

青森市認知症ケアパス

# 青森市認知症相談・支援ガイドブック

～ 誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすために ～



令和7年6月 改訂版



青森市



『認知症ケアパス』とは、認知症が疑われ早期対応を行うときや、症状が進行し生活の中で様々な支援が必要なときに、どこで、どのような医療や介護サービスなどを受けられるのか、認知症の状態に応じた支援の流れを示すガイドブックです。

市では、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暮らし続けられることを目指しています。

認知症のかたやその家族、医療や介護等の支援に関わる多くの皆さんにご活用いただければ幸いです。



## 目 次

|     |                              |    |
|-----|------------------------------|----|
| 1   | 認知症は脳の病気です                   | 1  |
| (1) | 認知症について                      |    |
| (2) | 認知機能障害と行動・心理症状               |    |
| (3) | BPSD の要因                     |    |
| 2   | 注意が必要な変化～脳の健康チェックリスト         | 6  |
| 3   | 認知症支援の医療や介護の流れ               | 8  |
| 4   | 早めに受診することのメリット               | 9  |
| 5   | 認知症の経過～早期からの対応が重要            | 9  |
| 6   | 認知症の人への対応                    | 10 |
| (1) | 接するときの心がまえ                   |    |
| (2) | 接し方                          |    |
| (3) | 認知症の対応の仕方などの相談               |    |
| (4) | 認知症の人の本人発信                   |    |
| 7   | 認知症の状態に応じた支援                 | 12 |
| 8   | 認知症に関する相談窓口                  | 13 |
| (1) | 地域の相談窓口「青森市地域包括支援センター」       |    |
| (2) | 市役所の相談窓口                     |    |
| (3) | その他窓口（電話相談）                  |    |
| 9   | 認知症に関する受診は、「かかりつけ医」または「専門医」へ | 16 |
| 10  | 認知症の診療を行っている医療機関             | 16 |
| (1) | 病院                           |    |
| (2) | 診療所                          |    |

|                                 |       |    |
|---------------------------------|-------|----|
| <b>1 1    アルツハイマー病の新しい治療薬</b>   | ..... | 20 |
| (1) 抗アミロイドβ抗体薬                  |       |    |
| (2) 治療までの流れ                     |       |    |
| (3) 新薬の相談医療機関                   |       |    |
| (4) 初回投与医療機関                    |       |    |
| <b>1 2    若年性認知症について</b>        | ..... | 22 |
| (1) 若年性認知症とは                    |       |    |
| (2) 若年性認知症に関する相談                |       |    |
| (3) 若年性認知症の人と家族のつどい「ゆるっと会」      |       |    |
| <b>1 3    介護保険サービス</b>          | ..... | 24 |
| (1) 介護保険サービスを利用するためには           |       |    |
| (2) 介護保険サービス費                   |       |    |
| (3) 介護保険サービスの相談                 |       |    |
| (4) 介護保険サービスの種類                 |       |    |
| <b>1 4    医療保険適用のデイケア</b>       | ..... | 27 |
| <b>1 5    障害福祉サービス</b>          | ..... | 28 |
| (1) 自立支援医療（精神通院医療）              |       |    |
| (2) 障がい者手帳（精神障害者保健福祉手帳・身体障害者手帳） |       |    |
| (3) 障害年金                        |       |    |
| <b>1 6    認知症の人や家族等の支援</b>      | ..... | 29 |
| (1) 認知症の人や家族等の交流会               |       |    |
| (2) 認知症サポーター                    |       |    |
| (3) チームオレンジ                     |       |    |
| (4) 認知症情報連携ツール「あおもり医療・介護手帳」の交付  |       |    |
| <b>1 7    高齢者福祉サービス</b>         | ..... | 32 |
| 《青森・浪岡地区共通》                     |       |    |
| (1) 高齢者福祉乗車証（いき・粋乗車証）の交付        |       |    |
| (2) はり・きゅう・マッサージ施術料の助成          |       |    |
| (3) 配食サービス                      |       |    |
| (4) 緊急通報装置の設置                   |       |    |
| (5) 介護用品（紙おむつ）の支給               |       |    |
| (6) 訪問理美容サービス                   |       |    |
| (7) 在宅要介護者訪問歯科健康診査              |       |    |
| (8) 養護老人ホームへの入所                 |       |    |
| (9) 介護慰労金の支給                    |       |    |
| (10) 生活管理指導短期宿泊                 |       |    |
| 《浪岡地区のみ》                        |       |    |
| 冬期除雪サービス                        |       |    |

|                              |       |    |
|------------------------------|-------|----|
| <b>1 8 高齢者の見守り支援</b>         | ..... | 36 |
| (1) 帰宅困難高齢者等の事前登録及びみまもりシール配付 |       |    |
| (2) 青森市高齢者等ＳＯＳネットワーク         |       |    |
| (3) 地域の見守り活動                 |       |    |
| (4) 高齢者等見守り協力事業者ネットワーク       |       |    |
| <b>1 9 権利擁護</b>              | ..... | 38 |
| (1) 成年後見制度                   |       |    |
| (2) 日常生活自立支援事業               |       |    |
| <b>2 0 運転免許の自主返納者支援事業</b>    | ..... | 40 |
| <b>2 1 終活支援</b>              | ..... | 41 |
| (1) 青森市版エンディングノート「わたしノート」の配付 |       |    |
| (2) 終活情報登録                   |       |    |

# 1 認知症は脳の病気です

## (1) 認知症について

認知症は「老化現象」と思われがちですが、認知症は、脳の細胞に異変が起きることによって、脳の働きが悪くなる「**脳の病気**」です。

いろいろな原因で脳の細胞の働きが悪くなったために様々な障害が起こり、生活するうえで支障が出ている状態が認知症です。



### 《認知症と普通のもの忘れ》

認知症と普通のもの忘れは違います。

#### 【普通のもの忘れ】

体験の一部のみを忘れるので、他の記憶から忘れていた内容を思い出すことができます。



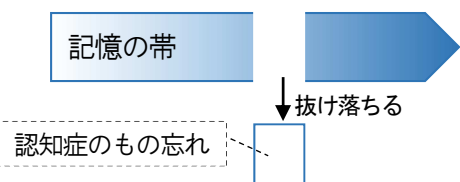
例) 食べた食事のメニューが思い出せない  
約束をすっかり忘れてしまった  
物覚えが悪くなったように感じる



何を食べたっけ?

#### 【認知症のもの忘れ】

体験全体を忘れるので、思い出すことが困難です。



例) 食べたことを忘れている  
約束したこと自体を忘れている  
数分前の記憶が残らない

さっき食べたのに...



ごはん食べてない

### 《認知症の代表的な原因疾患》

認知症には、脳が損傷を受けている部分や原因によって様々な疾患があり、その種類は70種類を超えるとされており、原因疾患ごとに症状や治療法が異なります。

| 疾患名         | 特徴など                                                                                                                                   |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| アルツハイマー型認知症 | 脳に特殊なたんぱく質が溜まることで神経細胞が弱り、脳が委縮していきます。そのため、身体の機能も徐々に失われていきます。比較的早い段階から記憶障害、見当識障害などがみられます。                                                |
| 脳血管性認知症     | 脳の血管が詰まっている箇所が増えるごとに脳の機能が低下し、認知症や運動障害が現れてきます。脳血管障害は生活習慣病が原因と言われており、生活習慣病を引き起こす高血圧・高脂血症・糖尿病などの予防や、定期受診により適切に管理していくことが脳血管性認知症の予防につながります。 |

| 疾患名       | 特徴など                                                                                                       |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| レビー小体型認知症 | 脳にレビー小体が溜まることで起こる脳の委縮が原因と言われています。認知症症状とパーキンソン症状（前傾・突進歩行、小刻み歩行、転倒、手指振戦など）が出現します。幻視、幻聴もみられ、症状の変動が大きいことが特徴です。 |
| 前頭側頭型認知症  | 前頭葉と側頭葉の委縮によって認知症が起こります。社会性を失い、自分の思うままの行動を取ります。また、同じ言動の繰り返しなどもみられます。                                       |

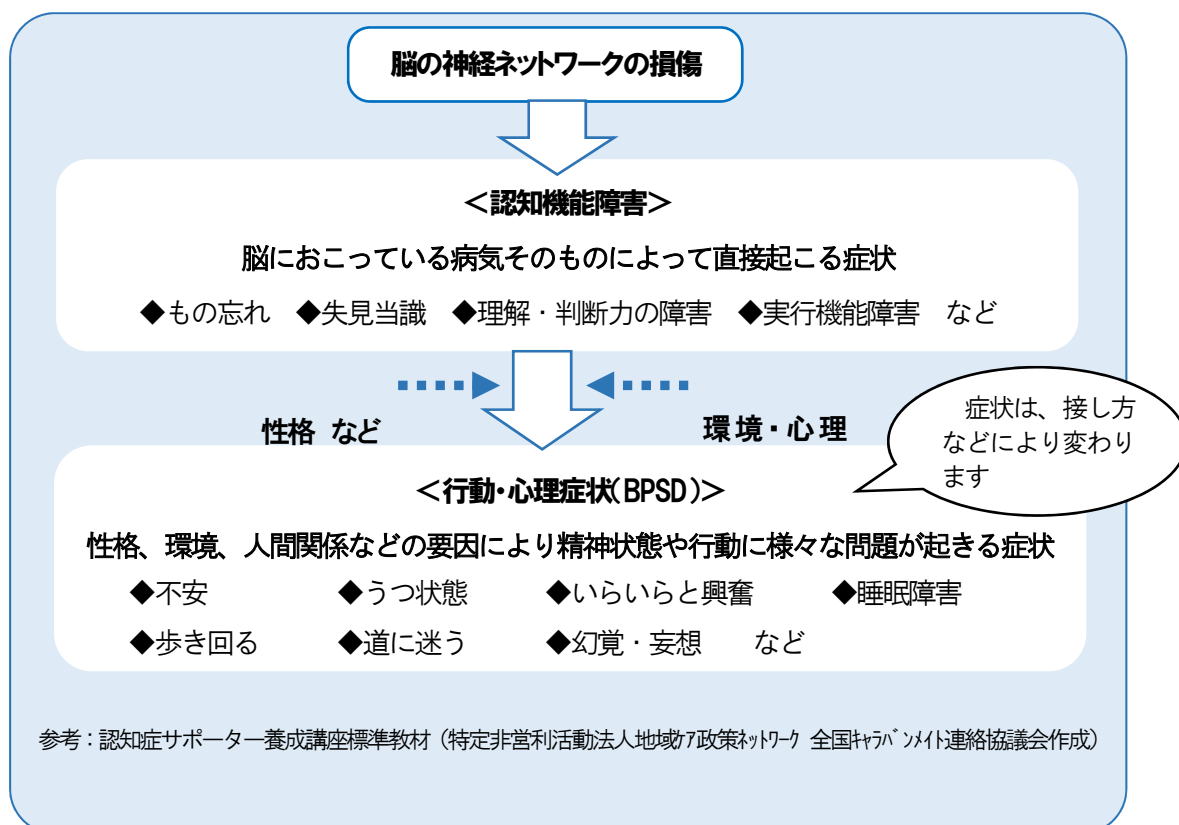
### 《認知症と似た症状が現れる主な疾患》

| 疾患名     | 特徴など                                                                                                                |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 慢性硬膜下血腫 | 脳と頭蓋骨の間に血液が貯留する病気で、一般的には頭を打ったあと、2週間から3ヶ月の期間に起こります。徐々に発症するため本人も周囲も気づきにくいという特徴があります。早期に外科的な治療をすることで回復する可能性があります。      |
| 正常圧水頭症  | 頭に脊髄液が異常に溜まって、脳圧が上がりにくいタイプを正常圧水頭症と言います。歩行障害、認知機能障害、尿失禁が三大症状です。正常圧水頭症で起こる認知症は、早期治療で改善できる可能性があるため、早めに脳外科を受診することが大切です。 |



## （２）認知機能障害と行動・心理症状

認知症の症状には、脳におこっている病気そのものによって直接起こる「認知機能障害」と、本人の性格や周囲の環境の状態などの要因が絡み合って、精神的に不安定な症状や日常生活行動において様々な問題が起きる「行動・心理症状（以下「BPSD」という。）」（BPSD：Behavioral and Psychological Symptoms of Dementia）があります。



### <認知機能障害の例>

|           |                                                      |
|-----------|------------------------------------------------------|
| ものの忘れ     | ・新しいことを覚えられない、すぐ忘れる<br>・経験そのものを忘れる（例：食事したことを忘れる）     |
| 失見当識      | ・時間や季節感、場所の感覚が薄れる                                    |
| 理解・判断力の障害 | ・2つ以上のことが重なるとうまく処理できない<br>・考えるスピードが遅くなる              |
| 実行機能障害    | ・料理などの手順がうまくできなくなる<br>・同じ食材を買ってしまい冷蔵庫に同じ食材がたくさん入っている |

### <BPSD の例>

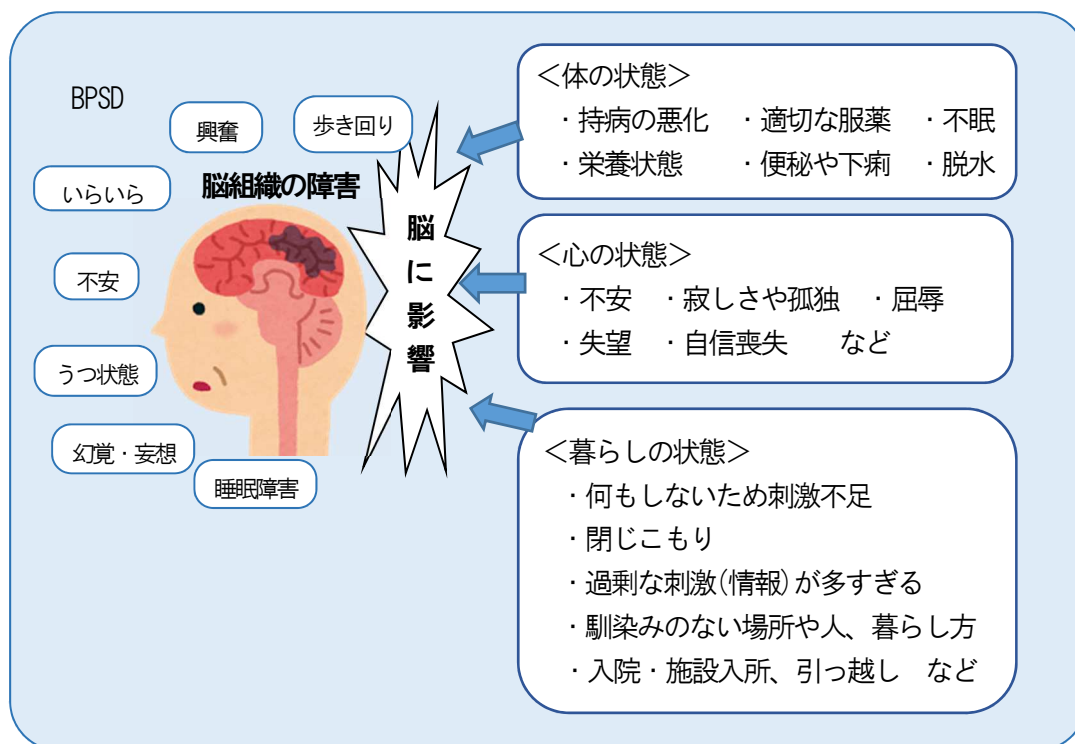
|         |                                           |
|---------|-------------------------------------------|
| いらいら・興奮 | ・感情のコントロールがうまくいかず、興奮する                    |
| 幻覚・妄想   | ・実際にいない人が見える、声や音が聞こえると言う<br>・財布などが盗まれたと言う |
| 歩き回る    | ・一人で出かけて道に迷う、歩き回る                         |

### (3) BPSD の要因

不安、うつ状態、いらいら、興奮、歩き回り、幻覚、妄想、睡眠障害などの BPSD は、強く現れる人もいます。

その違いを生み出す要因は、認知症の人の「体」や「心」の状態、「暮らし」の状態です。

体調が悪くなっていたり、家族などから責められたり、怒られたりすることで不安や戸惑いが強くなっていたり、自尊心が傷つくなどの心理的な状態、また、閉じこもりがちで刺激の少ない生活などの暮らしの状態が絡み合っ​​て脳に影響を及ぼし、BPSD が現れやすくなります。本人が困っている状況である場合が多く、認知症の人の SOS サインとも言われています。



## 《BPSD に対応するために》

認知症の人の「体の状態」と「心の状態」、「暮らしの状態」を見守り、小さな変化に気づいてあげることが大切です。

明らかな原因がある場合は、それらを除去し、環境を整えたり、周囲の対応を変えたりすることで、改善していく場合があります。

また、本人がポジティブな気持ちでいられる環境は、それじたいがBPSD（行動・心理症状）の予防になります。

（工夫例）

- ・ 静かで落ち着く居場所
- ・ 日課や役割があり、自分の力を発揮できる
- ・ 仲間がいる
- ・ 日常的にほめられる、感謝される場面がある

それでも不穏（落ち着かない様子）や興奮状態、暴力行為などが改善しない場合は、薬物療法が必要となることがありますので、かかりつけ医、または、BPSD を治療できる病院に相談しましょう。かかりつけ医に相談した場合は、状態に応じて専門医を紹介するなど専門医療と連携して対応します。

## 2 注意が必要な変化～脳の健康チェックリスト

「もの忘れが多い」、「もしかしたら認知症かな?」と思っても、体調が悪いと病院に行かなかったり、家族なども「歳のせいかもしれない」、「しばらく様子をみよう」と本人を気遣い、病院に行くことを先延ばしたりすることがあります。このような“ためらい”は、結果として認知症の症状を悪化させてしまう場合があります。

「もしかしたら認知症?」と思ったり、以下の症状などがある場合は、青森市地域包括支援センターや高齢者支援課または浪岡振興部健康福祉課に迷わずにご相談ください。



### 【本人記載用 脳の健康チェックリスト】

\*質問に当てはまると思ったら○印をつけましょう。

| No | 質 問                          | ○印 |
|----|------------------------------|----|
| 1  | 物の名前が出てこなくなった                |    |
| 2  | しまった場所を忘れ、ものを探すことが多くなった      |    |
| 3  | 趣味を楽しんだり、好きなテレビ番組を見るのが面倒になった |    |
| 4  | 着替えや身だしなみに気を遣うことが面倒になった      |    |
| 5  | 最近のテレビ番組は難しいものが多くなったと思う      |    |
| 6  | 時々「不安」や「焦り」の気持ちが、わいてくることもある  |    |
| 7  | 些細なことに対して、イライラするようになった       |    |
| 8  | 昨夜の食事内容を、考えても思い出せない          |    |
| 9  | 慣れた道でも、迷ったことがある              |    |
| 10 | 蛇口の締め忘れやガス台の火の消し忘れが多くなった     |    |

\*NO.1～8の項目に○印がついた場合

↳個数に関係なく地域包括支援センターへご相談ください。

\*NO.9・10の項目に○印がついた場合

↳個数に関係なく、医療機関へご相談ください。



「認知症は治らない…」、「医療機関に行っても仕方がない…」  
などと考えていませんか?  
認知症も他の病気と同じように、早期診断と治療がとても大切です!

## 【家族記載用 脳の健康チェックリスト】

\*質問に当てはまると思ったら○印をつけましょう。「以前に比べて」どうなったのかで判断してください。

| No | 質 問                                           | ○印 |
|----|-----------------------------------------------|----|
| 1  | 同じことを何度も言ったり、聞いたりする                           |    |
| 2  | 物の名前が出てこなく、「あれ」「これ」という言葉が多くなった                |    |
| 3  | 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった                        |    |
| 4  | 着替えが面倒になり、身だしなみを構わなくなった                       |    |
| 5  | 些細なことで、怒りっぽくなった                               |    |
| 6  | 新聞やテレビの内容をよく理解できなくなった                         |    |
| 7  | いつもしていたことをしなくなった<br>例)仏壇を拝まなくなった、犬の散歩をしなくなった等 |    |
| 8  | 老人クラブに参加したり、友人と話したりなど周囲との交流を避けるようになった         |    |
| 9  | 自分の失敗を、何かのせいにするようになった                         |    |
| 10 | 置き忘れや、しまい忘れが目立ってきた                            |    |
| 11 | 慣れた所で、道に迷うようになった                              |    |
| 12 | 約束の時間や場所を間違えることが増えた                           |    |
| 13 | 蛇口の締め忘れやガスコンロの火の消し忘れが、目立つようになった               |    |
| 14 | 夜中に急に起き出して、騒いだことがある                           |    |
| 15 | 薬を飲むのを忘れるようになった                               |    |
| 16 | 財布や通帳など大事なものが盗まれたと言うようになった                    |    |
| 17 | 来ていない「人」や無い「物」を「居た」とか「見える」とかいうことがある(幻視)       |    |

\*NO.1～10に○印がついた場合

↳個数に関係なく地域包括支援センターへご相談ください。

\*NO.11～17に○印がついた場合

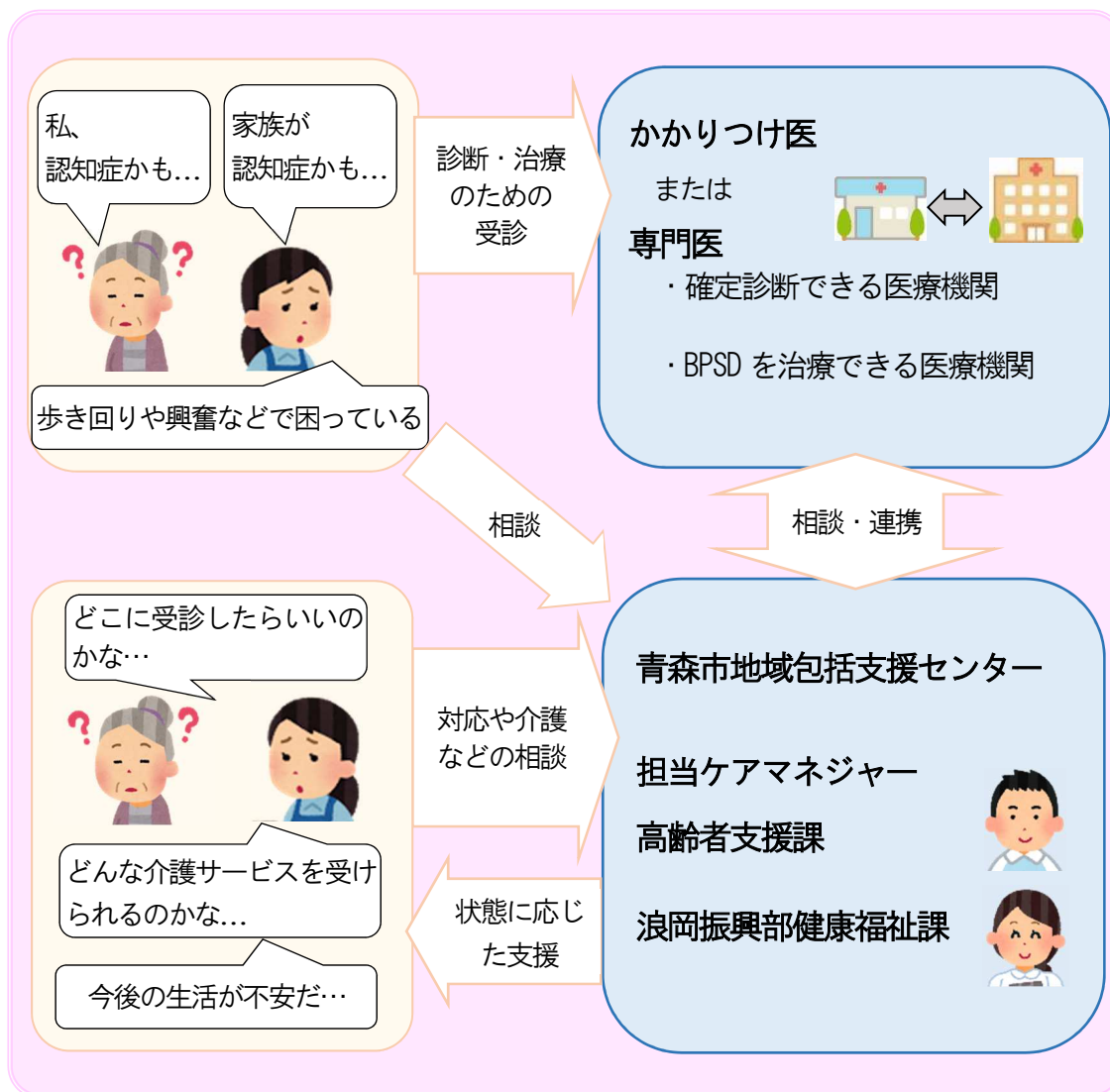
↳個数に関係なく医療機関へご相談ください。特にNO.16・17については早期の受診をお勧めします。

出典：青森県健康医療福祉部 高齢福祉保険課「認知症に関するリーフレット」

### 3 認知症支援の医療や介護の流れ

「認知症かな？」と気になったら、「迷わず相談」、「ためらわず受診」することが大切です。

認知症の種類によって治療法も異なるので、認知症の原因疾患を診断（確定診断）し、それらに対応した治療をすることが重要です。



#### ◆相談・受診時には家族からの情報がとても重要です

##### 《 まとめておきたい内容 》

- 本人の経過  
(いつ頃から、どのような症状や出来事が、どのくらい続いているのか等)
- 本人や家族が困っていること、求めていること
- 介護保険認定結果(要介護度)
- これまでに本人がかかった病名、現在治療している病名
- 本人が飲んでいる薬(お薬手帳を持参しましょう)

症状などをメモして持参することをお勧めします

## 4 早めに受診することのメリット

### ◆進行を遅らせることができる

アルツハイマー型認知症は、お薬で進行を遅らせることができます。早い段階から使い始めることで効果があります。



### ◆BPSDを抑えることができる

妄想、不眠、攻撃的な言動、うつ状態などのBPSDを抑える薬もあります。また、接し方等について助言を得ることができます。

### ◆見通しをもって準備ができる

早期に診断を受けることで、本人と家族が心の準備ができ、今後の必要となる医療や介護等に対し、見通しをもって生活していく準備ができます。



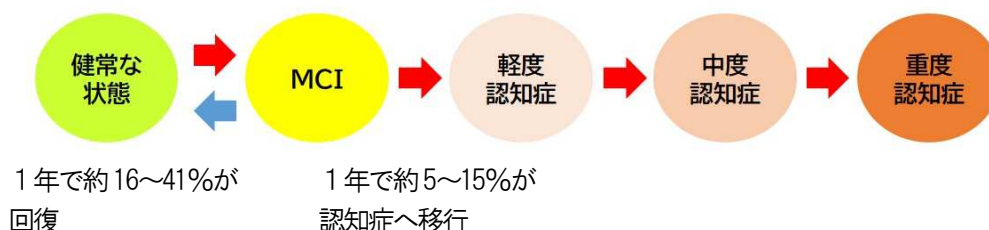
### ◆早期治療で改善できる病気がある

認知症と似た症状を引き起こす病気（正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫など）があり、これらは早期診断し、早い段階で治療することで症状の改善が可能です。



## 5 認知症の経過～早期からの対応が重要

認知症は、健常な状態からMC I（軽度認知障害）を経て、認知症に至ります。



### 【MC I（軽度認知障害）とは】

認知症と完全に診断される一步手前の段階です。認知機能の低下の自覚があるものの、日常生活は問題なく送ることができる状態のことです。健常な状態と認知症の中間の状態であり、認知症だけでなく、健常な状態にも移行しうる状態といえます。

MC I では、1年で約5～15%の人が認知症に移行する一方で、1年で約16～41%の人は健常な状態になることがわかっています。適切な認知症予防対策を講じることで、健常な状態への回復や認知症への移行を遅らせることが期待できます。この段階で、脳の活性化や生活習慣の改善に取り組むことは非常に重要です。

## 6 認知症の人への対応

### (1) 接するときの心構え

#### ◆「認知症の人に自覚がない」というのは大きな間違い

もの忘れによる失敗や家事、仕事がうまくいかなくなるといったことが多くなり、本人は何かが起こっているという不安を感じています。認知症の人は、誰よりも一番不安で苦しい、悲しい思いをしているということを理解することが大切です。

#### ◆「私は忘れていない！」に隠れた思い

「私はもの忘れなんかない」、「病院なんかに行く必要はない」と言い張り、家族を困らせる場合が少なからずあります。

認知症の本人が、自分のもの忘れなどを認めないのは、「私が認知症だなんて!!」という不安や怒りから自分の心を守るための反応です。

周囲の人が、認知症の人の隠された思いを理解し対応することが大切です。



### (2) 接し方

認知症の人は、周囲が驚くような言動をとることがあるため、周囲も思わず本人を制止したり、叱ったり、間違いを訂正したりすることがあります。そのような接し方が続くと、そのことに反応し認知症のBPSDが強く現れやすくなります。

できないことを責めない、自尊心を傷つけないなど、認知症の特徴や接し方を知ることで、介護がしやすくなり、心にも余裕が生まれ、認知症の人も安心して気持ちよく過ごすことができます。

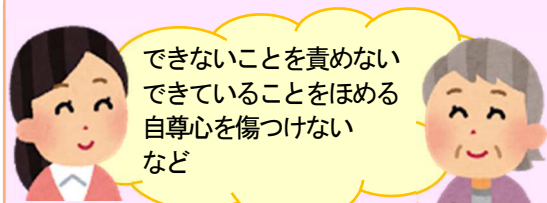
#### ◆好ましくない接し方



イライラする  
腹が立つ  
嫌な気持ち

不安になる  
怒る、パニック  
症状の悪化

#### ◆好ましい接し方



介護がしやすくなる  
心に余裕ができる

安心できる  
嬉しくなる  
自信が高まる

#### 基本の考え方

人から不意に声をかけられると、誰でもびっくりします。

背後から声をかけるなど相手を驚かせたり、急かしたりして混乱させることがないように気をつけましょう。

本人の意思、自尊心を尊重する接し方を心がけることも重要です。

### （３）認知症の対応の仕方などの相談

認知症に関する相談窓口は、青森市地域包括支援センター、高齢者支援課または浪岡振興部健康福祉課です。それぞれに配置している認知症地域支援推進員（認知症に関する国の研修を受けた専門職）や専門職が相談に応じます。

また、担当のケアマネジャーにも相談できます。お気軽にご相談ください。

### （４）認知症の人の本人発信

認知症の人が、できないことを様々な工夫で補いつつ、できることを活かして希望や生きがいを持って暮らしている姿を知るとは、認知症に対する画一的で否定的なイメージの払拭につながり、また、認知症の人や家族の不安を軽減し、前向きな暮らしにつながることを期待されます。

厚生労働省では、認知症の人が、自らの希望を語り、地域の中でそれを実際に叶えながら過ごしている姿を伝える動画「認知症の人からのメッセージ」や、認知症の診断を受けた後も前向きに暮らしていくための暮らし方やアドバイスなどを、認知症の人たちと一緒にまとめた「本人にとってのよりよい暮らしガイド」を作成しています。参考にご覧ください。

#### 【認知症の人からのメッセージ】

世の中の多くの人たちは、「認知症になったら、何もわからなくなる、何もできなくなる」、「認知症になったら、人生もうおしまい」という古いイメージ（偏見）を、根深く持っています。

わたしたち自身も診断された当初はそう思い込み、絶望し、生きていく自信や気力を一気に失ってしまった時期がありました。

でも、実際は違いました。病気になったからといって、いきなりすべてがわからなくなる、できなくなるわけではありませんでした。

少しずつ、わからないこと、できないことは増えてはいきますが、診断後何年たっても、まだまだわかること、できることがたくさんあります。

自分自身が古いイメージに縛られたままだと、よりよく生きていける可能性を自分でつぶしてしまいます。まず、自分の中にある古いイメージから解放されましょう。

自分自身の中にある可能性を大切に、一日一日を楽しく暮らして行きましょう。

出典：地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター「本人にとってのよりよい暮らしガイド  
一足先に認知症になった私たちからあなたへ」

厚生労働省ホームページから、本人メッセージ動画を閲覧できます。

認知症本人大使



7 認知症の状態に応じた支援

☆認知症は徐々に進行し、症状が変化していきます。必ずしも下記の表の経過をたどるわけではありませんが、状態に応じてサービスなどを上手に活用しましょう。  
☆認知症の支援内容については、青森市地域包括支援センター（p13～15）、または、担当のケアマネジャーなどに相談しましょう。

|         |         | 認知症                                                                                                              |                     |               |                     |               |
|---------|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------|---------------------|---------------|
|         |         | 認知症疑い                                                                                                            | 日常生活は自立             | 誰かの見守りあれば生活自立 | 日常生活に手助け・介護が必要      | 常に介護が必要       |
| 本人の様子   |         | ●もの忘れは多いが、日常生活は自立                                                                                                | ●同じことを何度も尋ねたり言ったりする | ●季節に合った服を選べない | ●着替え、食事、排せつが上手にできない | ●日常生活全般に介護が必要 |
|         |         |                                                                                                                  | ●物を無くすることが多くなる      | ●家電が扱えない      | ●トイレ、入浴に介護が必要       | ●食事介助が必要      |
|         |         |                                                                                                                  | ●新しいことが覚えられない       | ●同じものを何回も買う   | ●財布などを盗まれたと家族などを疑う  | ●歩行が不安定       |
|         |         |                                                                                                                  | ●約束の日付や時間を間違える      | ●火の消し忘れ       | ●時間、季節がわからなくなる      | ●表情が乏しい       |
|         |         |                                                                                                                  | ●状況判断が困難になる         | ●服薬管理ができない    | ●今いる場所がわからない        | ●家族の顔がわからない   |
|         |         |                                                                                                                  | など                  | ●一人で留守番ができない  | ●歩き回り、道に迷う          | ●話せなくなる       |
|         |         |                                                                                                                  | など                  |               |                     |               |
| 相談      |         | ☆青森市地域包括支援センター（p13～15） ☆高齢者支援課（p15） ☆浪岡振興部健康福祉課（p15）                                                             |                     |               |                     |               |
|         |         | ☆居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）（p24）                                                                                         |                     |               |                     |               |
| 医療と介護   | 医療      | ☆かかりつけ医⇄認知症診療を行う医療機関（p16～19）                                                                                     |                     |               |                     |               |
|         | 看護      | ☆新薬相談医療機関→初回投与医療機関（p20・21）                                                                                       |                     |               |                     |               |
| 介護サービス  | 生活支援    |                                                                                                                  |                     | ☆訪問看護（p25）    |                     |               |
|         | 食       | ☆市の配食サービス（p33） ☆民間事業所による配食サービス                                                                                   |                     |               |                     |               |
| 通いの場    | ショートステイ | ☆訪問介護（ホームヘルプ）（p25） ☆小規模多機能型居宅介護（p25） ☆家政婦（民間事業所）                                                                 |                     |               |                     |               |
|         |         | ☆通所介護（デイサービス）（p25） ☆通所リハビリテーション（デイケア）（p25） ☆認知症対応型通所介護（p25） ☆小規模多機能型居宅介護（p25）                                    |                     |               |                     |               |
| 住まい     |         | ☆短期入所生活介護（ショートステイ）（p25） ☆小規模多機能型居宅介護（p25）                                                                        |                     |               |                     |               |
|         |         | ☆有料老人ホーム（p26） ☆サービス付き高齢者向け住宅（p26） ☆軽費老人ホーム（p26） ☆養護老人ホーム（p26）                                                    |                     |               |                     |               |
|         |         | ☆認知症対応型共同生活介護（グループホーム）（p26）                                                                                      |                     |               |                     |               |
|         |         | ☆介護老人保健施設（p26） ☆介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）（p26）                                                                         |                     |               |                     |               |
| 権利擁護    |         | ☆成年後見制度（p38）                                                                                                     |                     |               |                     |               |
| 本人・家族支援 |         | ☆若年性の人と家族のつどい「ゆるっと会」（p23） ☆認知症カフェ（p29） ☆認知症の人と家族の会青森県支部（p29） ☆チームオレンジ（p31）                                       |                     |               |                     |               |
| 見守り     |         | ☆認知症サポーター（p30） ☆帰宅困難高齢者等の事前登録及びみまもりシール配布（p36） ☆高齢者等SOSネットワーク（p36） ☆民生委員（p37） ☆高齢者等見守り協力事業者ネットワーク（p37） ☆地区社会福祉協議会 |                     |               |                     |               |
| 終活支援    |         | ☆青森市版エンディングノート「わたしノート」（p41） ☆終活情報登録（p41）                                                                         |                     |               |                     |               |

## 8 認知症に関する相談窓口

認知症に関する相談には、青森市地域包括支援センターや高齢者支援課・浪岡振興部健康福祉課または担当のケアマネジャーが応じます。

### (1) 地域の相談窓口「青森市地域包括支援センター」

青森市地域包括支援センターは、65歳以上の高齢者が安心して生活を続けられるよう、介護、福祉、健康、医療などに総合的に相談に応じ、様々な機関とも連携しながら支援を行っています。

「認知症かも…」「どこに受診したらいいの?」「介護や接し方などを知りたい」など認知症に関する心配事などがありましたら、お住まいの地区を担当している地域包括支援センターにご相談ください（相談内容の秘密は守ります）。



### 《青森市地域包括支援センターには、認知症地域支援推進員がいます》

認知症地域支援推進員は、国の定めた研修を受けた専門職です。

認知症の人やその家族の相談に応じ、医療機関や介護サービス、地域の支援機関との連携を図りながら支援を行います。

お気軽にお住まいの地域を担当する青森市地域包括支援センターに ご相談ください。



### ◆青森市地域包括支援センター 一覧

#### 青森市地域包括支援センターおきだて

青森市富田5丁目18-3

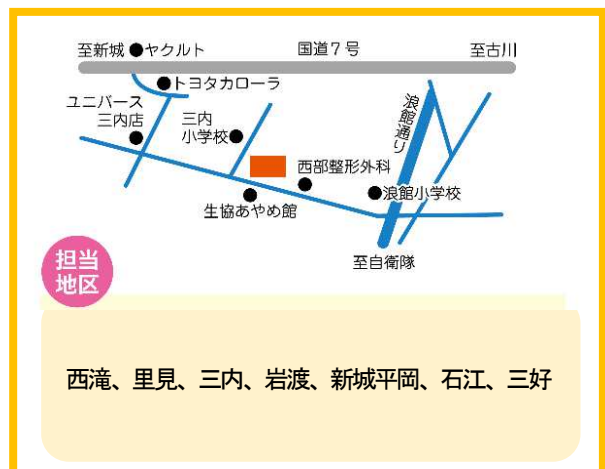
☎017-761-4580 FAX 017-761-4571



#### 青森市地域包括支援センターすずかけ

青森市里見2丁目13-1

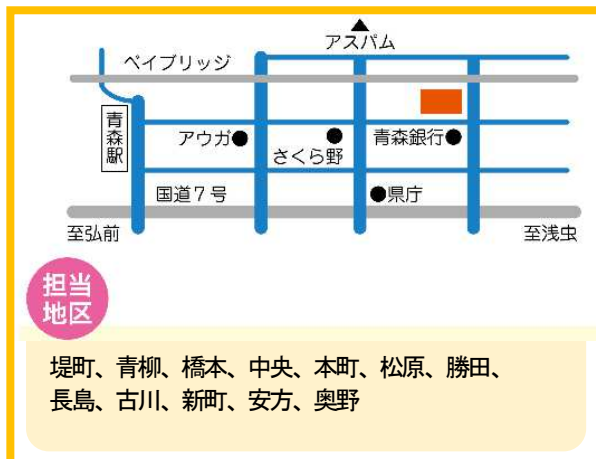
☎017-761-7111 FAX 017-761-7115



### 青森市中央地域包括支援センター

青森市新町2丁目1-8

☎017-723-9111 FAX 017-723-9112



### 青森市東青森地域包括支援センター

青森市浜館6丁目4-5

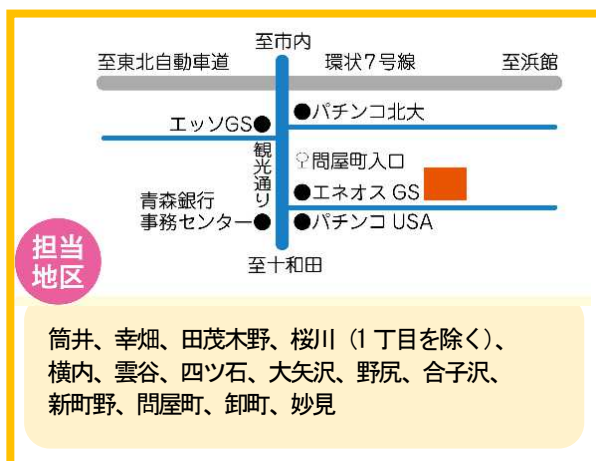
☎017-765-3351 FAX 017-765-3352



### 青森市南地域包括支援センター

青森市妙見3丁目11-14

☎017-728-3451 FAX 017-728-3452



### 青森市東部地域包括支援センター

青森市矢田前字弥生田47-2

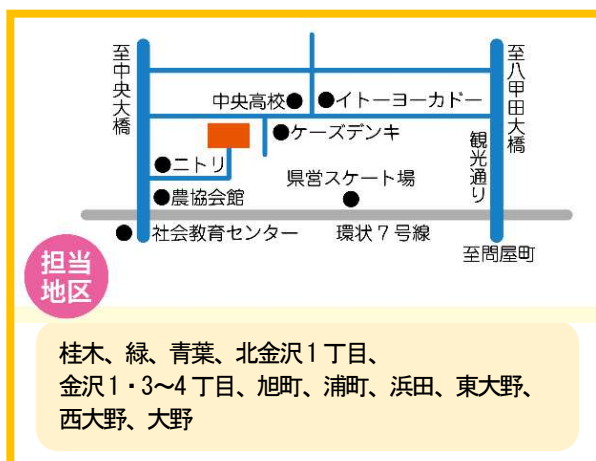
☎017-726-5288 FAX 017-726-9600



### 青森市おおの地域包括支援センター

青森市東大野2丁目1-10

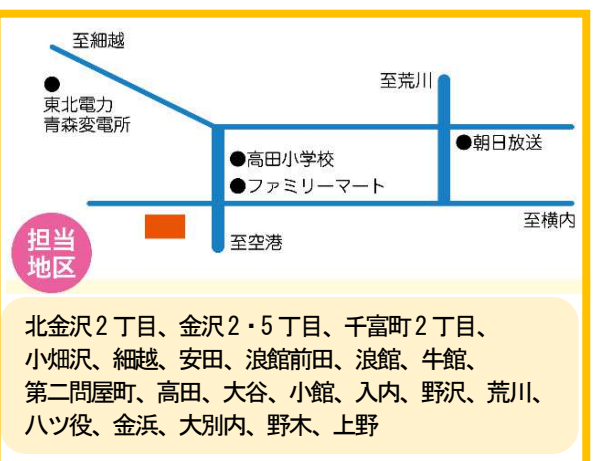
☎017-711-7475 FAX 017-711-7329



### 青森市地域包括支援センター寿永

青森市高田字川瀬187-14

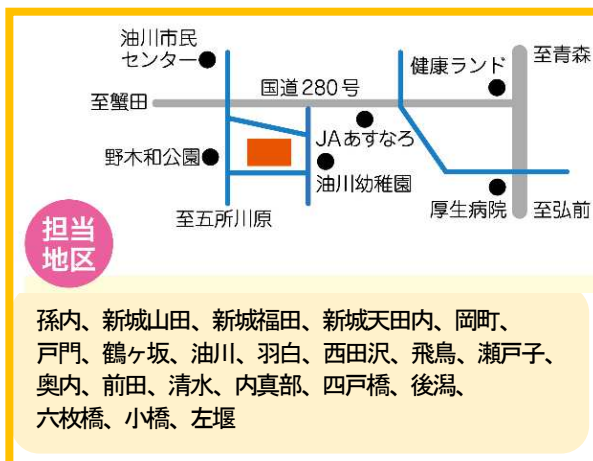
☎017-739-6711 FAX 017-739-6747



## 青森市地域包括支援センターのぎわ

青森市羽白字野木和 45

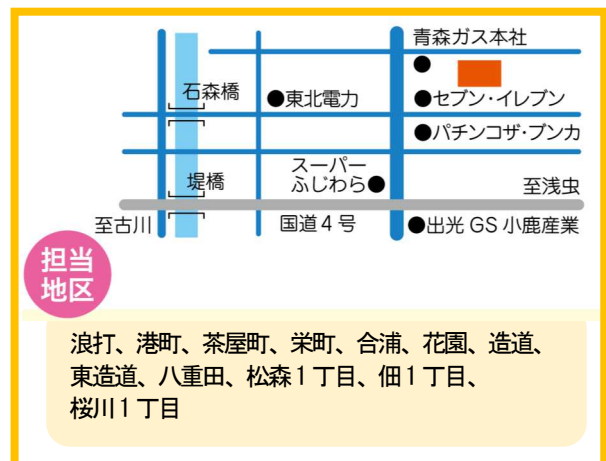
☎017-763-2255 FAX 017-787-3088



## 青森市地域包括支援センターみちのく

青森市港町 3 丁目 6-3

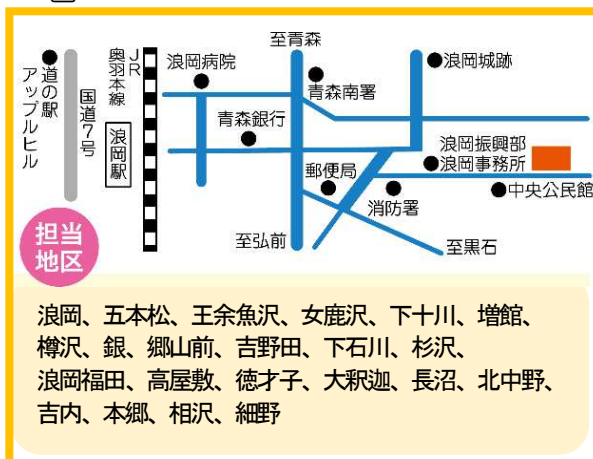
☎017-765-0892 FAX 017-765-0893



## 青森市地域包括支援センター浪岡

青森市浪岡大字浪岡字稲村 274

☎0172-69-1117 FAX 0172-62-4116



## (2) 市役所の相談窓口

| 相談窓口        | 電話           |
|-------------|--------------|
| 高齢者支援課      | 017-734-5206 |
| 浪岡振興部 健康福祉課 | 0172-62-1134 |

## (3) その他窓口（電話相談）

| 相談先                                     | 電話                            | 受付時間                             |
|-----------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 公益社団法人<br>認知症の人と家族の会<br>※携帯電話・スマートフォンから | 0120-294-456<br>050-5358-6578 | 月～金曜日<br>10:00～15:00<br>(祝祭日を除く) |
| 公益社団法人<br>認知症の人と家族の会 青森県支部              | 0178-34-5320                  | 水曜日・金曜日<br>13:00～15:00           |

## 9 認知症に関する受診は、「かかりつけ医」または「専門医」へ

もの忘れが気になる、認知症かもしれない…など気になったときは、普段の状態を診てもらっている「かかりつけ医」を受診しましょう。かかりつけ医では、状態に応じて専門医を紹介します。また、「認知症の原因疾患を確定診断できる医療機関」を受診するのもよいでしょう。認知症は、原因疾患によって治療法が異なるため、認知症の原因疾患についての確定診断が必要となります。

BPSD の症状がある場合は、「かかりつけ医」または「BPSD を治療できる医療機関」を受診しましょう。



## 10 認知症の診療を行っている医療機関

市が実施した「青森市認知症診療に関する調査」で、「認知症の原因疾患の確定診断」、「治療」、「BPSD の治療」を行っている回答した医療機関のうち、公表可と回答のあった医療機関を掲載しています。

### (1) 病院

お薬手帳をお持ちのかたは、受診時持参しましょう。



|    | 医療機関名                        | 住所/電話                                    | 確定<br>診断 | 治<br>療 | BPSD<br>治療 | 初回受診時の要件                                     | 備考                                               |
|----|------------------------------|------------------------------------------|----------|--------|------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 1  | 県立つくしが丘病院<br>認知症疾患医療セ<br>ンター | 三内字沢部 353-92<br>☎代017-787-2121           | ○        | ○      | ○          | ・電話予約<br>・家族等同行・紹介状                          | ・認知症サポーター医<br>4 名<br>・認知症看護認定<br>看護師 1 名         |
| 2  | 青い森病院                        | 大谷字山ノ内 16-3<br>☎代017-729-3330            |          | ○      | ○          | ・家族から電話予約<br>・家族等同行・紹介状                      |                                                  |
| 3  | 浅虫温泉病院                       | 浅虫字内野 27-2<br>☎代017-752-3004             | ○        | ○      | ○          | ・家族から電話予約<br>(医療福祉相談室へ)<br>・家族等同行・紹介状        | ・認知症サポーター<br>1 名                                 |
| 4  | 生協さくら病院                      | 問屋町 1-15-10<br>☎代017-738-2101            | ○        | ○      | ○          | ・電話予約<br>・家族等同行・紹介状                          | ・認知症サポーター医<br>2 名                                |
| 5  | こころのケアセン<br>ターふよう            | 雲谷字山吹 93-1<br>☎代017-738-2214             | ○        | ○      | ○          | ・電話予約(地域医療<br>連携室へ)<br>・家族等同行・紹介状            | ・認知症サポーター医<br>1 名<br>・精神科認定看<br>護師 4 名           |
| 6  | 村上新町病院                       | 新町 2-1-13<br>☎代017-723-1111              | ○        | ○      | ○          | ・直接受診可                                       | ・認知症サポーター医<br>1 名                                |
| 7  | 県立中央病院<br>脳神経内科              | 東造道 2-1-1<br>☎017-726-8377<br>(医療連携部直通)  | ○        | ○      |            | ・医療機関から電話予<br>約(医療連携部へ)<br>・家族等同行・紹介状        | ・認知症サポーター医<br>2 名<br>・治療方針決定<br>後、かかりつけ医<br>等に紹介 |
| 8  | 青森慈恵会病院                      | 安田近野 146-1<br>☎017-782-1280<br>(総合相談室直通) | ○        | ○      |            | ・入院目的前提での<br>診療のみ                            | ・入院のみ対応<br>・事前に電話で<br>総合相談室へ                     |
| 9  | あおもり協立病院                     | 東大野 2-1-10<br>☎017-762-5500              |          | ○      |            |                                              |                                                  |
| 10 | 村上病院<br>脳神経内科                | 浜田 3-3-14<br>☎代017-729-8888              | ○        | ○      |            | ・電話予約<br>・家族等同行<br>・紹介状(紹介状につ<br>いては、予約時に相談) | 認知症診療<br>(金)午前・午後                                |
| 11 | 浪打病院                         | 合浦 2-11-24<br>☎代017-741-4341             |          | ○      |            | ・直接受診可                                       |                                                  |

## (2) 診療所

お薬手帳をお持ちのかたは、受診時持参しましょう。



|    | 医療機関名                | 住所                           | 電話       | 確定<br>診断 | 治療               | 初回受診時<br>の要件             | 備考                          |
|----|----------------------|------------------------------|----------|----------|------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 1  | 青い海公園クリニック           | 安方 1-103-2                   | 721-1111 | ○        | ○                | ・直接受診可                   |                             |
| 2  | 青森クリニック              | 篠田 1-9-11                    | 783-2222 |          | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行         | 認知症 <sup>※</sup> ート医<br>1名  |
| 3  | あきやま胃腸科<br>内科クリニック   | 松森 2-10-21                   | 743-1199 |          | ○                | ・家族等同行                   |                             |
| 4  | 石木医院                 | 浅虫字蛸谷 65-37                  | 752-3015 |          | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行         | 認知症 <sup>※</sup> ート医<br>1名  |
| 5  | いしだ医院                | 花園 2-43-26                   | 744-3300 |          | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行<br>・紹介状 |                             |
| 6  | AMCクリニック             | 新町 2-2-22                    | 722-9111 | ○        | ○                | ・直接受診可                   |                             |
| 7  | えびな脳神経<br>クリニック      | 緑 2-1-3                      | 735-3000 | ○        | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行<br>・紹介状 | 認知症 <sup>※</sup> ート医<br>1名  |
| 8  | おがわ よしじ<br>クリニック     | 石江字江渡 117-5                  | 766-9107 |          | ○                |                          |                             |
| 9  | おきだてハート<br>クリニック     | 沖館 3-1-18<br>ベイクートおきだて<br>1F | 761-1132 |          | ○                | ・家族等同行<br>・紹介状           |                             |
| 10 | おきつ内科                | 古川 2-8-16                    | 757-8787 |          | ○                | ・家族等同行                   |                             |
| 11 | おさないクリニッ<br>ク        | 平新田字森越 23-<br>6              | 737-0202 |          | ○<br>自院の<br>患者のみ | ・家族等同行<br>・紹介状           |                             |
| 12 | おだぎりメンタル<br>クリニック    | 堤町 2-15-13                   | 777-1521 | ○        | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行         |                             |
| 13 | 加藤内科循環器科             | 金沢 4-4-10                    | 735-7555 |          | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行         |                             |
| 14 | 木村健一糖尿病・内<br>分泌クリニック | 茶屋町 13-9                     | 765-3100 |          | ○                |                          |                             |
| 15 | クリニックこころ<br>の森       | 東大野 1-21-10                  | 729-1556 | ○        | ○                | ・直接受診可                   | 認知症に関わら<br>ず新患は<br>1日1~2名のみ |
| 16 | 高内科小児科医院             | 蛸沢 3-12-15                   | 741-8181 |          | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行         |                             |
| 17 | 駒井胃腸科内科              | 浜館 4-14-4                    | 765-1500 |          | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行<br>・紹介状 |                             |
| 18 | 近藤内科胃腸科              | 筒井 3-14-32                   | 728-2022 |          | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行         |                             |
| 19 | 斉藤内科県庁前<br>クリニック     | 長島 2-3-4                     | 731-3110 |          | ○<br>自院の<br>患者のみ | ・直接受診可                   |                             |
| 20 | 斉藤内科小児科<br>医院        | 青柳 2-6-17                    | 777-3818 |          | ○                | ・直接受診可                   |                             |
| 21 | 佐々木胃腸科内科             | 岡造道 2-2-25                   | 741-1155 |          | ○                | ・紹介状                     |                             |

|    | 医療機関名                 | 住所              | 電話               | 確定<br>診断 | 治療               | 初回受診時<br>の要件     | 備考                                     |
|----|-----------------------|-----------------|------------------|----------|------------------|------------------|----------------------------------------|
| 22 | 佐藤内科クリニック             | はまなす<br>1-17-21 | 726-7800         |          | ○                |                  |                                        |
| 23 | 三戸内科胃腸科               | 浪館前田 4-10-1     | 781-6011         |          | ○                |                  |                                        |
| 24 | 嶋中内科循環器科              | 青柳 2-9-38       | 775-2111         | ○        | ○                | ・直接受診可           |                                        |
| 25 | 白取医院                  | 高田字川瀬 294-<br>9 | 739-2342         |          | ○                |                  |                                        |
| 26 | しんまちクリニック             | 新町 2-1-14       | 735-3111         | ○        | ○                | ・直接受診可           |                                        |
| 27 | 関谷外科クリニック             | 横内字亀井 261-9     | 752-7570         |          | ○                | ・家族等同行           |                                        |
| 28 | 高屋医院                  | 長島 3-5-8        | 776-2881         |          | ○                |                  |                                        |
| 29 | 武山循環器科内科              | 勝田 2-9-13       | 734-0111         |          | ○                |                  |                                        |
| 30 | 中部クリニック               | 中央 3-10-2       | 777-6206         |          | ○<br>自院の<br>患者のみ | ・紹介状             |                                        |
| 31 | 津軽医院                  | 浪岡字浅井 205       | 0172-<br>62-3101 |          | ○                |                  |                                        |
| 32 | とよあきクリニック             | 浜田 2-15-5       | 762-3100         | ○        | ○                | ・直接受診可           | ・認知症サポーター医<br>1 名                      |
| 33 | 内科おひさまクリ<br>ニック       | 橋本 1-9-26       | 723-0020         |          | ○<br>自院の<br>患者のみ |                  |                                        |
| 34 | 中野脳神経外科・<br>総合内科クリニック | 石江 4-4-3        | 788-7200         | ○        | ○                | ・直接受診可           | ・認知症サポーター医<br>2 名<br>・認知症学会専<br>門医 1 名 |
| 35 | 中村豊医院                 | 西滝 1-16-31      | 782-6633         |          | ○                | ・家族等同行           |                                        |
| 36 | 成田あつしクリニ<br>ック        | 浪館前田 3-22-8     | 761-7215         |          | ○                | ・家族等同行           |                                        |
| 37 | 成田祥耕クリニック             | 中佃 1-1-30       | 743-6511         |          | ○                | ・家族等同行<br>・紹介状   |                                        |
| 38 | 虹ヶ丘内科クリニ<br>ック        | 虹ヶ丘 1-3-13      | 765-1177         |          | ○                |                  |                                        |
| 39 | 脳神経外科内科<br>藤本クリニック    | 大野字片岡 34-3      | 729-1111         | ○        | ○                | ・直接受診可<br>・家族等同行 | ・認知症サポーター医<br>1 名<br>・認知症学会専<br>門医 2 名 |
| 40 | ひでかず胃腸科内科             | 大野字前田 75-89     | 762-1600         |          | ○                | ・家族等同行           |                                        |
| 41 | 富士胃腸科循環器科<br>医院       | 千富町 1-4-16      | 776-4558         |          | ○                | ・直接受診可           | 家族の同行は可能<br>な限りでよい                     |
| 42 | 富士内科胃腸科<br>医院         | 緑 1-19-5        | 777-8363         |          | ○                | ・家族等同行<br>・紹介状   |                                        |
| 43 | 降矢内科医院                | 花園 1-19-1       | 742-1836         |          | ○                | ・直接受診可           |                                        |

|    | 医療機関名              | 住所                | 電話       | 確定<br>診断 | 治療 | 初回受診時<br>の要件     | 備考              |
|----|--------------------|-------------------|----------|----------|----|------------------|-----------------|
| 44 | まちだ内科クリニック         | 羽白字沢田 39-4        | 788-6688 | ○        | ○  | ・直接受診可           | 認知症サポーター医<br>1名 |
| 45 | まつもと内科・外科<br>クリニック | 沖館 5-5-26         | 783-3030 |          | ○  |                  |                 |
| 46 | 三川内科医院             | 八重田 2-1-6         | 736-8191 |          | ○  | ・直接受診可           |                 |
| 47 | ミッドライフ<br>クリニックAMC | 新町 1-2-5          | 721-5111 | ○        | ○  | ・直接受診可           |                 |
| 48 | 南内科循環器科<br>医院      | 岡造道 1-17-8        | 741-1616 |          | ○  | ・直接受診可<br>・家族等同行 |                 |
| 49 | 村上内科胃腸科<br>医院      | 栄町 2-2-1          | 741-1215 |          | ○  |                  |                 |
| 50 | 村林内科クリニッ<br>ク      | 沖館 4-8-17         | 782-0505 |          | ○  |                  |                 |
| 51 | 森総合クリニック<br>松原     | 奥野 2-20-2         | 776-6299 |          | ○  |                  |                 |
| 52 | 森山内科クリニッ<br>ク      | 筒井字ハッ橋<br>1382-12 | 728-1550 |          | ○  | ・家族等同行           |                 |
| 53 | 和田クリニック内<br>科・胃腸科  | 橋本 2-14-6         | 775-1300 |          | ○  | ・直接受診可<br>・家族等同行 |                 |
| 54 | わたなべ内科クリ<br>ニック    | 奥野 3-12-17        | 764-0833 |          | ○  |                  |                 |

## ※ 認知症疾患医療センター

「認知症疾患医療センター」は、認知症患者とその家族が、住み慣れた地域で安心して生活ができるための支援の一つとして都道府県が設置し、認知症疾患における原因疾患の確定診断、地域における医療機関などの紹介、問題行動への対応についての相談を行っています。青森市内では、県立つくしが丘病院内に設置されています。



| 相談窓口                              | 専用電話             | 受付時間                            |
|-----------------------------------|------------------|---------------------------------|
| 県立つくしが丘病院 認知症疾患医療センター<br>(医療連携室内) | 017-788-<br>2988 | 9:00~16:00<br>(土・日・祝祭日・年末年始は除く) |

## 11 アルツハイマー病の新しい治療薬

令和6年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」では、認知症の人が状況に応じた適切な医療を受けることができるための医療機関の整備や認知症・軽度認知障害(MCI)の早期発見、早期診断及び早期対応を推進するために必要な情報の提供などの施策を講ずることが求められています。

上記の趣旨に基づき、アルツハイマー病の新しい治療薬や医療機関に関する情報を掲載します。

### (1) 抗アミロイドβ抗体薬

抗アミロイドβ抗体薬であるレカネマブ(レケンビR点滴静注)、ドナネマブ(ケサンラR点滴静注)は、アルツハイマー病の原因に働きかけて病気の進行自体を抑制する薬として、国内で承認された薬です。

アルツハイマー病による認知症が軽度である時期及びアルツハイマー病による軽度認知障害のかたが治療対象となり、検査(脳脊髄液検査またはアミロイドPET検査)により脳にアミロイドβがたまっていることを明らかにする必要があります。

この薬の使用により、認知機能障害の悪化が有意に抑制されたことが報告されています。

副作用としては、使い始めの初期に、注射したときに頭痛、寒気、発熱、吐き気などが現れることがあります。

また、特に使い始めて数か月以内に、脳が腫れたり、脳に少量の出血が生じたりするなどの報告があります。そのため、初回投与が可能な医療機関での注意深い観察、評価が必要とされています。

詳細な情報は、厚生労働省ホームページをご確認ください。

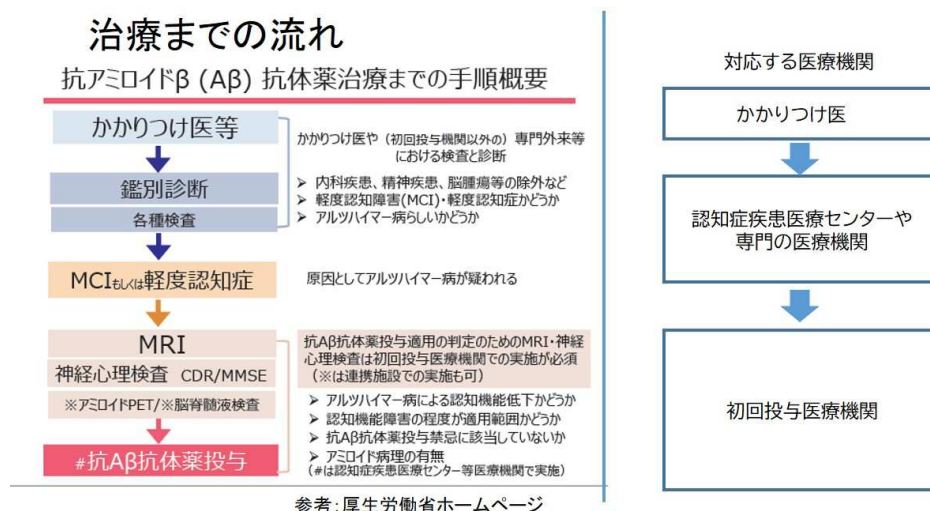
アルツハイマー病 新しい治療薬



### (2) 治療までの流れ

新薬は、アルツハイマー病による軽度認知障害のかた及びアルツハイマー病による認知症が軽度である時期のかたのうち、検査(脳脊髄液検査またはアミロイドPET検査)により脳に原因物質であるアミロイドβがたまっていることが確認できた場合に治療対象となります。また、治療にあたっては様々な検査があります。

検査結果によっては、希望しても治療の対象とならない場合があります。



### (3) 新薬の相談医療機関情報

新薬による治療は、まず、以下の相談医療機関へご相談ください。

| 医療機関名                    | 所在地          | 電話番号         | 受診にあたってのお願い                                             |
|--------------------------|--------------|--------------|---------------------------------------------------------|
| 青森県立つくしが丘病院（認知症患者医療センター） | 三内字沢部 353-92 | 017-787-2121 | 受診を希望する場合、事前に医療連携室（017-787-2121）までご連絡ください               |
| 青森新都市病院                  | 石江 3-1       | 017-757-8750 |                                                         |
| えびな脳神経クリニック              | 緑 2-1-3      | 017-735-3000 | ・必ず患者の日常生活を把握できているかたが付き添って来院してください<br>・予約と紹介状の持参をお願いします |
| 中野脳神経外科・総合内科クリニック        | 石江 4-4-3     | 017-788-7200 | MRI 検査を電話または本院ホームページで予約の上、同伴者と一緒に来院してください               |
| 脳神経外科内科藤本クリニック           | 大野字片岡 34-3   | 017-729-1111 | 必ずご家族等と一緒に来院してください                                      |
| こころのケアセンターふよう            | 雲谷字山吹 93-1   | 017-738-2214 |                                                         |
| まちだ内科クリニック               | 羽白字沢田 39-4   | 017-788-6688 |                                                         |

### (4) 初回投与医療機関

新薬の相談医療機関受診後、以下の医療機関で投与が行われます。受診にあたっては、新薬の相談医療機関からの紹介状が必要になる場合があります。

| 医療機関名    | 所在地       | 電話番号                  |
|----------|-----------|-----------------------|
| 青森県立中央病院 | 東造道 2-1-1 | 017-726-8377（医療連携部直通） |
| 青森新都市病院  | 石江 3-1    | 017-757-8750          |

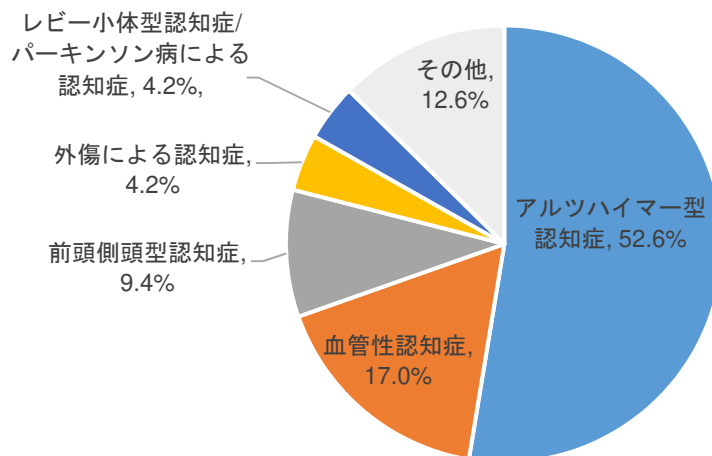
## 12 若年性認知症について

### (1) 若年性認知症とは

認知症は、一般的に高齢者に多い病気ですが、65歳未満で発症した場合、「若年性認知症」とされます。

原因となる疾患は、最近の調査ではアルツハイマー型認知症が最も高くなり、前頭側頭型認知症の割合もかなり増えました。その背景には、若年性のアルツハイマー型認知症や前頭側頭型認知症に対する国民の意識の高まりとともに、変性型認知症に対する医療機関の診断精度の向上が関係していることが考えられています。

若年性認知症の原因疾患



出典：地方独立行政法人東京都健康長寿医療センター・東京都健康長寿医療センター研究所「わが国の若年性認知症の有病率・生活実態把握と多元的データ共有システムの開発」（令和2年3月）により作成

### <高齢者の認知症との違いについて>

#### ① 発症年齢が若い

平均の発症年齢は54歳くらいです。

#### ② 男性に多い

女性が多い高齢者の認知症と違い、男性が女性より少し多くなっています。

#### ③ 初期症状が認知症特有のものではなく、診断しにくい

異常であることには気がつくが、受診が遅れる

他の病気として治療されたりして、認知症の診断・治療開始が遅れてしまう場合があります。

#### ④ 経済的な問題が大きい

働き盛りで一家の生計を支えている人が多く、休職や退職により、経済的に困窮する可能性があります。

#### ⑤ 主介護者が配偶者に集中する

高齢者の場合は、配偶者とともに子ども世代も介護を担うことが多いのですが、若年性認知症の世代では、子どもはまだ若く、場合によっては未成年であり、介護者は配偶者に集中しがちです。



## ⑥ 時に複数介護となる

若年性認知症の人やその配偶者の親は、要介護状態になるリスクが高い世代であり、複数介護になることもあります。

## ⑦ 介護者が高齢の親である

子どもが若年性認知症になった場合、高齢の親が介護者になることもあります。

## ⑧ 家庭内での課題が多い

夫婦間の問題、子どもの養育、教育、結婚など、親が最も必要とされる時期に認知症になる、あるいは介護者になることは家庭内に大きな問題を引き起こします。

## ⑨ 見守りが大切

本人が初期で元気な場合、お世話をするというのではなく、できることは自分でしてもらい、見守るという介護が大切です。

## (2) 若年性認知症に関する相談

若年性認知症の人が置かれている状態や環境に応じて、利用できるサービスや制度が異なりますので、各地域包括支援センターのほか、若年性認知症支援コーディネーター<sup>(※)</sup>がいる下記の相談窓口もご利用ください。



| 相談先               | 電話                                                                    | 受付時間                                                |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 青森県若年性認知症総合支援センター | 0178-38-1360                                                          | 月～金曜日 9:00～16:00<br>(祝日、年末年始除く)                     |
| 若年性認知症コールセンター     | 0800-100-2707<br>フリーコール                                               | 月～土曜日 10:00～15:00<br>※水曜日は 19:00 まで<br>(祝祭日、年末年始除く) |
|                   |                                                                       | メール相談用 URL                                          |
|                   | <a href="https://y-ninchisyotel.net/">https://y-ninchisyotel.net/</a> |                                                     |

※若年性認知症支援コーディネーターは、若年性認知症の人やその家族を支援するために若年性認知症の人の自立支援に関わる関係機関やサービス担当者との「調整役」として、必要に応じて職場や福祉サービス事業所等と連携し、就労継続や居場所づくりに働きかけるなど、若年性認知症の人が自分らしい生活を維持できるよう、総合的なコーディネートを行います。

## (3) 若年性認知症の人と家族のつどい「ゆるっと会」

若年性認知症の人と家族、そしてサポーターが「ゆるっと」つどう居場所です。

年数回程度、情報交換のおしゃべりをしています。話を聞くだけの参加、途中参加・相室も可能です。

| 問い合わせ  | 電話           |
|--------|--------------|
| 高齢者支援課 | 017-734-5206 |



## 13 介護保険サービス

### (1) 介護保険サービスを利用するためには・・・

要介護認定が必要です。

要介護認定の申請窓口は、介護保険課または浪岡振興部健康福祉課です。

本人や家族が申請に出向くことができない場合は、地域包括支援センターなどで申請を代行することができますので、お電話でご相談ください。

### (2) 介護保険サービス費

サービス費用の1割(一定以上所得者は2割または3割)の負担となります。

### (3) 介護保険サービスの相談

要介護認定を受けていない場合は、青森市地域包括支援センターや下記の相談窓口に相談しましょう。

要介護認定を受けている場合は、

- ・要支援1、2の人は、青森市地域包括支援センターにご相談ください。
- ・要介護1～5の人は、担当のケアマネジャーにご相談ください。



気になる症状や困っていること、どのような支援を必要としているのかなどご相談ください。

| 窓口          | 担当チーム   | 電話           |
|-------------|---------|--------------|
| 介護保険課       | 介護認定チーム | 017-734-2308 |
|             | 給付チーム   | 017-734-5362 |
| 浪岡振興部 健康福祉課 | 介護保険チーム | 0172-62-1134 |

### (4) 介護保険サービスの種類

#### ①在宅生活で利用できるサービス

在宅で介護サービスを利用する場合、本人・家族が、居宅介護支援事業所を選び、契約をします。

##### 居宅介護支援

担当になったケアマネジャー<sup>(※)</sup>が、利用者にあった「ケアプラン」を作成し、そのプランに沿って安心してサービスを利用できるように支援します。

ケアプランの相談・作成の利用者負担はありません。

いろいろなサービスがありますので、ケアマネジャーに相談しましょう。

※ケアマネジャー：介護の知識を幅広く持った専門家で、介護サービスの利用にあたり、本人や家族の相談に応じアドバイスしたり、サービス事業者との連絡調整などの役割を担っています。

## ○訪問してもらい利用できるサービス

### 訪問介護(ホームヘルプ)

居宅を訪問したホームヘルパーから、食事、排せつなどの身体介護や、清掃、買い物などの生活援助が受けられます。通院などを目的とした乗降介助も利用できます。

### 訪問看護

疾患などを抱えている場合、医師の指導のもとに居宅を訪問した看護師などから、療養上のケアや診療の補助が受けられます。

### 訪問入浴介護

移動入浴車などで介護職員と看護職員が訪問し、居宅内で入浴介護が受けられます。

### 訪問リハビリテーション

居宅を訪問した理学療法士などの専門職から、リハビリテーションが受けられます。

## ○施設に通って利用するサービス

### 通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療機関などで、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のためのリハビリテーションが日帰りで受けられます。

### 通所介護(デイサービス)

通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援が日帰りで受けられます。

### 認知症対応型通所介護

認知症の人を対象に、食事や入浴、専門的なケアが日帰りで受けられます。



## ○施設に短期間入所して利用するサービス

### 短期入所生活介護(ショートステイ)

介護老人福祉施設などに短期間入所して、食事や入浴、排せつなどの日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

### 短期入所療養介護(医療型ショートステイ)

介護老人保健施設などに短期間入所して、医療上のケアを含む日常生活上の支援や機能訓練、医師の診療などが受けられます。

## ○多機能なサービス

### 小規模多機能型居宅介護

通いを中心に、利用者の選択に応じて、訪問や泊まりのサービスを組み合わせ、多機能なサービスが受けられます。

### 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

定期巡回と随時対応による訪問介護と訪問看護を24時間いつでも受けられます。

### 看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせ、通い・訪問・短期間の宿泊で、看護や介護のケアが受けられます。

## ○生活環境を整えるサービス

### 福祉用具貸与

特殊寝台など、日常生活の自立を助けるための福祉用具をレンタルすることができます。

### 住宅改修費の支給

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、20万円を上限に利用者負担分を除いた金額が支給されます。事前の申請が必要です。

### 特定福祉用具販売

腰かけ便座や入浴補助用具などを、指定を受けた事業者から購入したとき、同年度で10万円を上限に利用者負担分を除いた購入費が支給されます。



## ②自宅以外で生活する場合の施設など

自宅以外での生活を希望される場合、本人の希望を尊重しながら施設を選び、本人・家族が契約をします。

在宅支援を行っていた青森市地域包括支援センター、またはケアマネジャーなどに施設を紹介してもらうこともできます。

### 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症の人が共同生活をする住宅で、スタッフの介助を受けながら食事・入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられます。

### 特定施設入居者生活介護

指定を受けた軽費老人ホームなどで、食事や入浴、機能訓練などのサービスを受けられます。認知症が進行している場合は、入居困難です。

### 介護老人保健施設

病状が安定している人に対し、医学的管理のもとで、看護、介護、リハビリテーションを行う施設です。医療上のケアやリハビリテーション、介護を一体的に提供し、家庭への復帰に向けた支援を受けられます。

### 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

寝たきりや認知症で日常生活において常時介護が必要で、自宅では介護が困難な人が入所します。食事、入浴、排せつなどの介護や療養上の世話が受けられます。

### 介護医療院

医学的管理のもとで長期療養が必要な人のための医療のほか、生活の場としての機能も兼ね備え、日常生活上の介護などが受けられます。

## 【参考】介護保険サービス以外の高齢者施設や住まい

### 有料老人ホーム

①入浴、排せつ又は食事の介護 ②食事の提供  
③洗濯、清掃等の家事 ④健康管理  
のいずれかの事業を提供する施設です。

### サービス付き高齢者向け住宅

安否確認・生活相談などのサービスを提供する住宅です。60歳以上の単身・夫婦世帯、または、要介護/要支援認定を受けている60歳未満の単身・夫婦世帯の人が利用できます。

### 軽費老人ホーム

身体機能の低下等により在宅生活に不安があり、家族の援助を受けることが困難な60歳以上の人が入所できます。

### 養護老人ホーム

在宅で養護を受けることが困難で、市民税所得割非課税世帯のおおむね65歳以上の人が入所できます。

両施設ともに、認知症が進行している場合は、入居困難です。

## 14 医療保険適用のデイケア

### 重度認知症患者デイケア（シルバーデイケア）

認知症があり、精神症状・行動異常のために低下した食事、入浴、排せつなどの生活機能の回復・維持や、感情の起伏や不安感などの精神症状の緩和を行います。

芙蓉会病院で行っていますので、直接お問合せください。

| 問合せ先          | 電話               | 受付時間               |
|---------------|------------------|--------------------|
| 芙蓉会病院シルバーデイケア | (代) 017-738-2214 | 9:00～17:00（土日祝を除く） |

#### 【対象者】

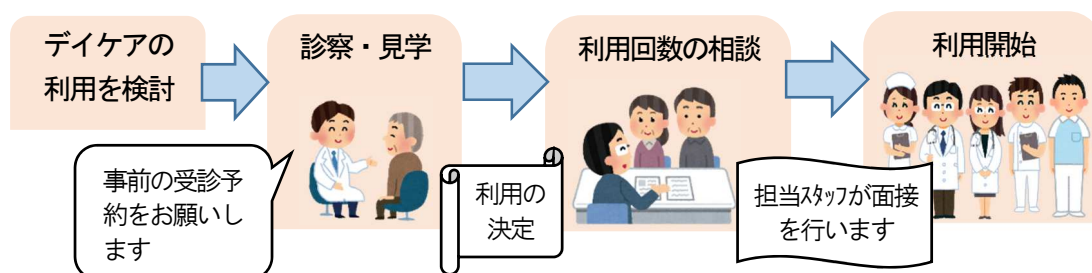
認知症があり、精神症状・行動異常が著しい人

（「認知症である老人の日常生活自立度判定基準」がランクM<sup>※</sup>に該当するもの）

#### 【費用】

各種医療保険の適用になります。自立支援医療も適用となります。ご本人の所得によっては上限額があります。

#### 【利用の流れ】



○介護保険ではなく、医療保険適用のデイケアのため、介護認定は必要ありません。

○認知症対応型共同生活介護（グループホーム）の入居者で、『認知症である老人の日常生活自立度判定基準』がランクM<sup>※</sup>に該当する人は利用可能です。

※ランクM：著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾患が見られ、専門医療を必要とする状態。

## 15 障害福祉サービス

### (1) 自立支援医療（精神通院医療）

指定自立支援医療機関（薬局、訪問看護事業者を含む）で、通院によって認知症の治療を受ける場合の医療費を、健康保険などと合わせて公費で負担します。

自己負担は1割に軽減されます。また、所得に応じた自己負担額の上限が定められています。

申請が必要となりますので、詳しい内容は、下記窓口にご相談ください。

| 窓口          | 担当チーム   | 電話           |
|-------------|---------|--------------|
| 障がい者支援課     | 相談チーム   | 017-734-5319 |
| 浪岡振興部 健康福祉課 | 民生福祉チーム | 0172-62-1113 |

### (2) 障がい者手帳（精神障害者保健福祉手帳・身体障害者手帳）

認知症の診断を受け、長期にわたり日常生活や社会生活に制約のある人が対象となります。等級などによって異なりますが、障がい者手帳を保持していることで、税金の控除や減免、バスの運賃の割引、公共施設など利用料の減免などが受けられます。

申請が必要となりますので、詳しい内容は、下記窓口にご相談ください。

| 窓口          | 担当チーム   | 電話           |
|-------------|---------|--------------|
| 障がい者支援課     | 相談チーム   | 017-734-5319 |
| 浪岡振興部 健康福祉課 | 民生福祉チーム | 0172-62-1113 |

### (3) 障害年金

公的年金に加入中の人や、かつて加入していた60歳以上65歳未満の人が、病気やけがで障がいをおったとき、障害年金を受け取ることができます。

該当する病気やけがで初めて医師にかかった日（初診日）によって受け取る年金が異なりますが、いずれも受給のためには一定の要件を満たすことが必要となりますので、詳しい内容については、下記窓口にお問合せください。

| 初診日に<br>加入している年金 | 窓口          | 担当チーム   | 電話           |
|------------------|-------------|---------|--------------|
| 国民年金             | 国保医療年金課     | 国民年金チーム | 017-734-5352 |
|                  | 浪岡振興部 健康福祉課 | 国保年金チーム | 0172-62-1153 |
| 厚生年金             | 青森年金事務所     | —       | 017-734-7495 |

## 16 認知症の人や家族等の支援

### (1) 認知症の人や家族等の交流会

#### ①「青森市地域包括支援センター」が主催するつどい

##### 《認知症カフェ》

認知症の人や家族が、地域の人や専門職と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場です。

##### 《認知症の家族などの交流会》

認知症の人の介護者が参加し、同じ立場で悩みを相談したり、息抜きをするなど交流を図っています。また、認知症についての学習会を開催したり、介護サービス利用などについての相談も行っています。

#### ◆各地域包括支援センターで開催している「認知症カフェ」、「認知症の家族などの交流会」

開催日、会場は変更になることがありますので、各地域包括支援センターにお問合せください。日程は市ホームページへ掲載しています。

青森市 認知症カフェ



#### ②「認知症の人と家族の会」が主催するつどい

「認知症の人と家族の会」は、介護家族と認知症の問題に関心のある方々が中心となって活動している民間団体で、全国各都道府県に支部があり、「認知症があっても安心して暮らせる社会」を目指し、家族のつどいなどを行っています。



| 主催                            | 名 称                      | 開催時期                                    | 会場          | 問い合わせ              |
|-------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------|-------------|--------------------|
| 公益社団法人<br>認知症の人と家族の会<br>青森県支部 | 認知症の人とも<br>に歩む家族のつ<br>どい | 偶数月の第3日曜日<br>(4月のみ第4日曜日)<br>13:00～15:00 | しあわせ<br>プラザ | 0178-35-0930<br>呼出 |

## （２）認知症サポーター

“認知症サポーター”とは、「認知症サポーター養成講座」を受講し、認知症についての基礎知識や対応の仕方などを学び、認知症の人やその家族を地域で温かく見守る応援者のことです。

### 認知症サポーター養成講座

市では、認知症サポーターを養成しています。

認知症になっても安心して暮らせるまちをみんなで作っていくために、より多くの応援者が必要です。地域の団体・グループ等で、積極的に認知症サポーター養成講座を開催しましょう。



認知症サポーターキャラバン  
キャラクター

#### 認知症サポーター養成講座の開催申込方法

- |          |                                                    |
|----------|----------------------------------------------------|
| 【実施方法】   | 5人以上の団体からの開催依頼で講師を派遣                               |
| 【内 容】    | 認知症に関する基礎知識<br>認知症の人への対応の仕方など                      |
| 【所要時間】   | 概ね 90 分                                            |
| 【受講料】    | 無料                                                 |
| 【講師】     | キャラバン・メイト（専門の研修修了者）                                |
| 【窓口・申込先】 | ・高齢者支援課 ☎017-734-5206<br>・お住いの地区を担当する青森市地域包括支援センター |

※個人での受講を希望されるかたは、市や地域包括支援センター主催の講座へご参加ください。開催日時などはお問合せください。

### (3) チームオレンジ

“チームオレンジ”は、身近な地域の認知症の人やその家族の声や希望を聞き、できることから支援をしていく、「認知症サポーター」によるボランティアチームです。

認知症への理解を深め、対応方法等のスキルアップを図るために、市や地域包括支援センターが開催する「認知症サポーターステップアップ講座」を受講した「認知症サポーター」等がチームを組んで、認知症の人やその家族を支援します。また、活動には認知症の人の社会参加につながるよう、認知症の人も役割を持って参加することが望まれます。

本市でも、チームオレンジが活動を始めています。認知症カフェでの交流企画や本人の趣味ができる場の企画、地域の見守り訪問などを通じて、ご本人や家族が参加・交流できる場が増えていきます。チームオレンジに興味があるかたは、高齢者支援課、または、青森市地域包括支援センターへご連絡ください。

○チームオレンジのメンバーとして活動に参加している認知症本人Aさんの声



「認知症になったから出かけずに、閉じこもっていないといけなかったと思っていただけど、(チームオレンジに参加して) 認知症になっても、まだ自分も楽しんでいいんだとわかった！」

○チームオレンジメンバーの声



「Aさんのイキイキした姿を見て、自分も楽しいことをしたいと思いました」  
「Aさんと接して、自分の認知症観が変わりました」

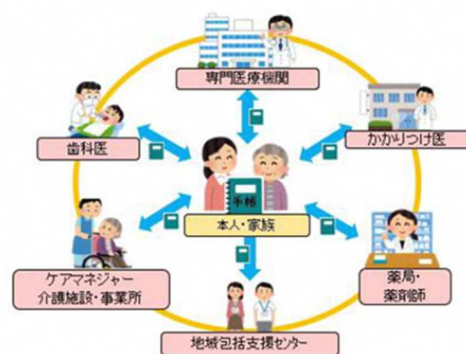
### (4) 認知症情報連携ツール「あおもり医療・介護手帳」の交付

認知症の人やその家族を含め、ご本人を支える医療・介護等の関係者の間で、治療や支援等に役立つ様々な情報を共有するための手帳です。

#### 【交付対象者】

次の要件のすべてに該当し、手帳利用を希望するかた

- ・手帳の説明を受け、個人情報の活用等に同意するかた
- ・ご本人やその家族等が手帳を管理することができるかた



| 窓口          | 電話           |
|-------------|--------------|
| 高齢者支援課      | 017-734-5206 |
| 浪岡振興部 健康福祉課 | 0172-62-1134 |

## 17 高齢者福祉サービス

② 料金等は改定となる場合があります。

高齢者や介護者の皆様を支援するサービスです。サービスについては、下記窓口へお問合せください。

| 窓口          | 担当チーム     | 電話           |
|-------------|-----------|--------------|
| 高齢者支援課      | 高齢福祉総務チーム | 017-734-5326 |
| 浪岡振興部 健康福祉課 | 介護保険チーム   | 0172-62-1134 |

### 《青森・浪岡地区共通》

#### (1) 高齢者福祉乗車証（いき・粋乗車証）の交付

市営バス（青森市市バス・浪岡A | デマンド交通を含む）を低料金で利用できる乗車証を交付します。

令和6年8月31日をもって、JRバス用の乗車証が使用できなくなり、市営バス用の乗車証へ切替の手続きが必要となります。

##### 【対象要件】

70歳以上のかた（70歳の誕生日の前日から申請可）

##### 【手続きに必要なもの】

- ・本人確認書類（健康保険証等）
- ・顔写真 1枚（タテ3.0cm×ヨコ2.4cm 無帽 背景無し 6か月以内の写真）

##### 【福祉乗車証交付手数料】

1,000円（介護保険料の段階1～3のかたは無料）

##### 【乗車料金】

1回：100円 ※ご利用の際は乗車証をご提示のうえ、料金をお支払いください。

##### 【フリーパス券】

1か月あたり：1,100円

1か月券から12か月券までの12種類

フリーパス券購入時には、「いき・粋乗車証」の提示が必要です。

※「いき・粋乗車証」をお持ちのかたが、市営バス取扱窓口にてお手続きいただくことで福祉乗車サービスを「AOPASS」でご利用いただけます。「いき・粋乗車証」を持参し、市営バス取扱窓口へお越しください。（お問合せ：市営バス東部営業所 017-726-5443）



#### (2) はり・きゅう・マッサージ施術料の助成

はり・きゅう・マッサージの施術にかかる施術料の一部を助成する受療券を交付します。

##### 【対象要件】

70歳以上で、前年度市民税非課税のかた

##### 【受療券交付枚数】

10枚/年（申請月により異なります）

※受療券1枚につき、1,000円助成。1回の施術で1枚のみ使用可。

### (3) 配食サービス

栄養バランスのとれた給食を定期的に配達し、食生活の改善と安否の確認を行います。

#### 【対象要件】

次の要件を満たすかた

- ・ 市内に居住する 65 歳以上のひとり暮らしのかた、または高齢者のみの世帯や、高齢者と障がい者で構成される世帯で、加齢・心身の障がい及び傷病等で食事の準備に支障があるかた
- ・ 前年度市民税非課税世帯

#### 【回数】

週 2 回まで（夕食のみ）

#### 【料金】

350 円/回



### (4) 緊急通報装置の設置

急病やけがをした際に、ボタンひとつで受信センターへ連絡することができる緊急通報装置を設置します。

#### 【対象要件】

次の要件を満たすかた

- ・ 市内に居住する 65 歳以上のひとり暮らしのかた、または高齢者のみの世帯や、高齢者と障がい者で構成される世帯で、心身機能の低下に伴い、日常的に見守りが必要なかた
- ・ 市民税非課税世帯

#### 【料金】

1,000 円/月（緊急時につける協力員 3 名必要）

2,530 円/月（協力員不要）

### (5) 介護用品（紙おむつ）の支給

紙おむつを常時使用しているかたに対して、定期的に紙おむつを配達します。

脇止めタイプ、はくタイプ、フラットタイプ、尿取りパット、フラットタイプと尿取りパットの併用から選択できます。

#### 【対象要件】

在宅で 40 歳以上の、前年度市民税非課税・介護保険料に滞納がないかたで、

次のいずれかの要件を満たす人

- ・ 要介護 4・5 のかた
- ・ 常時失禁がある要介護 3 のかた

※生活保護受給中のかたは、支給されません。

#### 【回数】

1 回/2 か月

#### 【支給枚数】

以下のいずれか 1 つを選択

- ・ 脇止めタイプ 30 枚/月
- ・ はくタイプ 40 枚/月
- ・ フラットタイプ 60 枚/月
- ・ 尿取りパット 120 枚/月
- ・ フラットタイプ 30 枚/月 + 尿取りパット 60 枚/月



## (6) 訪問理美容サービス

理容師・美容師が自宅を訪問し、散髪します。

### 【対象要件】

前年度市民税非課税のかたで、次のいずれかの要件を満たすかた

- ・在宅で65歳以上の要介護4、5のかた
- ・在宅で40歳以上の認知症のため外出が困難な要介護3から5のかた

### 【回数】

1回1,000円

### 【料金】

4回/年（申請月により異なります）



## (7) 在宅要介護者訪問歯科健康診査

歯科医師が自宅を訪問し、口腔内診査などの歯科健康診査を実施します。

### 【対象要件】

次のいずれかの要件を満たすかた

- ・在宅の65歳以上で要介護4、5のかた
- ・在宅の40歳以上で認知症のため外出が困難な要介護3から5のかた
- ・在宅の身体障害者手帳1、2級または愛護手帳Aの寝たきりのかた

### 【回数】

1回/年

### 【料金】

無料



## (8) 養護老人ホームへの入所

家庭環境や経済的事情などの理由から在宅で生活することが困難なかたが入所します。

### 【対象要件】

- ・自宅で養護を受けることが困難なおおむね65歳以上のかた
- ・生計中心者に市・県民税の所得割が課税されていない世帯

### 【料金】

収入に応じて、本人及び扶養義務者に費用の負担があります。

## (9) 介護慰労金の支給

在宅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。

### 【対象要件】

基準日（10月1日）以前の1年間において、市内に継続して住所を有し、自宅で介護保険サービスを利用せず（通算1週間以内のショートステイの利用を除く）に、要介護2でかつ主治医意見書の認知症高齢者の日常生活自立度がⅡ以上の認定を受けているかた、または要介護3以上の認定を受けているかたを介護しているかた

- ・介護者 市民税非課税世帯で市税に滞納がないかた
- ・要介護者 介護保険料に滞納がなく、市民税非課税世帯のかた  
（市税を分割納付しているかたは可能な場合があります）

### 【支給額】

要介護2・3のかたを介護しているかた : 2万円/年

要介護4・5のかたを介護しているかた : 10万円/年

上記の介護度が連続して継続しているかたを介護しているかた : 2万円/年

## （１０）生活管理指導短期宿泊

虐待等の理由により、その家族において適切な支援を受けることができない場合、一時的に施設に入所します。

### 【対象要件】

- ・介護認定非該当または、それに準ずるかたで、65 歳以上の虐待等の理由で家庭においての生活が困難なかた

### 【回数】

10 日以内/回

### 【料金】

1 日あたり

- ・生活保護受給者：450 円＋食費＋滞在費相当分
- ・その他のかた：900 円＋食費＋滞在費相当分

※食費、滞在費相当額は、施設により異なります

## 《浪岡地区のみ》

### 冬期除雪サービス

自宅の玄関から公道までの歩く道の除雪を援助します。

### 【対象要件】

以下の要件を満たすかた

- ・65 歳以上のひとり暮らしのかた、または 65 歳以上の高齢者のみの世帯で、独力で除雪することが困難な世帯のかた
- ・市民税非課税世帯で、浪岡地区に除雪をしてくれる親族がいない世帯
- ・市税に滞納がないかた

（ただし、分割納付している世帯や青森市豪雪対策本部が設置された場合は利用できません）

### 【料金】

200 円/時間

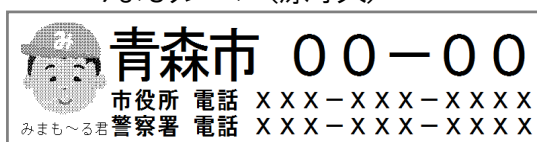
## 18 高齢者の見守り支援

### (1) 帰宅困難高齢者等の事前登録及びみまもりシール配付

高齢者が自宅に帰れなくなり保護された時、自分の名前や住所などが伝えられず身元を確認できないことがあります。市では、もしもに備え、緊急連絡先などを事前に登録していただいたかたに、すばやく身元が確認できるようにするため「みまもりシール」を配布しています。

普段身に着けている衣服や持ち物に貼り付けてご活用ください。

みまもりシール(原寸大)



タテ 18 mm × ヨコ 70 mm



履物等のいつも使用するものに



アイロンで服に貼り付けて



目立ちにくい黒色も

#### 《事前登録の流れ》



#### 《行方不明時の流れ》



### (2) 青森市高齢者等SOSネットワーク

警察に届出があった行方不明高齢者等の情報を青森市メールマガジンで随時配信し、早期発見・早期保護につながるよう、情報提供を呼びかける仕組みです。

より多くの市民の皆さんが青森市メールマガジンの「高齢者等 SOS ネット」に登録することで見守りの輪を広げることになります。

**高齢者等 SOS ネットワークにご協力ください!**

【メールマガジンの配信時間】 9:00～19:00

【通 信 費】 協力者負担

【メールマガジンの登録方法】 市ホームページから登録できます

青森市メルマガ

検索

二次元コードをご利用ください  
スマートフォンから 携帯電話から



### (3) 地域の見守り活動

高齢者のかたが地域で安心して暮らせるよう、日頃から、民生委員、町(内)会、老人クラブ、高齢者介護相談協力員<sup>(※)</sup>等の皆様のご協力により見守り活動が行われています。

※高齢者介護相談協力員

日常的な見守りや声かけなどによる高齢者の安否確認や、支援が必要な高齢者について、青森市地域包括支援センターへの情報提供に御協力いただくなど市長が認めた人。

### (4) 高齢者等見守り協力事業者ネットワーク

市では、市内の高齢者等と接する機会の多い民間事業者などの御協力による見守りを行っています。

日常業務を通じて、見守り協力事業者が異変のある高齢者等や何らかの支援を必要とする高齢者等を発見した場合、市が通報を受け、安否確認や必要な支援につなぐことで、高齢者等が住みなれた地域で安心して生活することができるよう見守りをしています。

#### 【異変等の目安】

- ・ 季節問わず同じ服を着ている
- ・ 髪がぼさぼさ、異臭がする
- ・ 最近やせてきた、具合が悪そう
- ・ 姿を見かけなくなった
- ・ 新聞等がポストにたまっている
- ・ あいさつをしなくなった など

## 19 権利擁護

③ 料金等は改定となる場合があります。

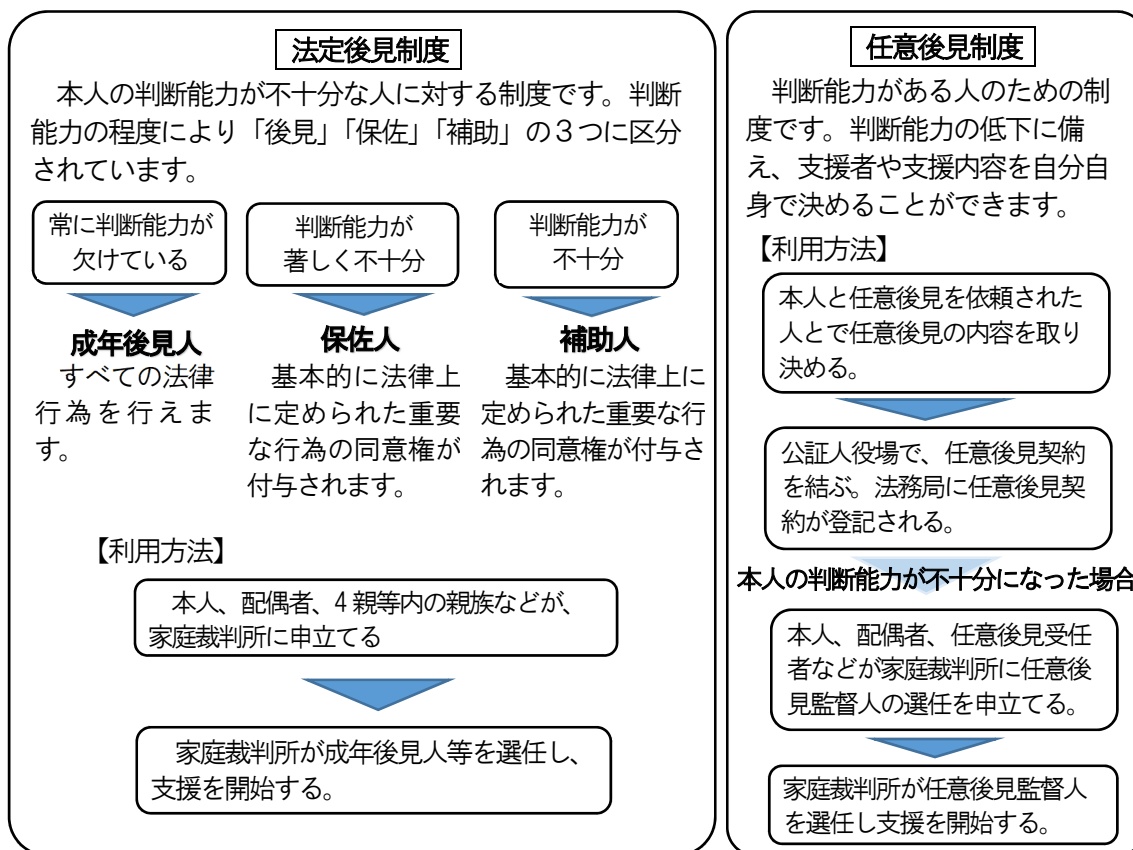
認知症などにより、自らの生活に必要な介護や福祉サービスなどの契約について判断したり、日常的な金銭・財産管理を行うことが難しくなる場合があります。

そのような方々の権利を擁護するための制度があります。

### (1) 成年後見制度

認知症などの理由で判断能力が不十分な人は、不動産や預貯金などの財産管理や、施設入所などの契約などが難しい場合があります、社会で不利益や被害を受けることがあります。

このような判断能力の不十分な人を法律的に保護し、支援するのが成年後見制度です。成年後見制度には「法的後見制度」と「任意後見制度」の2つの制度があります。



### 《市役所の成年後見制度利用に関する支援事業》

身寄りがいない認知症高齢者などの財産管理や身上監護のため、市長が申立人となり、成年後見制度の円滑な利用を支援します。成年後見制度についての相談は下記へご相談ください。

| 窓口                         | 電話           |
|----------------------------|--------------|
| 高齢者支援課                     | 017-734-5326 |
| 浪岡振興部 健康福祉課                | 0172-62-1134 |
| お住いの地域を担当している青森市地域包括支援センター | -            |

【対象者】認知症などにより判断能力が不十分なかたで4親等内の親族の申立てが期待できない人

## (2) 日常生活自立支援事業

- 福祉サービスを利用したいけれど、手続きの仕方がわからない人
- 銀行に行ってお金を下ろしたいけれど、自信がなくて誰かに相談したい人
- 毎日の暮らしのなかでは、いろいろな不安や疑問で判断に迷ってしまうことがある人

このような場合に、福祉サービスの利用手続きや、日常的金銭管理などのお手伝いを行うサービスです。

| 窓口         | 電話           |
|------------|--------------|
| 青森市社会福祉協議会 | 017-723-1340 |

### 【対象者】

- ・ 認知症高齢者、知的障がい、精神障がい等のあるかたで、自分一人で意思決定し、実行に移すことが難しいかたであり、日常生活に不安のあるかた。
- ・ この事業の契約内容について判断でき、利用を希望するかた。

### 【サービス内容】

#### ① 福祉サービス利用援助

福祉サービスを利用する際の手続きなどをお手伝いします。

#### ② 日常的金銭管理サービス

福祉サービスの利用料金の支払いや手続き、及び福祉サービスの利用に伴う預貯金の出し入れなど、利用者の日常的金銭管理の支援を行います。

#### ③ 書類等預かりサービス

個人で保管できない人の日常的に使う預貯通帳や銀行印などのお預かりのお手伝いをします。日常的に使わない書類など（年金証書、権利証、印鑑登録カードなど）のお預かりの場合は、貸金庫の利用をしていただきます。

※「日常的金銭管理サービス」、「書類等預かりサービス」のみのご利用はできません。

### 【利用料】

- ・ 1回の支援につき1,500円（生活保護を受けている人は無料）
- ・ 貸金庫利用料は、月額500円

### 【お手伝いできないこと】

- ・ 買い物や通院などの付添い
- ・ 身元引受人や保証人になること
- ・ 宝石や貴金属などのお預かり
- ・ 預かっている定期貯金などの運用や満期日のお知らせ
- ・ 福祉サービスの利用における申込みなどの代理契約
- ・ 医療行為を受ける際の同意書や居宅サービス計画書等へのサイン
- ・ 死後の払い戻しや各種支払い、葬祭の執行
- ・ 債務整理（債務返済の計画作成、債権者との交渉等）
- ・ 法律行為（相続や不動産の処分等）

## 20 運転免許の自主返納者支援事業

高齢等の理由により、運転が困難になったかたや、運転に不安があるかたが自主的に運転免許を返納することで、様々な生活支援を受けられる制度があります。

### 【対象者】

県内居住者で①②のいずれかに該当するかた

- ① 申請により運転免許証を自主返納後、5年以内に運転経歴証明書の交付を受けたかた
- ② 運転免許を失効し、失効後5年以内に運転経歴証明書の交付を受けたかた

### 【サービス内容】

- ・「運転経歴証明書」は金融機関等で身分証明書として使用することができます。
- ・運転免許自主返納支援協賛店で「運転経歴証明書」を提示することにより、日常生活支援（タクシー運賃割引、買い物時の商品割引、商品配達無料券の進呈等）を受けることができます。

詳しい内容は、下記窓口にご相談ください。

| 窓口           | 電話           | 電話相談受付時間                        |
|--------------|--------------|---------------------------------|
| 青森県警察本部交通企画課 | 017-723-4211 | 月～金曜日 8:30～17:15<br>※祝日、年末年始は除く |

「運転免許証の自主返納」及び「運転経歴証明書の交付」の手続きについては、下記窓口にご相談ください。

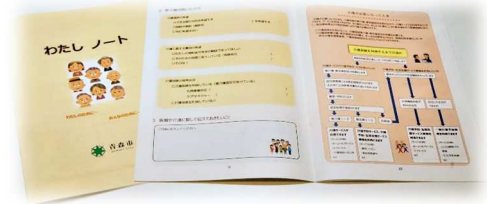
| 窓口          | 電話           | 電話相談受付時間                        |
|-------------|--------------|---------------------------------|
| 青森県運転免許センター | 017-782-0081 | 月～金曜日 8:30～17:15<br>※祝日、年末年始は除く |

## 21 終活支援

### (1) 青森市版エンディングノート「わたしノート」の配付

認知症など何らかの理由により、自ら意思表示ができなくなったときに備え、介護サービスや終末期医療を受けること、亡くなったあとのことなどについての希望を記入することができます。本人や家族、担当ケアマネジャー等により下記の窓口の他、地域包括支援センターにて、配付しています。

| 窓口          | 電話           |
|-------------|--------------|
| 高齢者支援課      | 017-734-5206 |
| 浪岡振興部 健康福祉課 | 0172-62-1134 |



### (2) 終活情報登録

病気や事故、認知症などにより意思表示できなくなったときや亡くなったときに備え、あらかじめ本人が希望する情報を市に登録することで、医療機関や警察、本人が指定した家族などからの照会に対し、本人に代わり市が登録情報をお伝えします。

#### 【対象者】

市内に住所を有する 65 歳以上のかた

#### 【申請できるかた】

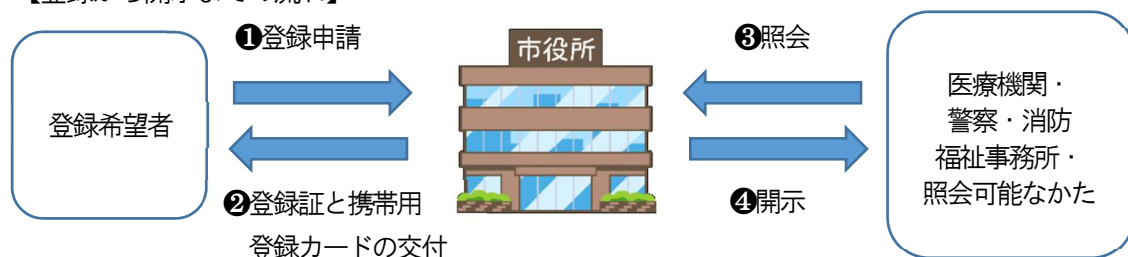
本人（障がいや認知症などで明らかに本人が申請できない場合は、成年後見人または親族）

#### 【登録できる情報】

次の項目から自由に選択し登録できます。

- ①緊急連絡先    ②本籍    ③かかりつけ医やアレルギー等
- ④リビングウィル（延命治療意思等）の保管場所    ⑤エンディングノートの保管場所
- ⑥生命保険・預貯金等    ⑦臓器提供の意思    ⑧葬儀や遺品整理の生前契約先
- ⑨お墓の所在地    ⑩遺言書の保管場所    ⑪本人の自由登録事項

#### 【登録から開示までの流れ】



詳しい内容は、下記窓口にご相談ください。

| 窓口     | 電話           |
|--------|--------------|
| 高齢者支援課 | 017-734-5206 |

#### 《引用文献》

- ・ NPO 法人地域ケア政策ネットワーク発行  
「認知症サポーター養成講座標準教材 認知症を学びみんなで考える」, 2023 年
- ・ 青森県健康医療福祉部 高齢福祉保険課  
「認知症に関するリーフレット」, 2023 年
- ・ 国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター  
「あたまとからだを元気にする MCI ハンドブック」, 2022 年
- ・ 東京都健康長寿医療センター発行  
「本人にとってのよりよい暮らしガイドー足先に認知症になった私たちからあなたへ」, 2018 年
- ・ 認知症介護研修・研修大府センター発行  
「若年性認知症支援ガイドブック」(改訂5版), 2022 年
- ・ 地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター・東京都健康長寿医療センター研究所  
「わが国の若年性認知症の有病率・生活実態把握と多元的データ共有システム」, 2020 年

#### 《参考文献》

- ・ 認知症介護研修・研修東京センター発行  
「図表で学ぶ 認知症の基礎知識」, 2008 年
- ・ 長谷川和夫 著  
「認知症の知りたいことガイドブック」, 2006 年
- ・ 長谷川和夫 編著 松浦三男 発行  
「認知症診療の進め方ーその基本と実践ー」, 2010 年



青森市認知症相談・支援ガイドブック  
改訂版

令和7年6月発行

発行：青森市福祉部 高齢者支援課

住所：青森市新町1丁目3-7

電話：017-734-5206