

～ 住み慣れた地域で自分らしく
暮らし続けるために ～

認知症

あんしん ガイド



大洗町

認知症の進行段階に応じた支援やサービス

サービス内容や対象者など、詳しくは地域包括支援センターにてご案内します。



相談	地域包括支援センター・高齢者相談センター		
予防	シルバーリハビリ体操・まいけんクラブ		
	サロン・高年者クラブ・ゆうゆうクラブ		
	介護予防サービス(デイサービス・通所リハビリ等)		
医療・介護	かかりつけ医・かかりつけ歯科医・薬局・認知症疾患医療センター		
		訪問診療・訪問看護	
		介護サービス(デイサービス・短期入所等)	
生活支援・見守り	民生委員・認知症サポーター・認知症カフェ		
	緊急通報システム・配食サービス・愛の定期便		
	軽度生活援助事業		
		茨城県おかえりマーク・徘徊高齢者等SOSネットワーク	
	高齢者運転免許自主返納支援事業	シルバービューティー事業	
		紙おむつ等購入費助成事業	
		日常生活自立支援事業・成年後見制度	
住まい	自宅・サービス付き高齢者向け住宅・軽費老人ホーム・有料老人ホーム		
		認知症対応型共同生活介護(グループホーム)	
		特別養護老人ホーム	

相談

地域包括支援センター

認知症をはじめとするさまざまな相談を通じて、介護サービスの利用や医療機関への受診アドバイス、地域のサポートを受ける方法などのお手伝いをします。

大洗町地域包括支援センター ☎029-267-4100

高齢者相談センター

地域包括支援センターと連携し、相談受付・各種申請の代行を行います。

(大洗町社会福祉協議会) 大洗町北地区高齢者相談センター ☎029-229-2007

(特別養護老人ホームひぬま苑) 大洗町南地区高齢者相談センター ☎029-267-0537

予防

健康づくりふれあい教室(シルバーリハビリ体操)

道具を使わず、いつでも・どこでも・ひとりでもできる体操で、高齢者の健康増進・介護予防を目的としています。

大洗町福祉課高齢者支援係 ☎029-267-5111

まいけんクラブ

要介護認定を受けていない方で、基準に該当した65歳以上の方を対象に、要介護状態を予防するための知識を身につけていきます。

元気づくりサロン

地域の方々が楽しく集まれる場所です。活動内容は各サロンによって様々で、介護予防体操や各種ゲーム、小物作りなど行っているサロンもあります。

高年者クラブ

スポーツや奉仕活動を通して、仲間づくりや生きがい・健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、その知識や経験を活かして、地域を豊かにする社会活動に取り組んでいます。

ゆうゆうクラブ

65歳以上の要介護認定を受けていない閉じこもりがちの方が趣味活動、レクリエーションを行うことで、生きがい活動の助長を図り、要介護状態等の進行の予防を目的としています。

大洗町社会福祉協議会 ☎029-266-3021

医療・介護

かかりつけ医・かかりつけ歯科医

日々の体調管理や病気の治療・予防など健康に関して日常的に相談できる身近な医療機関です。物忘れなど気になり始めたら、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。

薬局

薬剤師は薬の効果や飲み方を説明するだけでなく、健康維持のための相談にも対応しています。身近な相談役として、かかりつけ薬剤師をもちましょう。

認知症疾患医療センター

茨城県の指定を受け、保健・医療・介護機関との連携を図りながら、認知症疾患に関する相談・鑑別診断などを行う専門医療機関です。

<近隣の認知症疾患医療センター>



医療法人 碧水会 汐ヶ崎病院

水戸市大串町715番地

認知症疾患医療センター専用電話

☎029-267-9017

公益財団法人 報恩会 石崎病院

茨城町上石崎4698番地

相談・受診予約専用電話

☎029-293-7165

生活支援・見守り

<地域の協力支援>

福 民生委員

民生委員は、支援を必要とする方々の生活状態の把握、相談、助言活動、情報提供など身近な地域の見守り役です。

高 認知症サポーター

「認知症サポーター養成講座」で認知症について学び、正しい知識を持って、認知症の方やその家族を見守り、支える応援者です。

高 認知症カフェ

認知症の方やその家族、地域住民の方、ボランティア、専門家などが集まり、お茶や軽食を楽しみながら参加者同士が交流を図る場所です。

<生活支援・見守り>

高 緊急通報システム

65歳以上のひとり暮らし高齢者等を対象に、固定電話に設置した装置で24時間365日、病気やケガなどの緊急時に通報ができます。また、専門職が月1回電話での安否確認や健康相談に応じます。

高 配食サービス

65歳以上のひとり暮らしもしくは高齢者世帯を対象に、民生委員やボランティアの協力を得てお弁当を配達し、安否確認を行います。

高 愛の定期便

65歳以上のひとり暮らし高齢者を対象に、週3回乳製品を配達し安否確認を行います。

高 軽度生活援助

65歳以上で要介護認定を受けていない高齢者を対象に、掃除等の簡易な家事支援を行います。

高 茨城県おかえりマーク

おかえりマーク（登録番号が記載されたシール）を靴や杖、衣服等身の回りの物につけておくことにより、警察等からの照会に対し、迅速にご家族へ連絡することが出来ます。

高 徘徊高齢者等SOSネットワーク

高齢者等が行方不明となった際、事前登録の情報をもとに、町と県が連携し、近隣市町村や強力機関へ捜索依頼をすることで早期発見・保護につなげます。

生 高齢者運転免許自主返納事業

65歳以上の運転免許自主返納者を対象に、大洗町循環バス「海遊号」及び「なっちゃん号」の回数券10冊（11,000円分）を交付します。

社 シルバービューティー事業

要介護認定を受けている女性及び障害者手帳の1・2級、㊤・Aを所持している女性を対象に、自宅訪問によるヘアカットと軽い化粧を行います。

介 紙おむつ等購入費助成事業

65歳以上の要介護認定3以上で住民税非課税の方を対象に介護用品（おむつ等）購入にかかる費用の一部を助成します。

<権利を守る事業>

社 日常生活自立支援事業

高齢や障害等により判断能力が不十分な方に対し、福祉サービスを利用するためのお手伝いや、生活費の管理、書類預かり等の支援を行います。

包 成年後見制度

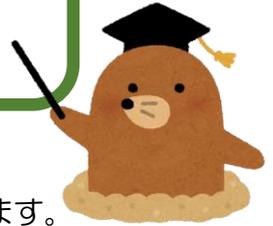
認知症や障害等により判断能力が不十分な方の権利や財産を守るため、家庭裁判所が「後見人」などを選任し、法的に支援する制度です。

【 問合せ先 】

大洗町役場 福祉課	TEL 029-267-5111（代表）	福 社会福祉係（内線151）	高 高齢者支援係（内線153）	介 介護保険係（内線155）	生 地域安全安心係（内線241）	社 大洗町社会福祉協議会 TEL 029-266-3021	包 大洗町地域包括支援センター TEL 029-267-4100
--------------	----------------------	----------------	-----------------	----------------	------------------	----------------------------------	-------------------------------------

『なんだか近頃気になるな…』

と思ったら**受診**してみましょう



対処が早いほど、進行を遅らせ今まで通りの生活を保つことができます。
MCI（軽度認知障害）の段階で見つければ、認知機能の回復・維持も期待できます。

早期治療で改善も期待できる

MCI（軽度認知障害）は健康上・生活上において何らかのリスクを抱えている状態です。
MCI（軽度認知障害）は、そうした生活スタイルを変えるための「SOS」「黄色信号」と考えましょう。MCI（軽度認知障害）の診断を受けた人すべてが認知症となるわけではありません。健康な状態に回復する可能性も低くありません。
たとえその後、認知症に移行したとしても、MCI（軽度認知障害）の段階から認知症と共に生きる備えに取り組めることは大きなメリットです。



進行を遅らせることができる

適切なケアや治療の開始により、進行を遅らせ、症状の軽減が期待できます。
症状が進行する前にサービスや制度の情報収集、利用計画、本人の意思を考慮することができ、余裕を持って対応できます。

事前にさまざまな準備ができる

認知症に移行しなくとも、認知症や利用できるサービスについて情報収集しておくことで、認知症に移行した後のことを考えることができます。
認知症自体、備えや心構えによって認知機能の低下を防ぎ、満足のいく生活の質を保つことができます。

受診のポイント

①気になることは記録

診断に欠かせないのが、本人・家族の情報です。
おかしいなと思った時、本人・家族の話、状況、
どんなことが気になったかなど重要な手掛かりになります。
医師に伝えたいことを、その都度メモしておきましょう。

情報整理のコツ

- いつ・どこで・どのような変化なのか明確にする。
- 困っていること（症状）は具体的に。
- 病歴（既往歴）や飲んでいるお薬（いつ頃から、なにを服用しているか）

②かかりつけ医に相談

かかりつけ医は、日頃から本人の状態や家族環境を知っており、頼もしい存在です。
必要に応じて専門医療機関の紹介もしてくれます。



大洗町介護保険事業所一覧

サービス種類	事業所名	住所	電話番号
居宅介護支援	大洗町社会福祉協議会	大洗町港中央26番地の1	029-229-2007
	居宅介護支援センターひぬま苑	大洗町大貫町3269番地の1	029-267-0537
	居宅介護支援センターこうよう	大洗町大貫町1212番地の11	029-267-0130
	居宅介護支援事業所うみべの家	大洗町大貫町255番地の5	029-264-7310
	居宅介護支援事業所心の魚屋	大洗町磯浜町445番地	029-219-8005
訪問介護	大洗町社会福祉協議会	大洗町港中央26番地の1	029-266-3021
	訪問介護いっしん大洗	大洗町大貫町64番地の46	029-229-0801
通所介護	デイサービスセンターひぬま苑	大洗町大貫町3269番地の1	029-267-6617
	デイサービスセンターひぬま苑東光台	大洗町磯浜町8244番地の34	029-267-0538
	デイサービスセンターなぎさ	大洗町大貫町255番地の5	029-264-7310
	ケアレジデンスデイサービスセンター大洗	大洗町磯浜町8227番地の4	029-266-3286
地域密着型通所介護	大洗町社会福祉協議会	大洗町港中央26番地の1	029-266-3021
	デイサービスここいち大洗	大洗町大貫町64番地の46	029-229-0801
	デイ松ぼっくり	大洗町大貫町256番地の398	029-219-8887
通所リハビリテーション	介護老人保健施設おおあらい	大洗町大貫町1212番地の11	029-267-1331
訪問看護	訪問看護ステーション大洗	大洗町大貫町915番地	029-267-7981
短期入所生活介護	特別養護老人ホームひぬま苑	大洗町大貫町3269番地の1	029-267-6617
	特別養護老人ホームうみべの家	大洗町大貫町255番地の5	029-264-7310
	ケアレジデンス ショートステイ大洗	大洗町磯浜町8227番地の4	029-266-3286
短期入所療養介護	介護老人保健施設おおあらい	大洗町大貫町1212番地の11	029-267-1331
	介護医療院おおあらい	大洗町大貫町915番地	029-267-2191
介護老人福祉施設	特別養護老人ホームひぬま苑	大洗町大貫町3269番地の1	029-267-6617
	特別養護老人ホームうみべの家	大洗町大貫町255番地の5	029-264-7310
介護老人保健施設	介護老人保健施設おおあらい	大洗町大貫町1212番地の11	029-267-1331
介護医療院	介護医療院おおあらい	大洗町大貫町915番地	029-267-2191
認知症対応型共同生活介護	グループホーム大洗	大洗町大貫町2922番地の1	029-264-5212
	グループホーム温泉大洗	大洗町磯浜町3446番地の8	029-264-6811
サービス付き高齢者向け住宅	ここいち大洗	大洗町大貫町64番地の46	029-229-0801

介護保険のお問合せ

大洗町 福祉課 介護保険係 ☎029-267-5111

大洗町地域包括支援センター ☎029-267-4100

大洗町北地区高齢者相談センター ☎029-229-2007

対象地区：磯浜町・東光台・磯道・和銅・五反田・港中央

大洗町南地区高齢者相談センター ☎029-267-0537

対象地区：桜道・大貫町・神山町・成田町

認知症初期集中支援チーム

認知症の専門知識を持つ職員で構成され、認知症または、その疑いがある方及び家族を訪問し、困りごとをうかがい、一緒に解決策を考える「認知症初期集中支援チーム」が活動しています。