

認知症の方に地域で安心して生活していただくために

認知症の人を在宅で介護するには決して1人で無理をせずに、仲間や相談できる人を見つけることが大切です。各種サービスや相談窓口を上手に使うことによって、本人の認知症の進行を予防し、生活リズムを整えることができます。結果的に家族の介護負担の軽減につながります。

介護保険サービス

要介護認定を受けた方に対して、認定度に応じたサービスが受けられます。

●通所系サービス

- ・デイサービス ・デイケア
- ・認知症デイサービス など



●訪問・通所・泊まりサービス

- ・小規模多機能型居宅介護
- ・看護小規模多機能型居宅介護

●泊まり系サービス

- ・ショートステイ

●在宅での暮らしを支える

- ・福祉用具貸与
- ・特定福祉用具販売
- ・住宅改修 など



●訪問系サービス

- ・訪問介護（ホームヘルプ）
- ・訪問入浴介護・訪問看護
- ・在宅療養管理指導 など



在宅で生活している人を対象とした上のようなサービスだけでなく、高齢者福祉サービスや特別養護老人ホームなどの施設に関する介護保険サービスもあります。サービスの種類や対象、料金のことなど詳しい情報は「みんなで支える老後の安心 介護保険」に記載しています。冊子は市役所・地域包括支援センター等で配布しています。



(市HP記事ID:0600)

◀「みんなで支える老後の安心 介護保険」

介護保険の申請について

申請者 本人または家族（居宅介護支援事業所のケアマネジャーや地域包括支援センターの職員に代行申請してもらうことも可能）

申請窓口 青梅市健康福祉部介護保険課（市役所10A番窓口）

問合せ 青梅市役所 **電話番号** 0428-22-1111（代表）

●**介護保険課**（介護保険管理係）……介護サービス・介護保険料に関すること
（認定係）……要介護認定・資格に関すること

●**高齢者支援課**（包括支援係）……地域包括支援センター・介護予防に関すること
（いきいき高齢者係）…介護保険以外の高齢者施策に関すること

高齢者福祉サービス

●徘徊高齢者家族支援サービス

専用のGPS機器を高齢者に携帯していただくことで、高齢者が行方不明になった場合に、家族がコールセンターもしくはインターネットからGPS機器の場所を照会し、高齢者の発見・保護につなげます。



●高齢者見守り支援事業

二次元コードのついたシール(見守りシール)をあらかじめ高齢者の持ち物や衣服に貼り付けていただきます。このシールを付けた高齢者を保護した市民や警察が二次元コードを読み取ることで、匿名で家族とメッセージのやり取りをすることができ、高齢者の発見・保護につなげます。



衣服貼付の耐洗シール(アイロン使用)
(25mm×50mm)



所持品貼付の蓄光シール
(24mm×45mm)



(市HP記事ID:64273)

●認知症サポーター

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よう、認知症の方や家族を地域で温かく見守り、応援していただく「認知症サポーター」を養成しています。

市民向け講座の主催だけでなく、自治会、学校、団体、会社などへの講師派遣(無料)も行っています。



●その他 在宅の高齢者・家族への生活支援

- 配食サービス ●救急通報システム(住宅・火災通報システム)
- 日常生活用具給付サービス ●家族介護教室
- 紙おむつの給付 ●寝具乾燥サービス
- 住宅改造費の助成 ●福祉電話

問合せ 青梅市健康福祉部高齢者支援課

電話番号 0428-22-1111(代表)



認知症本人や家族のつどい

●認知症カフェ

認知症地域支援推進員を中心に、生活支援コーディネーターや認知症疾患医療センター等と連携して認知症カフェなどを普及し、認知症本人や家族が集う活動を推進します。

●認知症家族の会・青梅ネット

家族介護支援、つどい、認知症理解の促進、会報の発行などを行っています。

ボランティアセンター **社会福祉協議会** **電話番号** 0428-22-1233

権利擁護についての相談

●成年後見制度

認知症、知的障害、精神障害などの理由により判断能力が不十分となった方が、預貯金等の管理や契約で不利益を招かないように、法的に支援する制度です。

●地域福祉権利擁護事業

福祉サービスの利用や、日常的な金銭管理等に不安がある方の支援を実施しています。

問合せ **成年後見・権利擁護センターおうめ(社会福祉協議会)**
電話番号 0428-23-7868

悪質商法等について相談したい

●青梅市消費者相談室

相談日 月曜日から金曜日(土日、祝日、年末年始を除く)

時間 午前10時～12時、午後1時～4時 ※第2・第4火曜日は午後6時まで

相談方法 電話または面談(当日受付)

問合せ **市民安全課 消費者相談室**

通いの場・高齢者クラブ

●青梅市介護予防リーダーによる通いの場

高齢者が住み慣れた地域で、自立した生活を送るためには、介護予防のための健康づくりが必要です。市では、ボランティアとして介護予防活動を行う「介護予防リーダー」を養成しています。介護予防リーダーは、高齢者の通いの場を立ち上げ、各地域で仲間と集まって体操や脳トレ、談話など、楽しく活動しています。

各地域の通いの場の詳しい活動については、地域包括支援センターまでお問合せください。

問合せ **高齢者支援課 包括支援係**

通いの場・高齢者クラブ

●高齢者クラブ

老後の生活を健康で豊かに過ごすために、地域の高齢者が自主的に組織した団体です。

問合せ 高齢者支援課 いきいき高齢者係

●シルバー人材センター

地域に貢献したい、生きがいや健康のために働きたいという、おおむね60歳以上の高齢者が会員となり、市や家庭から仕事を引き受け、会員の希望・職能・経験等に応じて仕事をしていきます。

問合せ シルバー人材センター **電話番号** 0428-24-8171

●シルバーマイスター

65歳以上の方で、優れた技術、知識、経験等を有し、その技術等を継承する活動を希望する方を登録し、市民の学習活動等の講師や指導者として活動をしていただきます。

問合せ 高齢者支援課 いきいき高齢者係

●梅っこ体操

青梅市では、いつまでも元気に暮らしていくために、青梅市介護予防オリジナル体操を制作しました。「青梅市民の歌」に振り付けをし、個々の体力に合わせて基本編とゆったり編の2種類がありますので、年齢問わず楽しんでできる体操となっています。振り付けには、青梅の自然や産業を連想させる「梅の実を採るポーズ」や「機織りのポーズ」「木を切るポーズ」などが盛り込まれています。市役所でパンフレットの配布、CD、DVDの貸し出しを行っています。また、梅っこ体操の出前講座も受け付けています。

問合せ 高齢者支援課 包括支援係



◀梅っこ体操動画
(市HP記事ID:1555)

●一般介護予防事業

65歳以上の市民を対象に介護予防を目的とした教室や講演会の開催などを実施しています。お住まいの地域での出前講座も行います。各教室の詳細については広報おうめなどでお知らせします。

問合せ 高齢者支援課 包括支援係

■認知症予防 脳イキイキ教室

認知症予防の講話や脳を活性化させる体操等を行う全6回の教室です。

■健康寿命のび〜る教室

健康長寿をのばすための運動・口腔・栄養について学ぶ全10回の教室です。