

みんなに
知ってほしい

認知症の こと



認知症と
伴にあゆむ笑顔のまち

左のロゴは「富田林市認知症と伴にあゆむ笑顔のまち条例」を策定するために集まった市民、事業者、関係機関、地域組織のみんなが書いた文字からつくりました。



他人事ではないんです

MEET
TONDABAYASHI



富田林市高齢介護課
令和6年3月発行

みんなで取り組もう 認知症と伴にあゆむ 笑顔のまちづくり

高齢化が進み、2025年には高齢者の5人に1人が認知症になると予測されています。認知症は年齢に関わらず誰もがなり得るもので、多くの人にとって身近なものです。

認知症があってもなくても同じ社会の一員として、地域をともに創っていくことができるまちを目指し、**富田林市認知症と伴にあゆむ笑顔のまち条例**を制定しました（令和4年10月1日施行）。

条例の基本的な考え方

1. 認知症の人の意思が尊重され、希望を持って自分らしく暮らせるまちをめざします。
2. 認知症の正しい知識と理解に基づき、認知症の人とその家族が地域で安心して暮らすことができるまちをめざします。
3. 認知症の人が自分の意思で、その能力を活かしながら社会参加できるまちをつくります。

1. 市民とは、市内に住所を有する人、市内に通勤又は通学する人をいいます。
2. 関係機関とは、医療や介護、福祉に関わる事業者や団体のことをいいます。
3. 事業者とは、事業を営む個人や団体のことをいいます。
4. 地域組織とは、自治会など住民により構成される団体のことをいいます。

市民の役割 1

支え合い

みんなが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、交流、見守り、声かけなどを積極的に行う。

認知症への備え

認知症に関する知識を深め、日常生活で自身の健康づくりに取り組む。



関係機関の役割 2

人材育成

認知症に関する専門的な知識や高い対応力を持った人材を育成する。

認知症の人や家族の支援

状況や状態に応じて関係機関が相互に連携して適切に支援する。

事業者の役割 3

利用しやすい環境

認知症の人やその家族が安心して適切なサービスや支援を受けられる環境を整備する。

従業員の育成

正しい知識と理解を持ち、適切に対応できるよう、研修を実施する。

働きやすい環境

認知症の人が自らの意思で能力を活用できるよう特性に応じて配慮する。

地域組織の役割 4

コミュニティづくり

認知症に対する理解を深め、住民がともに支え合うコミュニティづくりに取り組む。

市の責務

正しい知識の普及と人材育成

教育機関などと協力して認知症サポーター養成講座を行い、認知症サポーターが活躍できる環境を整える。

認知症施策の総合的な実施

認知症の人とその家族の立場に立った施策を実施。施策の推進に必要な財政上の措置を行い、各々と連携する。

市民の認知症への備えを推進

認知症の早期発見、適切な支援のための相談連携の体制づくり。認知症に備えるための情報提供。

INTERVIEW インタビュー



01～06の詳しい説明は「相談先や制度のお知らせ」をご覧ください。

認知症になって友達ができた

若年性認知症の診断を受けてから知り合った二人の男性。01認知症ケアを推進する会『おれんじパートナー』のメンバーや02認知症サポーターと一緒にカフェスタッフや草引き作業などの活動をしています。「これからのことの不安は大きいけど、同じ病気の友達だから言えることもある。昔、小さかった子どもによくお菓子を作ってあげた。今度（お菓子づくりなどを）やってみよう。」とのこと。認知症サポーターさんからは、「生活の中で普通に笑い合える楽しい仲間ですので一緒に活動しています。」と思いを聞きしました。

認知症に関連する
取組の中で
いただいた声を
紹介します。



安心のためにで

きることはやっ

ておきたい

家に帰れなくなって警察に保護されたあと、市役所に息子さんと一緒に来てくれた高齢の女性。息子さんは、「母が安心して暮らすためにできることはすべてやっておきたい」と、03 SOSネットワークへの事前登録、04 みまもりあいステッカーの利用開始とみまもりあいアプリのダウンロード、05 個人賠償責任保険への加入の手続きをしました。

「ひとりで不安だったでしょう、息子さんが来てくれてよかったですね」と女性に声をかけると、うなづきながら、穏やかに微笑んでくれました。

よく忘れるけど

楽しいことは大

好き

地域で開催した06認知症カフェに娘さんと一緒に参加した女性。カラオケが大好きで、家でもデイスリーブスでも歌っているそう。

「私は（物事を）よく忘れるけど、いろんなことよくわかってるんですよ。書道もやってるし、歌も大好き。また来たいわ。」と、アカペラで大好きな演歌を披露してくれました。同居の娘さんは、「家で歌う時は近所に気を遣います。ヘッドフォンを使うなど工夫しています。デイスリーブスのない日にこうやって行ける場所があるとありがたいです。」と話してくれました。

相談先や制度のお知らせ



●認知症かな？と思ったら、まずはかかりつけの医師に相談してみましょう。「治る」認知症もあるからです。

●認知症の症状への対応方法や支援制度については、ほんわかセンターにご相談ください。ここに記載されていないものもあります。個別の状況に応じて、必要な制度をご紹介します。

認知症があってもなくても

認知症介護家族の交流会

認知症のある人を介護している家族が、症状への対応、車の運転や買い物等の日常生活での悩み、家族としての気持ちを同じ立場の人と分かち合う会です。奇数月第4水曜日の13:30から開催し、テーマや場所は広報誌等でお知らせします。

ワンポイント！介護講習会

認知症に関することに限定せず、在宅で介護をしている家族や介護に興味のある人を対象にした講習会です。衣類の着脱、おむつ交換、食事介助、口腔ケアなどをテーマに開催し、開催日時は広報誌等でお知らせします。

認知症カフェ

認知症の人や家族、地域の人が情報交換したりお茶を飲んだりしながら理解し合う、誰もが気軽に集える場所です。福祉施設や介護施設などで開催されている認知症カフェに参加することが、認知症への理解を深める第一歩になります。

01

認知症ケアを推進する会「おれんじパートナー」

認知症ケアで不安や悩みはありませんか？解決のヒントを伴に探してみませんか？交流会やカフェ「純喫茶おれんじ」等に誰でも気軽にご参加ください。



補聴器購入費助成

聴力低下により閉じこもりがちになることで認知症進行の危険度が増すといわれています。耳鼻科医から補聴器が必要であると認められて購入する場合に購入費用の一部(上限25000円)を補助します。本人(65歳以上)と世帯員の市民税が非課税で、聴力障害に係る身体障害者手帳を所持していない人が対象です。

ものわすれ健診

タッチパネルで脳の健康度を測ります。アルツハイマー型認知症の早期発見を目的に、5分程度で簡単に認知機能の状態をチェックし、認知症への備えやケアの方法、生活の工夫等をお伝えします。タッチパネルは、かがりの郷、けあばるで利用できる他、出張健診も実施しています。



マークは令和5年度に開始したものです。

A Lamp That Shares Happiness



他人事ではないんです

MEET
TONDABAYASHI

みんな伴に支え合うために

03

高齢者等見守り SOSネットワーク

認知症等の人が行方不明になったときに備え、早期発見のために南河内地区の10市町村による広域での連携体制を構築しています。行方不明の連絡を受けると、公共機関、交通機関等の協力機関や登録している個人にメール等で連絡して発見の協力を求めます。

NEW

05

認知症高齢者等 個人賠償責任保険

認知症の高齢者等が事故により第三者に対して損害賠償責任を追った場合に補償するための個人賠償責任保険で、保険料を市が負担します。

認知症があっても安心して外出したり活動したりできるようにするための制度です。

NEW

MEET☆ミーティング

認知症の人、家族、関係機関、事業者、地域組織をメンバーとして、認知症施策について一緒に検討する意見交換会です。

アルツハイマー(認知症)月間である9月に開催します。

04

みまもりあい ステッカー

衣類や持ち物等にステッカーを付けておくと、行方不明になった場合に、発見者がフリーダイヤルに電話してステッカーに記載の番号を入力することで、事前に登録した家族等の電話番号に連絡することができます(年間利用料3600円)。「みまもりあいアプリ」から検索依頼を配信することもできます。



02

認知症サポーター 養成講座

認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者です。養成講座を修了した人には認知症サポーターカードをお渡しします。開催は、地域団体や企業などからの依頼により出張開催する他、広報誌等でお知らせします。



本人ミーティング

認知症やMCI(軽度認知障害)の本人たちが集まって、座談会やクッキング、ウォーキング等をしながら交流を深め、互いに支え合う関係づくりと予防の取り組みを進める会です。市が主催する「脳活性化教室」の卒業生等にお声かけしていますが、今後拡大予定です。

ふだんの生活の中で できることからはじめてみよう

ご近所づきあいを 大切に

認知症の人やその家族が地域で安心して暮らすためには、住民の認知症の正しい理解と、見守り活動など地域での支え合いが大切です。
まずは、ご近所の人と挨拶をしたり声をかけ合える関係づくりから始め、支え合いの輪を広げていきましょう。

認知症のことを知る

認知症は、年齢に関わらず誰でもなり得るものです。認知症を「自分ごと」としてとらえ、偏見をなくしましょう。
認知症の基本的なことを学ぶためぜひ「認知症サポーター養成講座」を受講してください。子どもから高齢者までどなたでも受講できます（地域や学校への出張開催もしています）。

健康づくりに 取り組む

バランスのよい食事や適度な運動を意識し、定期的に健康診断を受けるなど、ふだんからの健康の維持・増進に取り組みましょう。
市や各種団体が開催する健康づくり教室等を活用するのもよいですね。

将来のことを 考えておく

自分がこの先どのような暮らしをしたいのか考え、家族や周りの人と話し合っておきましょう（「ACP」「人生会議」と呼ばれます）。
エンディングノートを準備したり、成年後見制度について調べておくこともおすすめです。

認知症に関する 本を読む

家族や身近な人が認知症だと言われたときに、どう接してよいかわからず困ることの無いよう、興味を持って本を読むなどして、認知症ケアに関する知識を備えておきましょう。
相談機関を知っておくことも大切です。

認知症サポーターとして 活動してみる

認知症カフェのお手伝いや、認知症の人の希望を叶えるお手伝いを認知症サポーター活動として整備していきます。
ステップアップした活動に興味のある人はぜひご参加ください。市広報誌やウェブサイトですぐお知らせします。

みまもりあいアプリを ダウンロードする

無料のアプリをダウンロードしておくと、認知症などにより行方不明になっている人の検索依頼情報が配信されます。発見したら、配信される情報に従い、家族等に連絡をお願いします。
アプリをダウンロードしている人（検索協力者）がたくさんいると、認知症の人や家族は安心して外出できるようになります。



このような場面に気づいたら、警察やほんわかセンターにご連絡ください。

- ☐ 同じ場所を何度も行ったり来たりしている人
- ☐ 早朝や深夜にひとりで歩いている人
- ☐ 季節外れの服装をしている人
- ☐ 家の中から怒鳴り声や悲鳴が聞こえる
- ☐ 顔や体に傷やあざがある人
- ☐ 銀行のATMで気が動転している様子でお金を振り込もうとしている人

軽度認知障害(MCI)

生活に支障はありませんが、物忘れが多くなる認知症の前段階のことです。認知機能が回復する可能性が十分にあります。認知症の始まりは家族や周囲の人の気づきも大切です。

医療機関に相談したり、「物忘れ予防教室」や「脳活性化教室」に参加するなどして早期に対応することを考えましょう。

若年性認知症

65歳未満で発症する認知症のことです。30歳代で発症することもあります。

現役で仕事や子育てをしている世代のため高齢期とは異なる影響が出ることが多いですが、診断に長い期間を要することも少なくありません。早めに専門の医療機関に相談しましょう。

ほんわかセンター（地域包括支援センター）

高齢者や家族の福祉・介護の総合相談窓口

第1ほんわかセンター

担当中学校区：喜志、第一

☎ 0721-25-1000

🏠 市役所高齢介護課 常盤町1-1

第2ほんわかセンター

担当中学校区：第二、第三

☎ 0721-25-8205

🏠 かがりの郷 南大伴町4-4-1

第3ほんわかセンター

担当中学校区：藤陽、明治池、葛城、金剛

☎ 0721-28-8631

🏠 けあばる 向陽台1-4-30

🏠 けあばる金剛（金剛連絡所） 寺池台1-9-15