



# 久喜市認知症ケアパス

## 地域サポートガイドブック



認知症ケアパスとは、認知症の人やその家族が適切な医療・介護サービスを受けられるよう認知症の進行状況に合わせて、いつどこで、どのような医療・介護サービスを受けることができるのか示すものです。

認知症の人やその家族が住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう、認知症ケアパスをご活用ください。

令和6年11月改正

# 目次

	ページ
認知症ケアパス（認知症の経過と対応）	
1. 認知症を正しく知りましょう	1
認知症チェックシート	2
MCI（軽度認知障害）をご存知ですか	3
2. 相談したい	4
3. 医療機関を探したい	7
4. 自宅での暮らしを続けるために	
介護保険サービスでの生活支援	9
介護保険サービス以外での生活支援	11
地域で見守る	12
5. 住まいを考える	14
6. 安全、権利を守る	15
市内循環バス、デマンド交通、 くきふれあいタクシー	17
7. 交流したい	18
8. 役割を担う	19
9. 予防したい	20
10. 認知症サポーターになりませんか	22
11. 希望をかなえるヘルプカード	24

## 主な連絡先

☎久喜市役所（代表）0480-22-1111

☎菖蒲行政センター（代表）0480-85-1111

☎栗橋行政センター（代表）0480-53-1111

☎鷲宮行政センター（代表）0480-58-1111

☎社会福祉法人久喜市社会福祉協議会（代表）0480-23-2526

# 1. 認知症を正しく知りましょう

## ◇ 認知症は単なる物忘れではありません

「物忘れ」は自然な老化による「歳のせい」で誰でも起こりえます。一方「認知症」は病気であり、単なる物忘れではありません。

## ◇ 認知症とは？

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が壊れてしまったり、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、およそ6か月以上続いている状態です。

認知症の初期症状で、最も多いのは「記憶障害」ですが、それ以外の症状で始まることもあります。「意欲・自発性の低下（やる気が起こらない、これまでやっていたことをしなくなった）、うつ症状、言葉の障害、注意力低下」なども、初期症状のことがあります。

## ◇ 「加齢による物忘れ」と「認知症による記憶障害」との違い

加齢による物忘れは…

- 経験したことが**部分的**に思い出せない。
- 目の前の人の名前が**とっさ**に思い出せない。
- 何を食べたか思い出せない。
- 約束を**うっかり**忘れてしまう。
- 物忘れへの**自覚がある**。
- 曜日や日付を間違えることがある。



人に言われて思い出すこともあれば、後になって急に思い出したりすることもあります。

認知症による記憶障害は…

- 経験したこと**全体**を忘れている。
- 目の前の人**誰なのか**わからない。
- 食べたこと**自体**を忘れている。
- 約束したこと**自体**を忘れている。
- 自分が忘れていることへの**自覚がない**。
- **月や季節**を間違えることがある。



新しい出来事を覚えられなくなったり、保持してあった記憶も失われていきます。

「ちょっと気になる…」ときには、次ページの「認知症チェックシート」を使用してみてください。

## 認知症チェックシート

物忘れが気になる方は、  
以下の項目を☑して  
みましょう。

- 1. 同じことを何度も聞いたり、言ったりするようになった。
- 2. よく知っている人や物の名前が出てこなくなった。
- 3. 大切な物（財布、カギ、メガネなど）を置き忘れたり、なくすようになった。
- 4. 昨日の夕飯のメニューが思い出せなくなった。
- 5. 同じものを買ってきてしまうことが多くなった。
- 6. 買い物をするとき、小銭ではなく、お札を出すことが多くなった。
- 7. 薬を飲み忘れることが多くなった。
- 8. 人と会う約束や、その日時や場所を忘れたり、間違えるようになった。
- 9. 慣れた場所で道に迷うようになった。
- 10. ささいなことで怒りやすくなった。
- 11. ひとりになると不安で落ち着かなくなった。
- 12. 外出時、何度も持ち物を確かめることが増えた。
- 13. 好きな趣味やテレビ番組などに興味や関心がなくなった。
- 14. 毎日していたこと（歯みがき、入浴など）の回数が減った。
- 15. 外出など何をするにもおっくうになり、家にいることが多くなった。

※ チェックしたのは（ご本人・ご家族等） チェックした日（ 年 月 日）

- \* 変化はゆっくり現れることが多いので、1年前の状態と現在の状態を比べてみると良いでしょう。
- \* 受診のときに持参して、医師と相談してみましょう。

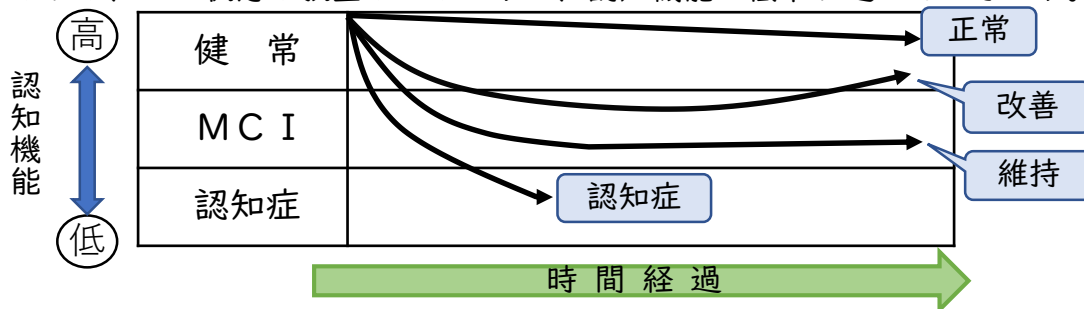
作成：久喜市認知症地域支援体制構築モデル事業実行委員会 監修：久喜市医師会

## MCI（軽度認知障害）をご存じですか

**MCI（軽度認知障害）とは、認知症になる前の段階のことを言います。**

「物忘れが目立つ」「注意力が低下する」などの軽い症状が見られますが、日常生活に支障がない状態で、認知症ではありません。

しかし、この状態を放置してしまうと、認知機能の低下が進んでいきます。



認知機能は緩やかに低下します。MCI（軽度認知障害）の段階で変化に気づき、放置せずかかりつけ医などに相談してみましょう。

## 早期発見・早期受診が大切です

相談や受診を早めにするには、その後の認知症の人の生活を左右する大切なことにつながります。

### 早くに見つける利点

- 今後の生活を考え、相談する時間ができる  
本人の症状が進む前に診断を受けることで、本人や家族が認知症を知り、今後どのように過ごしたいか考える時間が持てます。
- 病気の治療ができる  
認知機能の低下を引き起こす病気には、早めに治療すれば、改善の可能性のあるものもあります。
- 進行を遅らせることが可能な場合もある  
アルツハイマー型認知症は、早い段階からの服薬等の治療により、進行を緩やかにすることができるともあります。

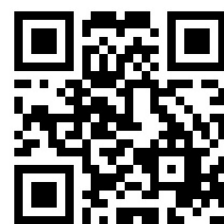
## 認知症簡易チェックサイト

認知症簡易チェックサイトには、2つのチェック機能があります

- ・「これって認知症？（家族・介護者向け）」  
…身近な人の状態をチェックできます。
- ・「わたしも認知症？（本人向け）」  
…ご自身の状態をチェックできます。

パソコンをお持ちの方は下記のURLからご利用ください。

HP <https://fishbowlindex.net/kukin/>



携帯電話やスマートフォンでQRコード対応の方は、右のQRコードをご利用ください。

## 2. 相談したい

認知症の方やご家族が相談できる場所をご紹介します。

### 医師への相談、かかりつけ医

「かかりつけ医」に、心配な症状を相談してみましょう。  
医療機関は7ページをご覧ください。



### 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、ご本人やご家族を支援するための総合相談の窓口です。認知症に関する相談や、医療や介護サービスの利用に関する相談など、専門職がさまざまな相談対応や支援を行います。お住まいの地区のセンターにご連絡ください。

時間：月～金（祝日・年末年始を除く）午前8時30分～午後5時15分

名称	担当地区	所在地	電話番号
久喜中央地域包括支援センター	久喜西地区 JR 宇都宮線の西側地域で、野久喜・古久喜、太田袋、下早見、北青柳の一部を除いた地域	下早見85-3 久喜市役所 高齢者福祉課	0480-22-1111 内線3272・ 3273
久喜東地域包括支援センター	久喜東地区 JR 宇都宮線の東側地域で、野久喜・古久喜、太田袋、下早見、北青柳の一部を加えた地域	青毛753-1ふれあいセンター久喜 久喜市社会福祉協議会内	0480-23-8845
菖蒲地域包括支援センター	菖蒲地区	菖蒲町新堀38 菖蒲行政センター 久喜市社会福祉協議会内	0480-85-8131
栗橋地域包括支援センター	栗橋地区	間鎌251-1 栗橋行政センター 久喜市社会福祉協議会内	0480-52-7835
鷺宮地域包括支援センター	鷺宮地区	鷺宮6-1-1 鷺宮行政センター 久喜市社会福祉協議会内	0480-58-9131

# 相談したい

## 物忘れ相談

地域包括支援センターと認知症疾患医療センターの職員が相談対応します。認知症に関する悩みや不安等を一緒に考え、医療機関や介護サービスなどを紹介します。記憶力チェックができます。介護者の負担が軽減できるように支援します。

毎月第3火曜日 午前9時～10時、10時30分～11時30分（予約制）

※ 日程、会場は広報くきをご覧ください。

## 認知症初期集中支援チーム

認知症になっても、できる限り住み慣れた環境で暮らし続けられるために、認知症の早期診断、早期対応を目的として「認知症初期集中支援チーム」が活動しています。専門医と医療系職員、介護系職員で構成されるチーム員が訪問し、必要に応じて認知症に関する情報の提供や医療機関の受診、介護保険サービスの利用効果に関する説明及び心理的サポートや助言などを行います。

- 認知症初期集中支援チームは  
認知症サポート医、保健師、看護師、精神保健福祉士、社会福祉士、介護福祉士等で実務経験のあるスタッフがメンバーです。
- 支援チームの設置場所は  
医療法人大社会 久喜すずのき病院 認知症疾患医療センターです。
- 利用したい場合は、お住まいの地区の地域包括支援センター(P4)にご相談ください。

## 居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）

地域でその人らしく生活し続けるために、ご本人の希望や心身の状態にあったサービスが利用できるように、ケアプラン作成等を行います。担当のケアマネジャーがいる場合は、ケアマネジャーに相談しましょう。

# 相談したい

## その他の相談

公益社団法人 認知症の人と家族の会 埼玉県支部	電 話 048-814-1210 F A X 048-814-1211 月・火・水・金・土曜日（年末年始・祝日 除く）午前10時～午後3時 E-mail <a href="mailto:afcdesai@circus.ocn.ne.jp">afcdesai@circus.ocn.ne.jp</a>
埼玉県・さいたま市 若年性認知症 サポートセンター	電 話 048-814-1212 F A X 048-814-1211 月～金曜日（年末年始・祝日除く） 午前9時～午後4時 E-mail <a href="mailto:jakunen2017@sage.ocn.ne.jp">jakunen2017@sage.ocn.ne.jp</a>
久喜市社会福祉協議会 福祉なんでも相談	電 話 0480-24-0700 日～土曜日（年末年始・第4土曜日除く） 午前9時～午後5時
南埼玉郡市在宅医療 サポートセンター （在宅医療の相談）	電 話 0480-23-8044 F A X 0480-29-2848 月～金曜日（年末年始・祝日除く） 午前9時～午後5時

## 久喜市成年後見センター



認知症や障がいなどにより、判断能力が不十分になった場合でも、住み慣れた地域で安心して暮らせるように、成年後見制度の利用についてお手伝いをします。

### ① 広報・啓発

成年後見制度について、制度の普及を行います。

### ② 相談

成年後見制度に関する相談を行い、関係機関と一緒に対応します。

### ③ 成年後見制度利用促進

家庭裁判所と連携しながら、候補者とする受任調整等を行います。

### ④ 後見人支援

後見人の活動を支援し、地域連携ネットワークを活用していきます。

※①広報・啓発、②相談を実施し、順次③成年後見制度利用促進、④後見人支援を実施していく予定です。

☎高年齢福祉課 0480-22-1111

（障がいのある方の）ご相談は、障がい者福祉課自立支援第1・第2係へ



### 3. 医療機関を探したい



#### 医療機関 認知症について、相談しましょう

かかりつけ医	かかりつけ医をつくっておきましょう。本人の病状を日頃から知り、必要に応じて専門医療機関を紹介してくれます。
かかりつけ歯科医	かかりつけの歯科医をつくっておきましょう。歯がなくなると食事も食べられなくなり、認知症状も進行しやすいと言われています。
かかりつけ薬剤師・薬局	かかりつけの薬局をつくっておきましょう。薬の飲み残しや飲み方などの相談ができます。

#### 認知症疾患医療センター（埼玉県で指定されている医療機関）

※受診には予約が必要ですので、まずは電話でお問合せください。

病院名	電話番号	所在地
つむぎ診療所	0494-22-9366	秩父市寺尾1404
武里病院	048-738-8831	春日部市下大増新田9-3
西熊谷病院	048-599-0930	熊谷市石原572
丸木記念福祉メディカルセンター	049-276-1486	入間郡毛呂山町毛呂本郷38
戸田病院	048-433-0090	戸田市新曾南3-4-25
埼玉県済生会鴻巣病院	048-501-7191	鴻巣市八幡田849
菅野病院	048-464-6655	和光市本町28-3
あさひ病院	04-2957-1202	狭山市水野592
久喜すずのき病院	0480-23-3300	久喜市北青柳1366-1
埼玉精神神経センター *さいたま市指定	048-857-6811	さいたま市中央区本町東6-11-1

埼玉県のホームページに一覧で紹介されています。

（認知症疾患医療センターについて）

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0705/nintisiosennta.html>



# 医療機関を探したい

## 認知症の診療を行う市内の医療機関

病院名	電話番号	所在地
久喜すずのき病院	0480-23-6540	久喜市北青柳1366-1
新井病院	0480-21-0070	久喜市久喜中央2-2-28
堀中脳神経外科クリニック	0480-59-6661	久喜市東大輪507-1
南栗橋脳神経クリニック	0480-55-1141	久喜市南栗橋1-2-1SKYビル2階

※あらかじめ電話連絡や予約を入れてから受診してください。

※近隣の認知症サポート医に関する情報は、埼玉県ホームページをご覧ください。

認知症サポート医名簿 埼玉県

検索

## 在宅診療専門医療機関（久喜市内）

訪問診療を受けたい場合は、まず電話でご相談ください。

病院名	電話番号・FAX	所在地
久喜在宅クリニック	電話：0480-38-6788 FAX：0480-38-6778	久喜北1-12-10
久喜東クリニック	電話：0480-53-8201 FAX：0480-53-8202	青毛4-3-12くき翔裕館1階
県西在宅クリニック 久喜駅前	電話：0480-53-6738 FAX：0480-53-6278	久喜東2-35-5M&Mビル1階
ふたば在宅クリニック	電話：0480-44-9178 FAX：0480-44-9179	久喜東1-2-5東山ビル3階 A号室
本町在宅クリニック	電話：0480-53-8858 FAX：048-611-7260	本町3-16-23
元気クリニック久喜	電話：0480-53-4053 FAX：0480-53-4054	久喜中央2-3-27

久喜市ホームページの市内医療機関も併せてご覧ください。

## 4. 自宅での暮らしを続けるために

### ～介護保険サービスでの生活支援～

介護保険サービスを利用するときは、要介護・要支援認定（本人が介護や支援が必要な身体的・精神的状態であることの認定）を受ける必要があります。

- 介護保険の相談、申請窓口  
介護保険課、各行政センター福祉係、地域包括支援センター

#### 自宅でのサービス

〔生活支援サービスを利用したい〕

訪問介護（ホームヘルプサービス）	ホームヘルパーが、掃除・買物・入浴・排せつ等の支援をします
訪問看護	看護師が、状態や服薬確認などの他、看護ケアをします
訪問リハビリテーション	理学療法士、作業療法士等が、リハビリ指導をします
訪問入浴介護	移動入浴車で伺い、入浴支援をします

#### 施設でのサービス

〔施設に通ってサービスを利用したい〕

通所介護（デイサービス）	食事や入浴などの支援、リハビリやレクリエーションなどを日帰りで行います。
通所リハビリテーション（デイケア）	

〔短期間施設に泊まりたい〕

短期入所（ショートステイ）	介護施設に短期間入所し、介護や機能訓練などをします。
---------------	----------------------------

\*掲載されているサービスが全てではありません。要介護度によって受けられるサービスが異なりますので、詳しくは担当のケアマネジャー、または地域包括支援センターへご相談ください。



# 自宅での暮らしを続けるために

## ～介護保険サービスでの生活支援～

### 地域密着型サービス

住み慣れた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じたサービスが受けられます。原則として利用は久喜市民に限られます。



#### 〔 24時間対応の訪問サービス 〕

定期巡回・随時対応型訪問介護看護 (要支援の方は利用できません)	介護職員と看護師が連携して、定期的に訪問します。また利用者の通報や電話などに対して随時対応します。
夜間対応型訪問介護 (要支援の方は利用できません)	夜間定期的にヘルパーが巡回して介護を行うものと、利用者からの通報でヘルパーが随時対応する介護があります。

#### 〔 認知症の方向けのサービス 〕

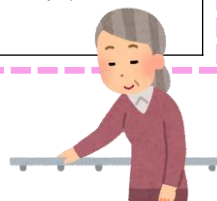
認知症対応型通所介護	食事・入浴などの介護や支援、リハビリをします。
認知症対応型共同生活介護 ：グループホーム (要支援Ⅰの方は利用できません)	共同で生活できる場で、食事・入浴などの介護や支援、リハビリをします。

#### 〔 通い・訪問・泊まりなどを組み合わせたサービス 〕

小規模多機能型居宅介護	小規模な住宅型の施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、施設に泊まる「宿泊」のサービスです。
看護小規模多機能型居宅介護 (要支援の方は利用できません)	小規模多機能型居宅介護のサービスに、看護を加えたサービスです。

### 生活環境を整えるサービス

福祉用具購入・貸与	自宅で使う福祉用具の貸し出しや、特定福祉用具の購入補助があります。(要申請)
住宅改修	手すり設置や段差解消などの改修費の助成があります。(事前申請)



# 自宅での暮らしを続けるために

## ～介護保険サービス以外での生活支援～

### こんなときの生活支援



こんな時	サービス名	内容・費用
お話相手がほしい	ふれあい電話サービス	高齢者や介護者を対象に社協登録のボランティアが電話をかけ、お話をします。 ☎社会福祉協議会 0480-23-2526
ちょっとしたお手伝いを頼みたい	くき元気サービス	高齢者等のボランティア（協力会員）が掃除や片付け等、支援の必要な高齢者等（利用会員）のお手伝いをします。（利用料30分あたり300円） ☎社会福祉協議会 0480-23-2526
	シルバー人材センター	植木の剪定や掃除等の家事援助など、いろいろなことをお受けしていますので、まずはご相談ください。費用は作業内容により異なります。 ☎シルバー人材センター 0480-47-0237
ごみを集積所に出すのが大変	ふれあい収集	障害のある方で、ごみを集積所に出すのが難しい場合に、玄関先等まで戸別収集をします。 ☎資源循環推進課 廃棄物収集係 0480-85-1111
食事を毎回作るのが大変	配食サービス	日常的に調理が困難な一人暮らしの高齢者などの自宅に、栄養のバランスを考えた弁当（昼食）を配達しながら安否を確認します。 利用者負担金あり、月～土の週6回まで ☎高齢者福祉課 0480-22-1111 各行政センター福祉係

民間業者等のお弁当の配達、移動販売、配達サービス等もありますので、検討してみましょう。



### そのほか

- 高齢者の暮らしを支えるサービス登録制度
- 行政サービスや配達、訪問サービスなどのお役立ち情報





埼玉県 プラチナ・サポート・ショップ [検索](#)

久喜市 暮らしの便利帳 [検索](#)

# 自宅での暮らしを続けるために～地域で見守る～




## ふだんから準備しましょう

こんな時	サービス名	内容
地域の 相談役	民生委員 児童委員	それぞれの担当区域で福祉サービスや日常生活の困りごとの相談等、様々な活動をしています。 ☎社会福祉課 0480-22-1111
	福祉委員	身近な地域住民の生活・困りごとを、見守りや声かけしながら早期発見する“地域のアンテナ役”です。民生委員や社協等と連携しながら、活動をしています。 ☎社会福祉協議会 0480-23-2526
緊急時に 備える	あんしん カード	体調の変化等により、救急要請をする場合に備えて、名前・住所・緊急連絡先・かかりつけ医などの情報を書いておくことができるカードです。家に備えるA4サイズのカードと、外出時用の携帯版があります。  ☎社会福祉協議会 0480-23-2526   
	緊急時通報 システム	病気やケガなどの緊急時に「緊急ボタン」を押す、または「緊急ストラップ」を引くと受信センターにつながり、救急要請をすることができます。緊急以外にも健康相談が24時間いつでもできます。     ☎高齢者福祉課 0480-22-1111 各行政センター福祉係

## 自宅での暮らしを続けるために～地域で見守る～



こんな時	サービス名	内容・費用							
緊急時に備える	要援護者見守り支援事業	災害時の安否確認や、避難誘導、平時の声かけなど、地域での見守り体制づくりを進めています。支援を受けるためには登録が必要です。 ☎社会福祉課 0480-22-1111							
行方不明時に備える	徘徊高齢者・障がい者見守りオレンジシール	靴や杖などにオレンジシールを貼っておくことで、警察等に保護された場合に、印字された登録番号から早期に身元が確認できるようにするものです。対象となる方の情報を警察署と共有することにより、速やかに家族等への連絡を行います。  ☎高齢者福祉課 0480-22-1111 各行政センター福祉係							
	徘徊高齢者・障がい者探索システム	市が貸与した携帯端末機を身につけた本人が行方不明になったとき、おおよその居場所をお知らせし、家族の要請を受けた緊急対処員が急行します。 <table border="1" data-bbox="611 1129 1126 1257"> <thead> <tr> <th colspan="2">機器概要</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>端末サイズ</td> <td>縦7.9cm×横4.3cm×厚さ1.82cm</td> </tr> <tr> <td>重さ</td> <td>約52g</td> </tr> <tr> <td>連続動作時間</td> <td>最大360時間</td> </tr> </tbody> </table> ☎高齢者福祉課 0480-22-1111 各行政センター福祉係	機器概要		端末サイズ	縦7.9cm×横4.3cm×厚さ1.82cm	重さ	約52g	連続動作時間
機器概要									
端末サイズ	縦7.9cm×横4.3cm×厚さ1.82cm								
重さ	約52g								
連続動作時間	最大360時間								

※ それぞれの事業には対象要件があります。担当にご相談ください。



介 護 マ ー ク ご存知ですか？

「介護マーク」とは

※ このマークを見かけたら、温かく見守ってください。

介護する人が周囲の人に介護中であることをさりげなく知ってもらうためのカードです。介護者の心理的負担の軽減を図ることを目的としています。申請書に記入後、お渡しすることができます。

☎高齢者福祉課 0480-22-1111 社会福祉協議会 0480-23-2526  
各地域包括支援センター (P4)



## 5. 住まいを考える



### 見守りのある住宅

<p>有料老人ホーム (介護付、住宅型、健康型)</p>	<p>介護付は施設スタッフによる介護サービスを受けることが可能で、要介護1以上の方が対象です。 住宅型は介護サービスを外部と契約することで、介護サービスを受けることが可能となり、60歳以上の方が対象です。 健康型は自立度の高い60歳以上の方が対象で、食事等のサービスを受けることができます。</p>
<p>サービス付き高齢者住宅</p>	<p>バリアフリーの設備で、日中は介護スタッフが常駐し、生活相談や安否確認などを提供する民間賃貸住宅です。 60歳以上の方、要介護認定を受けた60歳未満の方が対象です。</p>
<p>ケアハウス (軽費老人ホーム)</p>	<p>自炊ができないなど、軽度な身体機能の低下があり、独立して生活するのに不安のある方のための施設で、60歳以上の方が対象です。</p>
<p>養護老人ホーム</p>	<p>環境上の理由及び経済的理由により、居宅において生活することが困難な、おおむね65歳以上の方が入所する施設です。 相談窓口は久喜市高齢者福祉課です。</p>

### 介護を受けられる施設

<p>認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) (要支援1の方は利用できません)</p>	<p>認知症高齢者が少人数(5~9名)で生活し、認知症ケア専門のスタッフとの暮らしの中で、認知症の進行を遅らせることを目的とした介護施設です。</p>
<p>介護老人保健施設 (要支援の方は利用できません)</p>	<p>要介護1~5の方が対象で、病状が安定しリハビリによる機能回復と自宅復帰を目指す施設です。</p>
<p>介護医療院 (要支援の方は利用できません)</p>	<p>要介護高齢者の長期療養・生活施設として、日常的な医学管理や看取り、ターミナルケア等の医療機能と生活支援としての機能を兼ね備えています。 要介護1~5の方が対象です。</p>
<p>介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム) (原則要支援1~要介護2の方は利用できません)</p>	<p>常時介護が必要で、居宅での生活が困難な方のための施設です。 (要介護3~5の方が対象。要介護1~2の方は要相談)</p>



## 6. 安全、権利を守る

認知症によって判断能力が衰えてくると、日々の金銭管理や財産管理なども困難になり、契約で不利益をこうむったり、犯罪の被害にあったりする場合があります。困ったときはひとりで悩まず専門機関に相談しましょう。

### 消費生活相談

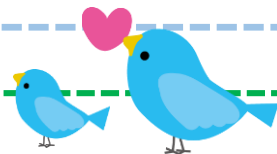


久喜市消費生活センター	消費生活センターは、消費者のための相談や情報提供を行う行政機関です。悪質商法による被害や商品事故など消費生活に関する相談に応じています。 ☎久喜市消費生活センター 0480-22-3925 (相談専用) (月～金曜日 祝日・年末年始を除く 10時～12時 13時～16時 受付は15時30分まで)
-------------	--

### 法律相談

久喜市法律相談	日常生活で起こる様々な法律的諸問題について、弁護士が相談に応じます。(要予約) ☎市民生活課 0480-22-1111
法テラスサポートダイヤル	法的トラブルにお悩みの方や、法的トラブルかどうかわからない方の問合せ先です。専門オペレーターが適切な法制度や相談・団体(法律相談、公的機関窓口)等の紹介をしています。 ☎0570-078374 (平日9時～21時、土曜日9時～17時 祝日・年末年始除く)
法テラス埼玉	経済的に余裕のない方が、法的トラブル(消費者被害・借金・交通事故損害賠償・賃貸契約等)を抱えてしまったときや、金銭管理が難しくなり、成年後見制度を利用したいと思ったときは、弁護士や司法書士の無料法律相談(収入、資産が一定基準以下の方が対象です)が受けられます。(要予約) ☎0570-078312 (平日9時～17時)

### 警察



認知症の高齢者は、振り込め詐欺などの犯罪に巻き込まれやすい傾向があります。犯罪の被害に遭ったり、被害に遭いそうになったら迷わず相談しましょう。

警察総合相談 ☎#9110 (悪質商法や詐欺などの相談にも応じています)

# 安全・権利を守る

## 運転免許

### 安全運転相談窓口

病気などにより自動車運転に不安がある方やご家族の相談窓口を設けています。

☎安全運転相談窓口（埼玉県警察運転免許センター）048-543-2001

☎安全運転相談ダイヤル #8080 8時30分～17時  
月曜日から金曜日（祝日・年末年始除く）

### 久喜市運転免許返納推進事業

運転免許証を自主返納した方に、市内の公共交通機関の回数券または乗車券を交付します。※運転免許証が失効した方は対象になりません。

☎交通住宅課 0480-22-1111

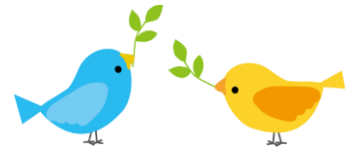
## 金銭・財産管理

### 福祉サービス利用援助事業（あんしんサポートねっと）

判断能力の不十分な高齢者や知的障がい・精神障がいのある方などが安心して生活が送れるように、定期的に訪問して福祉サービスの利用や暮らしに必要なお金の出し入れをお手伝いします。

（生活支援員の派遣1時間1,200円～）

☎社会福祉協議会 0480-23-2526



### 成年後見制度

認知症などの理由により判断能力が不十分となった人が、財産管理や契約で不利益をこうむったり、権利や尊厳が侵害されることのないように、家庭裁判所に選ばれた後見人が支援する制度です。後見人には、家族など身近な人や、弁護士、司法書士、社会福祉士といった適任者が選ばれます。

☎各地区の地域包括支援センター（P4）・成年後見センター（P6）

## 高齢者虐待相談窓口

暴力・高圧的な言葉や態度・介護放棄など、家族や介護施設従事者などによる虐待が心配な時の相談窓口です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

※生命に重大な危険があるなど、緊急の場合は「110番」へ！

埼玉県虐待通報ダイヤル（24時間365日対応）

☎#7171（ないない）

☎各地区の地域包括支援センター（P4）



## 市内循環バス、デマンド交通（くきまる）、くきふれあいタクシー（補助タク）



市内循環バス以外は、事前に登録が必要です。詳しくは担当課にお問い合わせいただくか、久喜市ホームページをご覧ください。  
☎交通住宅課 0480-22-1111

### 市内循環バス

久喜市 乗り物

検索

- 運行日 月曜日～土曜日  
※日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）は運休
- 運行時間 7時台～19時台
- 運賃 200円/1回 1日乗車券は400円/1日 その他回数券もあります

### デマンド交通（愛称：くきまる）

菖蒲地区および栗橋・鷲宮地区を運行対象エリアとしています。デマンド交通は、決まった時間に決まったルートを行く循環バスや、自由な時間や場所で乗降できるタクシーとは異なり、あらかじめ利用登録した方が、電話などで予約をし、自宅等から目的地まで乗り合いにより移動します。

- 運行日 月曜日～土曜日  
※日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）は運休
- 運行時間 7時（発時刻）～17時台（発時刻） ※12時～13時は運休
- 運賃 500円/1回  
菖蒲地区－新久喜総合病院 800円/1回

### くきふれあいタクシー（補助タク）



75歳以上の高齢者や、障がい者の方などの移動手段の確保、日常生活の利便性の向上のため運行しています。事前に利用登録が必要です。

- 運行日 月曜日～土曜日  
※日曜・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）は運休
- 運行時間 9時～17時
- 利用者 タクシー料金に応じて、一部利用料金の補助があります。
- 支払額
- 対象エリア 市内でも市外でも利用可能（市外から市外は除く）

※ 運賃や支払額、割引等の内容は変更になる場合があります。最新の情報は担当課にお問い合わせいただくか、久喜市ホームページをご覧ください。

### 市内の医療・介護・地域情報 ～けあプロnaviくき～

久喜市医療・介護・地域情報検索システム（けあプロnaviくき）では、市内の介護サービス事業所を名称・地図・サービス種別等から検索できます。介護施設の空き情報も確認できます。

<https://carepro-navi.jp/kuki>



## 7. 交流したい

認知症の方やご家族のための、地域交流の場です。

### オレンジカフェ

#### 久喜カフェ・チェリッシュ (本人支援)

ご本人  
ご家族向け

認知症の方やご家族が気軽に集まれる場として、市内各地区で実施しています。決まったプログラムはありませんので、お茶を飲んだり、お話ししたりと思いのままにお過ごしいただけます。日程、会場は広報くきをご覧ください。

☎各地区の地域包括支援センター (P4)

認知症疾患医療センターの職員と個別相談が可能です。

### 認知症の人と家族の会

ご本人  
ご家族向け

全国に支部のある家族会です。「介護家族のつどい」「本人・若人のつどい」「男性介護者のつどい」や電話相談などを実施しています。

詳細はこちら

☎公益社団法人

認知症の人と家族の会  
埼玉県支部 048-814-1210



若年性認知症に関する相談員\*が配置されています。  
(\*若年性認知症支援コーディネーター)

### 介護者の会

ご家族向け

ご家庭で介護をしている方や最近まで介護をされていた方が集い、介護への思いを分かち合う場です。日程、会場は社協だよりをご覧ください。

☎社会福祉協議会 0480-23-2526

参加者同士で身近な介護の情報交換もしています。

### ふれあい・いきいきサロン

どなたでも

身近な地域の集いの場です。住民の皆さんが主体となって、市内61か所\*で実施しています。地域で日ごろの見守りにも繋がります。(\*令和6年4月現在)久喜市社協ホームページに市内サロン一覧を掲載しています。

☎社会福祉協議会 0480-23-2526

地元の方にとって馴染みの場所で開催しており、気軽に立ち寄れます。

お気軽に  
お問合せください



### 介護者サロン

介護をしている方、関心がある方の情報交換や共有の場です。

☘介護者サロン四つ葉

会場：ふれあいセンター久喜  
毎月第3木曜日 13時30分～15時

☘傾聴サロン

くりはし四つ葉  
会場：健康福祉センターくりむ  
毎月第4金曜日 13時30分～15時

☎社会福祉協議会 0480-23-2526

毎月開催しています。  
傾聴等を学んだボランティアが運営しています。



オレンジカフェでは「認知症サポーター」として協力いただける方も大歓迎です！興味のある方はお近くの地域包括支援センターに是非お声かけください



## 8. 役割を担う

認知症予防のために、地域での活動や人との交流を心がけましょう。



自治会活動	町内会単位で、加入している住民の協力を得ながら地域のつながりをつくる活動を行っています。
コミュニティセンター	住民の地域活動や文化・レクリエーション活動等における各種集会、交流や憩いの場として活用されています。 ☎市民生活課 0480-22-1111
公民館活動事業	公民館事業には「つどう」「まなぶ」「おすぶ」の役割があります。各地区のコミュニティセンター（旧公民館）を拠点として、講演会、講習会、体育、レクリエーション等を開催しています。
高齢者大学	市内在住の60歳以上の方を対象にした4年制大学です。友人との輪を広げ、仲間たちと学習したり、クラブ活動、ボランティア活動を行っています。 ☎生涯学習課 0480-58-1111
市民大学	市内在住の30歳以上の方を対象とした2年制大学です。生涯学習やボランティア活動への理解を通じて、地域コミュニティづくりの担い手、及び指導者を育成することを目的としています。 ☎生涯学習課 0480-58-1111
彩愛クラブ (老人クラブ)	おおむね60歳以上の方が参加し、仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、社会参加活動を行っている自主的な組織です。 ☎社会福祉課 0480-22-1111
シルバー人材 センター	原則60歳以上の会員登録者が豊かな経験や知識、技術を活かして地域で働くことにより、健康で生きがいのある生活を送ることを目的としています。 ☎0480-47-0237 FAX 0480-47-0238
ボランティア センター	ボランティア活動や、団体などに関する相談や紹介・調整などを行います。 ☎社会福祉協議会 0480-23-2526



## 9. 予防したい

教室等に参加して、いつまでも元気に過ごしましょう。（65歳以上の方が対象です）

### <一般介護予防事業>

#### いきいきデイサービス

要介護や要支援認定を受けていない65歳以上の方を対象とした市の事業です。市内施設や小学校の空き教室で開催しています。会場では健康チェック、健康体操や趣味活動などを行っています。会場一覧は久喜市ホームページをご覧ください。

会場への送迎はありませんが、市内循環バス、デマンド交通（くきまる）、くきふれあいタクシー（補助タク）等がありますのでご利用ください。（P17）

☎高齢者福祉課 0480-22-1111 各行政センター福祉係

仲間とのおしゃべりや、活動を通して交流を楽しみましょう。

#### はつらつ運動教室

はつらつリーダーが中心となり、介護予防を目的としたストレッチや筋力アップのための運動などを行います。地域の会場等で、定期的で開催しています。

会場一覧は久喜市ホームページをご覧ください。

☎高齢者福祉課 0480-22-1111 各行政センター福祉係

一人では続かない運動も仲間や、リーダーと一緒に続けられますよ。

### <認知症・本人支援>

#### 久喜カフェ・チェリッシュ

認知症の人達の「集いの場」を開催します。みなさんで楽しいひとときを過ごしましょう。体操やレクリエーション、カフェタイム（座談会）を専門家を交えて行います。日程は広報くきをご覧ください。

☎久喜中央地域包括支援センター 0480-22-1111

#### いきいき！脳活倶楽部

65歳以上の方で、最近もの忘れがひどくなったと感じる方、認知症が心配な方、頭と体を使って、楽しく脳を活性化しましょう。日程は広報くきをご覧ください。

☎久喜中央地域包括支援センター 0480-22-1111

# 予防したい

健診・検診についてご紹介します。早期には自覚症状が無く、症状が現れた時にはすでに進行しているという病気は少なくありません。症状の無い病気を早期に発見するには、定期的な健康診断を受けることが大切です。

## 健康診断

生活習慣病を予防することを目的に行われています。忍び寄る病気を見逃さないためにも、定期的な受診が必要です。

- 特定健康診査（久喜市国民健康保険にご加入の40～74歳の方）
- 健康診査（75歳以上の方）

久喜市 特定健康診査 健康診査 [検索](#)

## がん検診

がんの症状がない人を対象として、がんの早期発見、早期治療を行うことを目的とした検査です。各種がん検診により検査方法や対象年齢などが異なります。対象の方には地域保健課から通知が届きます。

久喜市 がん検診 [検索](#)

## 成人歯科健康診査

40歳、50歳、60歳、70歳の方を対象としています。むし歯や歯周病の予防や早期発見、早期治療および、かかりつけ歯科医を持つことにつなげ、8020運動を促進します。対象の方には地域保健課から受診券をお送りします。

## 予防接種

予防接種とは、病気に対する免疫をつけたり、免疫を強くするために、ワクチンを接種することをいいます。感染予防、重症化予防のためには予防接種が有効です。

- 高齢者インフルエンザ予防接種
- 新型コロナウイルス予防接種
- 高齢者肺炎球菌予防接種

各種健（検）診、予防接種について詳しく知りたい方は、以下の担当までお問い合わせください

- 特定健康診査、健康診査  
☎ 国民健康保険課 0480-22-1111

- がん検診、成人歯科健康診査  
地域保健課  
☎ 中央保健センター 0480-21-5354  
☎ 栗橋保健センター 0480-52-5577

- 予防接種  
☎ 地域保健課 予防接種室（菖蒲行政センター）  
0480-85-1111



お気軽に  
お問い合わせください



## 10. 認知症サポーターになりませんか

「認知症サポーター」を養成し、認知症の方にもやさしい地域づくりに取り組んでいます。



### 認知症サポーター養成講座

『認知症サポーター』とは、認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者です。

市では、サポーター養成講座の開催をしています。

ぜひ受講し、認知症の方への支援の輪を地域に広げていきましょう。

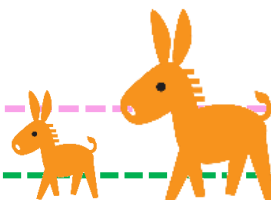
認知症サポーターになるには

- 各地区で開催される認知症サポーター養成講座を受講してください。  
日程は広報くきをご覧ください。（※対面講義形式かオンライン形式になります。）
- 自治会や、サロン、職場（企業）、学校などに出向いて講座を開催することもできますので、ご相談ください。

☎高齢者福祉課 0480-22-1111 社会福祉協議会 0480-23-2526



受講者には、認知症サポーターの証として、「埼玉県認知症サポーター証」をお渡ししています。



### 認知症サポーター ステップアップ講座

「認知症サポーター養成講座」を受講したことのある方が対象の講座です。

「認知症のご本人や支える家族の声」を聴き、認知症についての理解を深め、認知症サポーターとしてこれからの活動を考えていきましょう。

日程は広報くきをご覧ください。

☎高齢者福祉課 0480-22-1111 社会福祉協議会 0480-23-2526



# 見 守 る 地 域 の 輪

店舗などに、認知症サポーターがいる証として、ロバステッカーを掲示しているお店があります。認知症について正しく理解し、認知症の方やご家族を応援するお店です。



ロバ隊長は「認知症サポーターキャラバン」のマスコットです。ロバ隊長は認知症サポーターのキャラバンを率いて、「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」をめざす道のりの先頭を歩きます。ロバのようにゆっくり急がずに、キャラバンは一步一步を着実に進みます。



## 地域で見守るしくみ「チームオレンジ」を 推進しましょう

地域の認知症サポーターがチームを組み、認知症の方や家族に対して、生活面の早期からの支援などを行う取り組みです。認知症の本人もメンバーとしてチームに参加します。

認知症は多くの方に身近なものとなっています。誰もが安心して自分らしく地域で暮らし続けることができる社会の実現において、皆さんで取り組んでいきましょう。

9 月 は

世 界 ア ル ツ ハ イ マ ー 月 間

です

国際アルツハイマー病協会は世界保健機構（WHO）と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定しています。また9月を世界アルツハイマー月間として世界各国で啓発活動を行っています。

認知症への正しい理解が進むことを目的に世界中で啓発活動を行っています。認知症の本人と介護家族への支援を考え、だれもが笑顔で過ごせる街にしましょう。

# 11. 希望をかなえるヘルプカード

いくつになっても、認知症になってからも安心していききたいところへ出かけましょう。



## 使うメリット

- ①自分をわかってもらえる
- ②望みや不安、伝えたいことをわかってもらえる
- ③忘れても安心
- ④話さなくても伝わる
- ⑤パニックを防げる
- ⑥緊急時や災害時の備えになる

## 誰が使うのか？

- ①使いたい人が、だれでも使えます
- ②使うかどうか決めるのは、本人自身です。
- ③できるだけ早く使うことを、これからの常識にしましょう。

### 希望をかなえるヘルプカード



自分が行きたいところに、安心して、一人でスムーズに出かけるために、自分が使うカードです。

カードには周りの人にちょっとわかってほしいことや、頼みたいことを書いておけるフリースペースがあります。

外に出かける時に持ち歩き、必要な時に周りの人にカードを見せると、頼みたいことが一目で伝わります。

カードのひな形があります。自分に役立ちそうなひな形を参考にあなたも自分にあったヘルプカードをつくってみませんか？

詳しくは裏面を

## 希望をかなえるヘルプカード



持って安心！  
使って便利！

自分のカードを持って  
行きたいところへ、  
自由に出かけよう！

自分にあった持ち方の工夫をしよう  
～持ちやすく・出しやすく～

名刺入れや財布  
に入れる



ネームホルダー  
に入れる

ケースに入れて  
カバンやベルトに  
つける



お薬手帳や  
障害者手帳に  
はさんでおく

自分用のカードを作ってみよう！  
カードをもって、出かけてみよう！

相手にもわかりやすい  
ように伝えたいことを  
はっきりと書きましょう

### カードの例文です

ここに行く道を教えてください

東京ドームに  
行きたいです

家への帰り道を教えてください

目印は〇〇保育園です  
そまで行けば帰れます

私の代わりに連絡をしてください

090-1234-5678  
(東京花子・地域包括センター)  
私(姓)並太郎  
杉並区〇〇-△△△

馬車に近づいたら声をかけて教えてください

JR西荻窪馬車で  
降りたいです

ノートに書いて教えてください

あなたのお話を  
覚えておきたいです

この操作を教えてください

セルフレジで  
支払いたいです

# 希望をかなえるヘルプカード

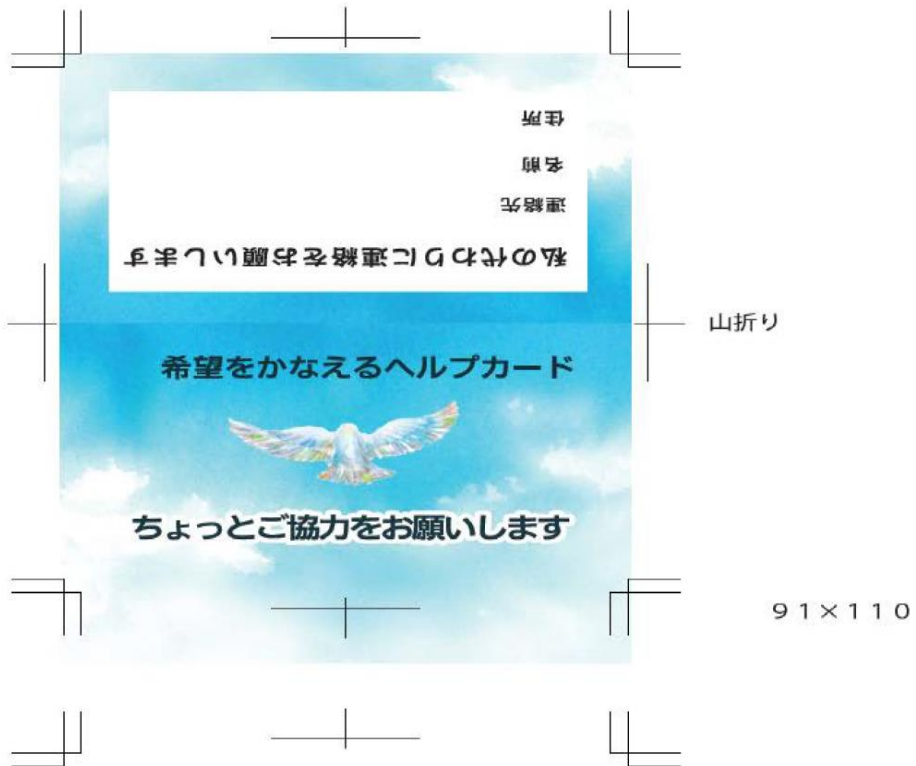
「希望をかなえるヘルプカード」は、自分が行きたいところに安心して出かけ、やりたいことをスムーズにできるために、自分が使うカードです。カードには周りの人にちょっと手助けしてほしいことや、連絡先などを自由に書いておけます。



「ヘルプカード」を作ってみましょう。下記のヘルプカードは、認知症介護研究・研修東京センターが作成したものです。左隣のQRコードからもカードのサンプルやひな形が見られますので、参考にしてください。  
このままこのページのひな形をコピーして使っていただいても構いません。  
また、市内の各地域包括支援センターでも配布しておりますので、お声かけください。

DCネット 希望をかなえるヘルプカード

検索





久喜市社会福祉協議会では、認知症の当事者の様々な思いや、支えるご家族の思い等、職員の体験や気づきを「わたしのきもち」として冊子にまとめました。冊子は社協本所、各支所窓口に設置している他、ホームページでもみることができます。

久喜市社協 わたしのきもち

検索

久喜市認知症ケアパス 地域サポートガイドブック  
令和6年11月 改正 作成協力 各地域包括支援センター

発行 久喜市役所高齢者福祉課地域包括支援係

住所 埼玉県久喜市下早見85番地の3

電話 0480(22)1111(代表)

FAX 0480(22)3319

ホームページアドレス <https://www.city.kuki.lg.jp/>