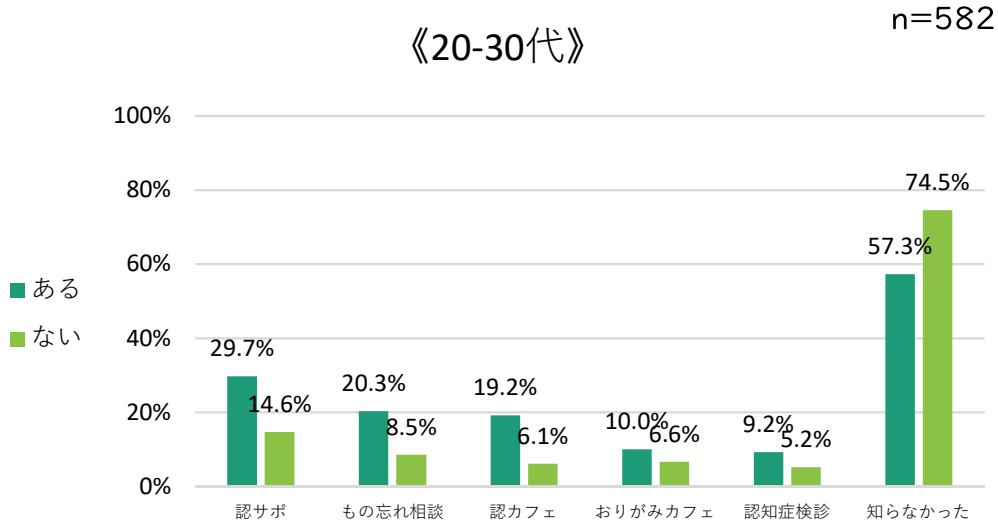


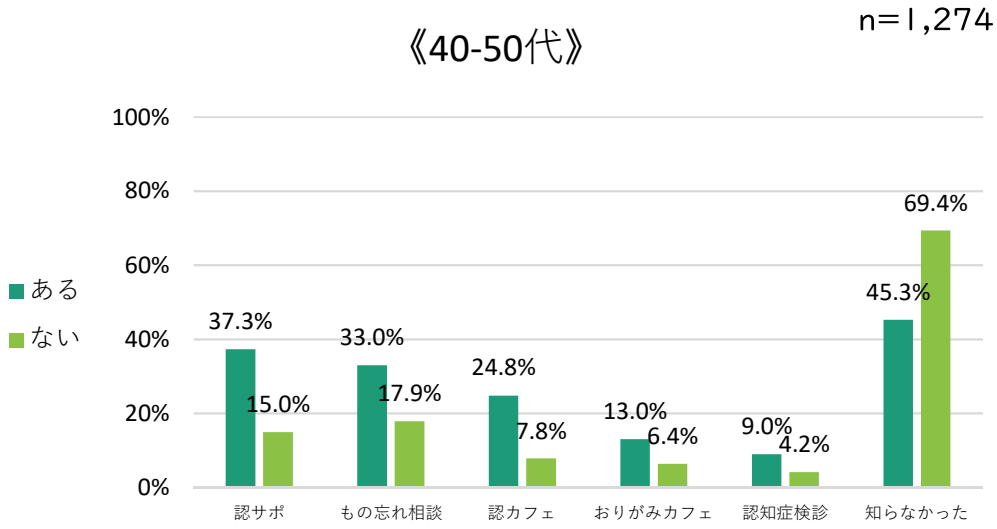


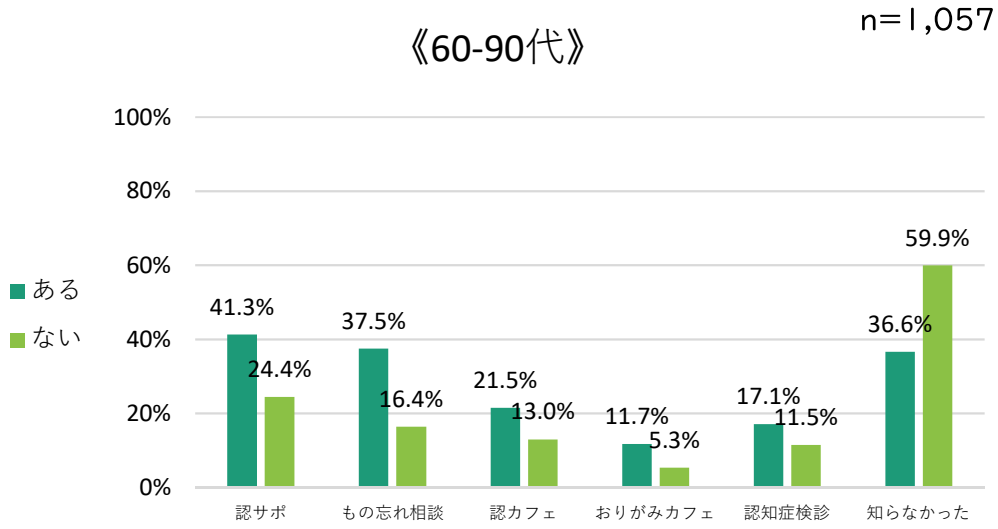
双方「予防情報」「区の認知症施策」「相談先情報」の割合が高かった。これらのニーズに応えた情報発信を強化していく。

・年代×接した経験×知っている区の取り組み







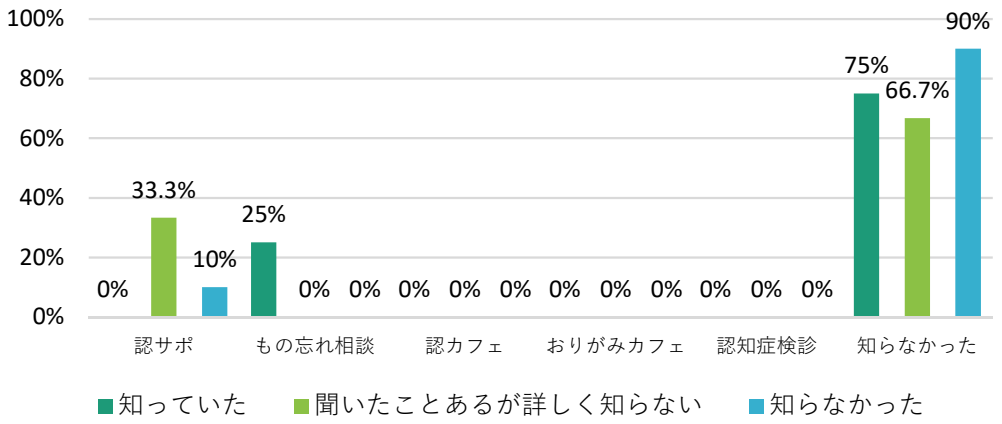


全年代総じて、接した経験がある方が区の取り組みを知っていることが分かった。経験するほど自分事と捉えられるようになるため、体験系のイベントやカフェの事業を活性化させていきたい。

・年代×ホウカツの認知度×知っている区の取り組み

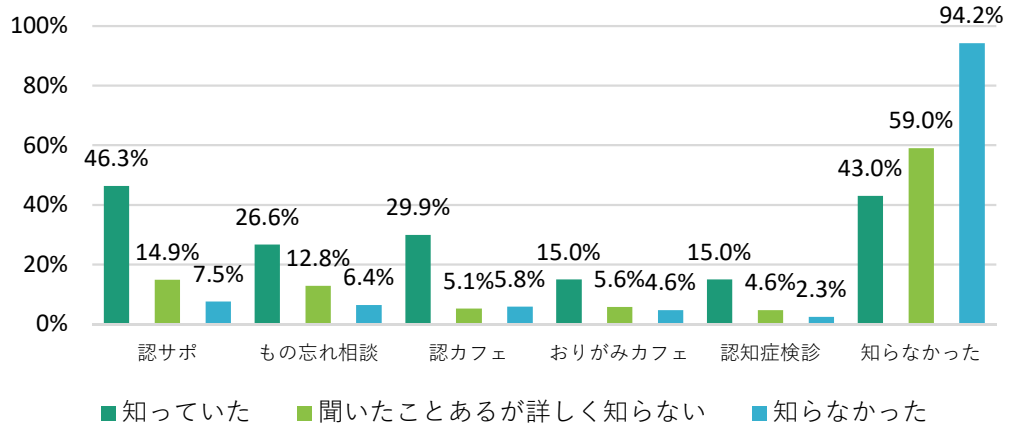
n=20

《10代》



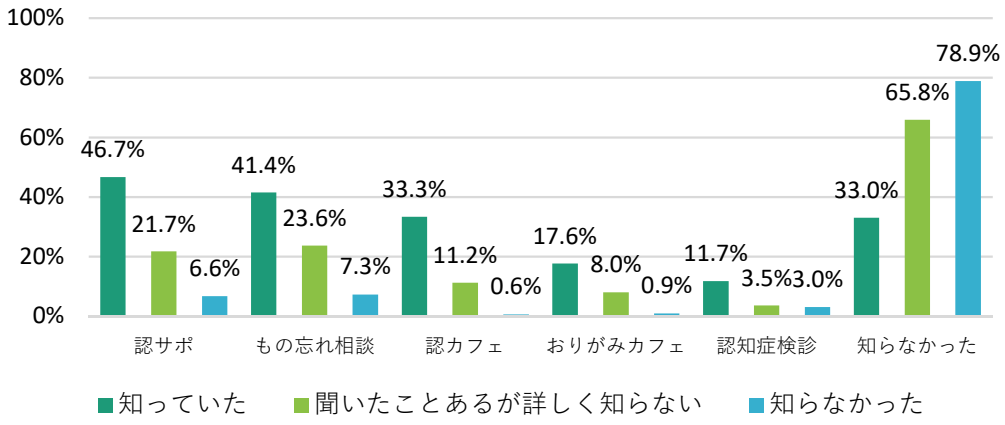
n=582

《20-30代》



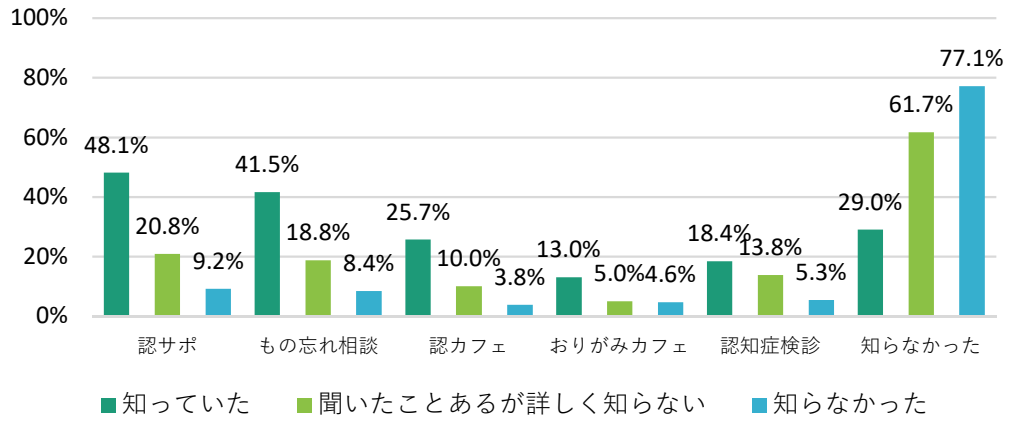
n=1,274

《40-50代》



n=1,057

《60-90代》



全年代でホウカツを知っていると答えた人ほど区の取り組みを知っていることが分かった。ホウカツでの事業案内が区の取り組みを知るきっかけにつながることが分かったため、より事業周知を強化していく。

・総論

1　認知症サポーター養成講座の充実(若年層、興味関心層)

「知らなかったが興味がある」と回答した方が半数近くいたため、今後は**SNSや広報などを活用して、その層が目を引くような情報発信**を行っていく。また、**日時や会場等も配慮し、参加しやすい環境整備**に努める。

2　ホウカツの周知について

認知症かな？と感じた時の相談先の質問で、ホウカツと回答する方は年代が上がるにつれて増加したが、半数にも満たなかった。**ホウカツで認知症の相談ができることを周知するために情報発信を強化**していく。

3　区の情報発信の内容について

区からほしい情報は、接したことの有無に限らず「予防情報」「区の認知症施策」「相談先情報」の回答が多かった。それらのニーズに応えて**様々な要素を掛け合わせた情報の発信**を強化していく。

4　認知症の方ご本人を知る機会等の提供

知っている区の取り組みについて、認知症の方と接したことがあるかどうかで見たところ、全年代総じて接したことのある方が区の取り組みを知っていることが分かった。

経験するほど自分事と捉えられるようになるため、**体験系のイベントの機会を増やしたり、認知症カフェの活性化を図っていく**必要がある。

資料５

介護予防・認知症予防普及啓発講演会について

令和７年度より開始する「複合介入型はつらつ高齢者促進事業」を周知し、介護予防・認知症予防の普及啓発を推進していくことを目的として、以下のとおり講演会を実施する。

１　目的

運動、栄養、脳トレ等様々な取り組みを複合的に実施することが介護予防・認知症予防に効果があると言われており、その重要性を区民に伝える。

２　日時・場所

令和７年３月２０日（木・祝）午前１０時から１２時
足立区生涯学習センター　講堂

３　申込人数

１５０人（先着順）

４　申込期間・方法

令和７年２月１２日から２月２８日
足立区コールセンターにて受付

５　講師

山本　學さん（俳優、認知症本人）
朝田　隆医師（一般社団法人 MCI リング代表、山本學さんの主治医）

６　内容

（１）山本學さん、朝田隆医師による対談及び、運動や脳トレの実技
（２）朝田隆医師による講演
（３）複合介入型はつらつ高齢者促進事業の紹介（区職員）

７　周知方法

（１）あだち広報２月１０日号
（２）地域包括支援センター、学習センター、住区センター等へチラシ配布
（１，２００枚作成予定）

８　「あだち脳活ラボ」登録会について

講演会参加者で登録希望の方を対象に、講演会終了後登録会を実施する。

認知症ケアパス

資料６

あだちで安心

～認知症なび★あだち～

イラスト

足立区

～はじめに～

足立区では「**認知症とともに　このまちで　いつまでも**」をスローガンとし、区民のみなさま、事業者のみなさま、行政が一体となって、認知症とともにいつまでも安心なまち足立区を作っていくことを目指しています。

本冊子は、認知症の本人やその家族が、認知症の進行状況に応じて、いつ、どこで、どのような医療や介護サービスが受けられるのかをまとめたものです。足立区で認知症とともに自分らしく暮らし続けていただくための手引きとして、この「認知症なび★あだち」をご活用ください。

～もくじ～

ページ	内容
3ページ～	ステップ1 認知症について知ろう
5ページ～	ステップ2 自分や家族の今の状態を確認しよう
7ページ～	ステップ3 認知症の進行度に応じた支援・サービスを知ろう
9ページ～	ステップ4 気になることがあればまずは相談しよう
11ページ～	ステップ5 認知症の本人同士で交流しよう
12ページ～	ステップ6 自分に合ったサービスを利用しよう
15ページ～	若年性認知症の方へ
17ページ～	認知症の本人を見守る人たち
18ページ～	その他サービス

～本人・家族の声～

Nさん

認知症の夫を支えるために・・・

　認知症の夫を介護することは非常に大変だと日々思っていますが、認知症カフェや家族会に参加することで、「苦労しているのは私だけじゃない」と気持ちがとても楽になっています。また、デイサービスを利用することで私の負担が減り、助かっています。
　心残りとして、夫が認知症と診断された時、もっと早く受診させればよかったと今でも思っています。家族に対して「あれ？おかしいな」と感じたら早めに、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談してほしいと思います。

イラスト

Yさん

地域包括支援センターに相談してみたら・・・

　最近もの忘れが気になりはじめ、今後について不安だと感じたときに地域包括支援センターという存在を知り、相談しました。地域包括支援センターの職員さんと顔見知りの関係になっておくことで、もし何かあったときに気軽に相談ができ、生活をするうえで非常に安心感に繋がっています。
　また、地域包括支援センターの紹介で、認知症カフェや自主グループに積極的に参加しています。認知症を予防するために、人と交流することを大切にしています。

イラスト

ステップ1　認知症の症状について知ろう

認知症とは

さまざまな原因で記憶や思考などの認知機能が低下し、6か月以上にわたり日常生活や社会生活に支障をきたした状態をいいます。

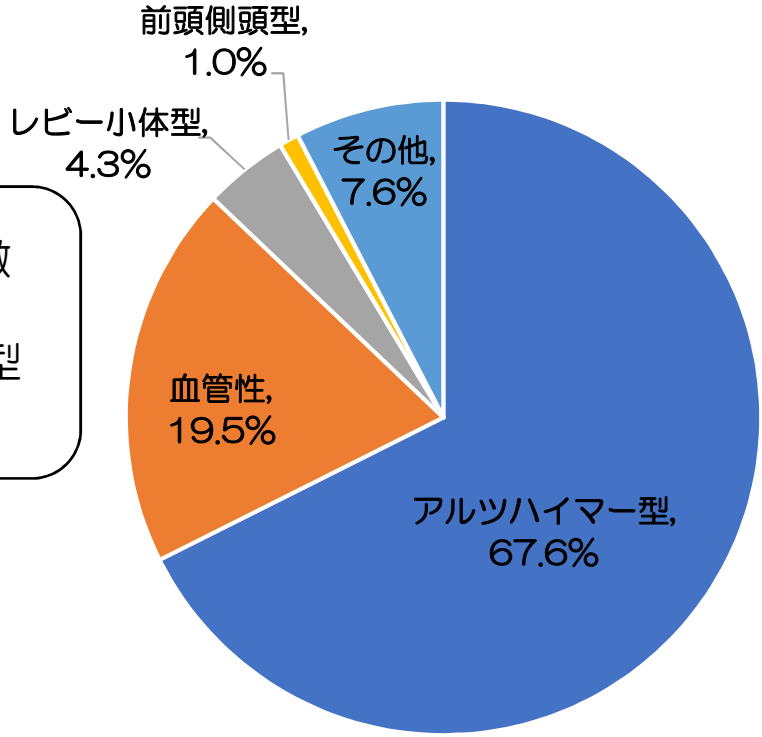
加齢による「もの忘れ」と「認知症」の違い

もの忘れ	認知症
○体験したことの一部を忘れる ○日常生活に支障はない ○判断力は低下しない ○ヒントがあれば思い出せる 例えば・・・ 朝ごはんに何を食べたか思い出せない イラスト	○体験したこと自体を忘れる ○日常生活に支障がある ○判断力が低下する ○ヒントがあっても思い出せない 例えば・・・ 朝ごはん食べたっけ？ イラスト

認知症の種類と特徴

認知症は主に4種類あり、特徴や症状がそれぞれ異なります。最も多いのがアルツハイマー型認知症です。

医師
イラスト



都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応（H25.5報告）参照

アルツハイマー型

初期からもの忘れが見られ、時間や場所の感覚が乏しくなることがある。

イラスト

血管性

脳梗塞や脳出血によって脳が障害を受け、発症する。予防には生活習慣の改善が効果的である。

イラスト

レビー小体型

もの忘れの他に、歩行障害などの運動機能の低下や幻視が見られることが多い。

イラスト

前頭側頭型

意欲が低下したり、その場に適した行動をするのが苦手になったりすることがある。

イラスト

ステップ2　自分や家族の今の状態を確認しよう

自分でできる認知症の気づきのチェックリスト

イラスト

①財布や鍵など、物を置いた場所が分からなくなることがありますか

全くない	時々ある	頻繁にある	いつもある
1点	2点	3点	4点

イラスト

②５分前に聞いた話を思い出せないことがありますか

全くない	時々ある	頻繁にある	いつもある
1点	2点	3点	4点

イラスト

③周りの人から「いつも同じことを聞く」などのもの忘れがあると言われますか

全くない	時々ある	頻繁にある	いつもある
1点	2点	3点	4点

イラスト

④今日が何月何日かわからないときがありますか

全くない	時々ある	頻繁にある	いつもある
1点	2点	3点	4点

イラスト

⑤言
すぐ
ます

| 全く
ない |
|---|
| 1点 |

イラスト

⑥貯
公共
きま

できる

1点

イラスト

⑦1人

できる

1点

イラスト

⑧バ
を使
か

できる

1点

※ご家族や身近な方が代わりにチェックすることもできます。

おうとしている言葉が、
に出てこないことがあり
か

時々ある　頻繁にある　いつもある

2点　3点　4点

金の出し入れや、家賃や
料金の支払いは1人でで
すか

る　だいたいできる　あまりできない　できない

2点　3点　4点

人で買い物に行けますか

る　だいたいできる　あまりできない　できない

2点　3点　4点

スや電車、自家用車など
って1人で外出できます

る　だいたいできる　あまりできない　できない

2点　3点　4点

イラスト

⑨自分で掃除機やほうきを
使って掃除ができますか

できる　だいたいできる　あまりできない　できない

1点　2点　3点　4点

イラスト

⑩電話番号を調べて、電話を
かけることができますか

できる　だいたいできる　あまりできない　できない

1点　2点　3点　4点

チェックしたら①～⑩の合計点数を計算

点

２０点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。２０点以上だった方や最近もの忘れが気になる方は9～10ページに紹介している地域包括支援センターや医療機関に相談してみましょう。

ステップ３　認知症の進行度に応じた支援を知ろう

		認知症かも？
認知症本人の気持ちや心構え		あれ？認知症かな と思ったらまずは相談 積極的に外に出 や生きがいを
家族の対応		○かかりつけ医や地域包括支援センターに相談する ○認知症に関する正しい知識や理解を深めておく ○区のサービス ○認知症の本人 ○介護保険サー
相談・窓口（１１ページ）		①地域包括支援センターによる総合的な相談 ②もの忘れ相談
仲間同士での交流（P１３ページ）		③本人ミーティ ④認知症カフェ　⑤認知症本人・家族の会
権利を守る支援（P１４ページ）		⑥地域福祉権利擁護事業　⑦成年後見制度 ⑧じぶんノート（エンディングノート）
介護保険（１５ページ）	自宅で	⑨訪問介護　⑩
	通い	⑭デイサービス
	泊まり	⑰ショートステ
	入所	⑲グループホー

支援が必要
になったら

て、楽しみ
見つける

区のサービスを利用し、
住み慣れた在宅で生活する

最期まで自分らしく
暮らし続ける

について知っておく
や家族同士が情報交換できる場に参加する
ビスについて検討する

〇どのような終末期を迎える
か家族で話し合っておく

ング

訪問リハビリテーション　⑪居宅療養管理指導　⑫訪問看護　⑬住宅改修

⑮デイケア　⑯認知症対応型通所介護

⑱医療型ショートステイ

⑳介護老人保健施設　㉑介護医療院

㉒特別養護老人ホーム

ステップ4　気になることがあればまずは相談しよう

医師

本人や家族が認知症かも？と思ったら・・・

医療機関へ行くことに
抵抗がある

地域包括支援センターに相談

ホウカツ
イラスト

地域包括支援センターとは・・・
　65歳からの健康や介護に関するさまざまな相談を受け付ける窓口です。裏表紙から担当の地域包括支援センターを確認できます。

①総合的な相談

　地域包括支援センターでは、下記のような相談を受け付けています。

（1）健康や介護の相談
（2）もの忘れが心配な方の相談
（3）地域の話し相手を見つける
（4）高齢者の権利を守る
（5）運動教室や地域の居場所、活動を紹介

②もの忘れ相談

　認知症やもの忘れに不安を持つ方を対象に、医師による相談を無料で実施しています。

開催予定日の
確認はコチラ

二次元
コード

に相談したい

医療機関に相談

病院
イラスト

かかりつけ医が
いる場合

かかりつけ医に相談

かかりつけ医は日頃から健康について相談を受けているため、いち早く変化に気づいてもらえる可能性があります。認知症の診断ができない場合でも適切な医療機関を紹介してくれます。

かかりつけ医が
いない場合

もの忘れ相談医に相談

もの忘れ相談医とは、認知症の早期発見・早期治療を目的として、認知症に関する知識や技術を習得した医師です。

もの忘れ相談医
一覧はコチラ

二次元
コード

認知症に早く気づくことが大切！

認知症は治らないから、相談や受診しても仕方がないと考えていませんか？
認知症も他の病気と同じように**早期診断**と**早期対応**が大切です！

認知症と早く気づくことによって・・・

これからの生活について
準備することができる

認知症の進行を遅らせる
ことができる場合がある

病気に合わせた適切な治
療を早期から開始できる。

イラスト

イラスト

イラスト

ステップ5　認知症の本人同士で交流しよう

認知症の進行を遅らせるには、他者との交流やコミュニケーションが効果的です。交流によって脳が活性化したり、精神的な安定がもたらされたりすることで、認知症の予防や症状の改善が期待できます。

本人同士で
語り合いたい

イラスト

地域包括支援センター

③本人ミーティング

自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、暮らしやすい地域のあり方を一緒に話し合う場です。

④認知症カフェ

認知症の本人や家族、または認知症に関心のある人等が、カフェのようにお茶を飲みながら気軽に交流する場です。

本人や家族同士で
交流したい

イラスト

大内病院
（東京都認知症疾患医療センター）

⑤認知症本人・家族の会

本人同士や家族介護者が集まり、自由に話をしながら、情報交換や認知症の専門職からのミニ講座・介護の相談等を行っています。

開催予定日の
確認はコチラ

二次元
コード

ステップ6　自分に合ったサービスを利用しよう

権利を守る支援

権利擁護センターあだち

問先：権利擁護センターあだち
（TEL：03-5813-3551）

高齢になったり、障がいを持ったりしても、住み慣れた地域で安心して生活ができることを目的に主に以下の事業を行っています。

⑥地域福祉権利擁護事業

認知症、知的障がい、精神障がいなどによって、必要な福祉サービスを自分の判断で適切に選択・利用することが難しい方を支援する事業です。権利擁護センターあだちの専門員と生活支援員が、定期的に訪問し、福祉サービスを利用するにあたって相談・手続き等のサポートや日常的な金銭管理をお手伝いします。

詳しくはコチラ ▶ 二次元コード

⑦成年後見制度

成年後見制度とは、認知症や知的障がい、精神障がい、発達障がいなどによって財産の管理や契約を自身で十分に行うことが難しい人に対し、本人の権利を守る援助者（成年後見人等）を選び本人を法的に支援する制度です。権利擁護あだちでは、制度に関する説明や周知、申立て支援などを行っています。

詳しくはコチラ ▶ 二次元コード

⑧じぶんノート（エンディングノート）

万が一のときに備え、「家族や親しい方に覚えておいてほしいこと」や「自分自身の希望」など、自分のことを書きとめておく、覚え書きノートになります。地域包括支援センターや区民事務所などで無料配布しています。

詳しくはコチラ ▶ 二次元コード

介護保険

介護保険によるサービスを利用するには、まず、地域包括支援センターや区の窓口で要介護認定（要支援認定）の申請を行います。その後、調査などを経て要介護度が決定されたら、サービス計画書を作成し、それに基づいて介護サービスの利用が始まります。

○自宅で受けられるサービス

⑨訪問介護

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。

⑩訪問リハビリテーション

リハビリの専門家に訪問してもらい、自宅でリハビリを受けます。

⑪居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、歯科衛生士などに訪問してもらい、薬の飲み方や食事など療養上の管理・指導を受けます。

⑫訪問看護

看護師に訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理をしてもらいます。

⑬住宅改修

生活環境を整えるための小規模な住宅改修に対して、要介護区分に関係なく上限20万円まで住宅改修費が支給されます。（自己負担1割～3割）

○施設に通えるサービス

⑭デイサービス

利用定員19人以上の通所介護施設で、食事や入浴などの介護や機能訓練が日帰りで受けられます。

⑮デイケア

介護老人保健施設や病院・診療所で、日帰りの機能訓練が受けられます。

⑯認知症対応型通所介護

認知症と診断された高齢者が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。

〇施設に泊まれるサービス

⑰ショートステイ

特別養護老人ホームなどに短期入所して、医療によるケアや介護、機能訓練などが受けられます。

⑱医療型ショートステイ

介護老人保健施設などに短期入所して、医療によるケアや介護、機能訓練などが受けられます。

〇施設一覧

⑲グループホーム

認知症と診断された高齢者が共同で生活できる場で、食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

⑳介護老人保健施設

病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリが受けられます。

㉑介護医療院

常に介護が必要で、自宅では介護ができない方が対象の施設です。食事や入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます。

㉒特別養護老人ホーム

常に介護が必要で、自宅では介護ができない方が対象の施設です。食事や入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます。

足立区が発行している介護保険の手引きです。介護保険制度の仕組みや介護保険サービスを利用するための方法を掲載しています。

【置いている場所】
区役所、区民事務所、地域包括支援センター等

若年性認知症の方へ

若年性認知症とは６５歳未満で発症する認知症を指し、全国で４万人弱とされています。働き盛りの若い世代が発症した場合には、家族や周囲の人に及ぼす影響は大きい傾向にあります。「若いのに最近もの忘れが増えてきた」と感じたら、５～６ページの「自分でできる認知症の気づきのチェックリスト」を実施してみましょう。

生活の支援について相談したい

地域包括支援センター

40歳以上で介護保険の対象となる病気と診断された方のサービス相談や若年性認知症についての相談を実施しています。裏表紙から担当の地域包括支援センターを確認できます。

保健センター

若年性認知症についての総合的な相談や経済的な支援サービスの手続きなどを行っています。詳しくは右のページをご確認ください。

若年性認知症総合支援センター

専門の若年性認知症支援コーディネーターが、本人や家族から多岐にわたる相談に対し、ワンストップで対応します。
東京都には下記の2か所のセンターがあります。

名 称	所在地	電話番号
東京都若年性認知症総合支援センター	東京都目黒区碑文谷5-12-1 TS碑文谷ビル3階	03-3713-8205
東京都多摩若年性認知症総合支援センター	日野市多摩平2-2-4 ニコール豊田ビル4階	042-843-2198

若年性認知症の本人や家族同士で交流したい

若年性認知症本人・家族交流会（おりがみカフェ）

本人同士や家族介護者が集まり、自由に話をしながら、情報交換や認知症の専門職からの相談受付等を行っています。

開催予定日の確認はコチラ ▶ 二次元コード

医療を受けるために

自立支援医療　　問先：保健センター

継続した医療を受けるための負担軽減制度です。通院医療費や往診、調剤、デイケア、訪問看護等の自己負担が原則１割に軽減されます。ただし、世帯の所得等によって自己負担の上限額が定められています。

詳しい内容や手続きはコチラ ▶ 二次元コード

公共料金の割引や税の減免等を受けるために

精神障害者保健福祉手帳　　問先：保健センター

認知症と診断された場合、精神障害者福祉手帳の交付を受けることができます。精神障害者福祉手帳の交付を持つことで、医療費の助成や公共料金の割引、税金の減額・免除などの様々な支援を受けることができます。

詳しい内容や手続きはコチラ ▶ 二次元コード

保健センター一覧

名 称	所在地	電話番号
中央本町地域・保健総合支援課	中央本町1-5-3 足立保健所1階	3880-5358
竹の塚保健センター	竹の塚1-11-2 エミエルタワー竹の塚2階	3855-5082
江北保健センター		
千住保健センター	千住仲町19-3	3888-4274
東部保健センター	大谷田3-11-13	3606-4171

各センターの担当地域はコチラ ▼ 二次元コード

こちらは国が発行している若年性認知症の方に向けたハンドブックです。若年性認知症と診断された本人や家族が利用できる制度やサービス等が詳しく掲載されています。

コチラから閲覧できます ▶ 二次元コード

認知症の本人を見守る人たち

認知症サポーター

問先：地域包括支援センター

　認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る支援者です。
　区ではこの認知症サポーターを養成する講座（認知症サポーター養成講座）を地域住民、金融機関やスーパーマーケットの従業員、学生など様々な方向けに実施しています。

イラスト

詳しくはコチラ

二次元コード

民生・児童委員

問先：福祉管理課民生係
（TEL：03-3880-5870）

　厚生労働大臣より委嘱を受けた、安心して気軽に相談できる地域のボランティアであり、生活上の困りごとや不安などの相談に応じます。その相談内容に応じて関係機関へつなぐなど、必要な支援へのパイプ役を担っています。足立区では約５００名の民生・児童委員がそれぞれの担当区域で活動しています。

絆のあんしん協力員・協力機関

問先：地域包括支援センター

「絆のあんしん協力員」は区内在住、在勤のボランティアです。
「絆のあんしん協力機関」は区内の郵便局、薬局、信用金庫、商店、医療機関などが登録しています。
　日常生活や業務活動の中で、高齢者の見守りや声かけを行い、気がかりな高齢者を見かけたら地域包括支援センターに連絡しています。

イラスト

詳しくはコチラ

二次元コード

その他サービス

高齢者見守りキーホルダー

問先：地域包括支援センター

キーホルダーに個人の番号（マイナンバーではありません）が付されており、例えば道に迷った高齢者を保護した場合、上面に記載のある「足立区高齢者見守りセンター」へ連絡し、番号を伝えると、その方の連絡先をお知らせする仕組みです。

２４時間、３６５日対応しているため、土日や深夜に道に迷った場合もキーホルダーさえ身に着けていれば連絡先が分かるようになります。

イラスト

詳しくはコチラ ▶ 二次元コード

あんしんプリント

問先：地域包括支援センター

見守りキーホルダーの番号を衣類にプリントする事業です。上記の見守りキーホルダーを申請した方で特に道に迷う恐れが強い人が対象となります。

徘徊高齢者捜索情報ネットワーク

問先：基幹地域包括支援センター

行方不明者が発生した場合に、地域のネットワークを活用して早期発見を目指すため、あらかじめ登録している関係機関（行政、社会福祉協議会、介護サービス事業所等）に向けてメールにて捜索情報を送信します。

詳しくはコチラ ▶ 二次元コード

○足立区地域包括支援センター一覧

名 称 （住所）	電話番号	担 当 地 域（ご本人の住所で確認してください）
基 幹 梅島2-1-20	５６８１－３３７３	梅島、中央本町1丁目、島根
あだち 足立4-13-22	３８８０－８１５５	足立、中央本町2丁目、梅田1丁目
伊 興 伊興3-7-4	５８３７－１２８０	伊興、東伊興、伊興本町、西伊興、西竹の塚
入 谷 入谷9-15-18	３８５５－６３６２	入谷、舎人、古千谷、古千谷本町
扇 扇1-52-23	３８５６－７００７	扇、興野、本木東町、本木西町、本木南町、本木北町
江 北 江北3-14-1	５８３９－３６４０	江北、堀之内
さ の 佐野2-30-12	５６８２－０１５７	加平、北加平町、神明、神明南、辰沼、六木、佐野、大谷田2～5丁目
鹿 浜 皿沼2-8-8	５８３８－０８２５	鹿浜、加賀、皿沼、谷在家、椿
新 田 新田3-4-10	３９２７－７２８８	新田、宮城、小台
関 原 関原2-10-10	３８８９－１４８７	梅田2～8丁目
千住西 千住中居町10-10	５２４４－０２４８	千住桜木、千住緑町、千住龍田町、千住中居町、千住宮元町、千住仲町、千住河原町、千住橋戸町
千寿の郷 柳原1-25-15	３８８１－１６９１	柳原、千住関屋町、千住曙町、千住東1丁目
千住本町 千住3-7-101	３８８８－１５１０	千住、千住元町、千住大川町、千住寿町、千住柳町
中央本町 中央本町4-14-20	３８５２－０００６	中央本町3～5丁目、青井1･3～6丁目、西加平
東　和 東和4-7-23	５６１３－１２００	綾瀬、東綾瀬、谷中、東和1･3丁目
中　川 中川4-2-14	３６０５－４９８５	東和2･4･5丁目、中川、大谷田1丁目
西綾瀬 西綾瀬3-2-1	５６８１－７６５０	西綾瀬、弘道、青井2丁目
西新井 西新井2-5-5	３８９８－８３９１	西新井、栗原
西新井本町 西新井本町2-23-1	３８５６－６５１１	西新井本町、西新井栄町
はなはた 花畑4-39-11	３８８３－００４８	花畑、南花畑5丁目
一ツ家 一ツ家4-2-15	３８５０－０３００	平野、一ツ家、保塚町、六町、南花畑1～4丁目
日の出 日ノ出町27-4-112	３８７０－１１８４	日ノ出町、千住旭町、千住東2丁目
保木間 保木間5-23-20	３８５９－３９６５	西保木間、保木間、東保木間
本木関原 本木1-4-10	５８４５－３３３０	関原、本木
六　月 六月1-6-1	５２４２－０３０２	六月、東六月町、竹の塚