

白河市

高齢者サポートブック

【第2版】



©しらかわん

白河市 高齢福祉課 高齢者支援係

☎ 0248-28-5519

目次

●「白河市高齢者サポートブックとは」 P2

●「高齢者福祉サービス一覧」 P3～

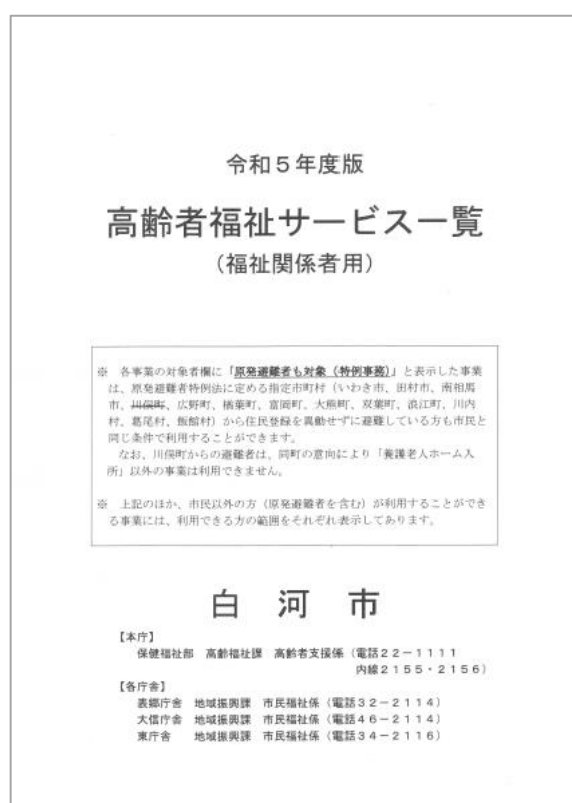
目次	・ ・ P 4
1. すべての高齢者への生活支援	・ ・ P 5 ～
2. 一人暮らしの高齢者等への生活支援と見守り	・ ・ P 1 6 ～
3. 介護認定を受けた方に対する市独自の支援	・ ・ P 2 2 ～
4. その他の事業	・ ・ P 2 6 ～

●「白河市認知症ケアパス（第9版）」 P37～

目次	・ ・ P 3 7
1. 白河市認知症ケアパス概念図	・ ・ P 3 8
2. 認知症とは	・ ・ P 3 9 ～ 4 0
3. 早期発見・早期治療	・ ・ P 4 1
4. 生活習慣病を予防し、脳の活性化を図りましょう	・ ・ P 4 2
5. 認知症サポーター養成講座を受講しませんか	・ ・ P 4 3
6. 新しい認知症観	・ ・ P 4 4 ・ 4 5
7. 認知症の方への接し方	・ ・ P 4 6
8. 認知症の容態と対応	・ ・ P 4 7
9. 白河市認知症ケアパス一覧表	・ ・ P 4 8 ・ 4 9
10. 相談窓口・ケアパス一覧の各種サービス	・ ・ P 5 0 ～ 6 0
11. 自分でできる気づき「認知症チェックシート」	・ ・ P 6 1 ・ 6 2

白河市高齢者サポートブックとは

「高齢者福祉サービス一覧」と「白河市認知症ケアパス」を1冊にまとめました。ちょっと大変になってきた方も、まだまだサービスは必要ないと思われる方も一度目を通していただき、いろいろなサービスや相談先があることを知っていただければ幸いです。



高齢者福祉サービスの内容・対象者・申請方法・利用方法・注意点が詳しく載っている冊子です



認知症により生活に様々な支障が出てくる中で、その進行状況に合わせて、本人や介護者がいつ、どこで、どのような医療・介護サービスを受ければよいかを標準的に示したもので、全国各市町村で作成されています。
「白河市認知症ケアパス」には認知症の症状や相談先、サービス等も載っています。

⚠ 令和7年4月1日時点の情報になります。記載されている内容が変更になっている場合もありますのでご了承ください。

高齢者福祉サービス 一覧

各事業の対象者欄に「原発避難者も対象（特例事務）」と表示した事業は、原発避難者特例法に定める指定市町村（いわき市、田村市、南相馬市、~~川俣町~~、広野町、楢葉町、富岡町、大熊町、双葉町、浪江町、川内村、葛尾村、飯館村）から住民登録を異動せずに避難している方も市民と同じ条件で利用することができます。

なお、川俣町からの避難者は、同町の意向により「養護老人ホーム入所」以外の事業は利用できません。

また、上記のほか、市民以外の方（原発避難者を含む）が利用することができる事業には、利用できる方の範囲をそれぞれ表示してあります。

目 次

1.すべての高齢者への生活支援

(1) はり、きゅう、マッサージ等施術費助成事業	5
(2) 高齢者にやさしい住まいづくり助成事業	6～
● 住宅改修	6・7
● エアコン設置整備費助成事業	7
● 火災警報器設置整備費助成事業	8
(3) 車いす同乗軽自動車貸出事業	8・9
(4) 車いす貸出事業	9
(5) 高齢者すまい・生活支援事業	10
(6) 高齢者いきいき応援事業（補聴器・外出支援器具）	10
(7) 高齢者サロン「あったかセンター」	11～13
(8) 居場所づくり事業	14
(9) らく楽健康体操	15

2.一人暮らしの高齢者等への生活支援と見守り

(1) あったかランチお届けサービス	16
(2) あったか訪問収集事業	17
(3) 寝具乾燥（ふんわかサービス）事業	18
(4) 高齢者あんしん見守り事業	19・20
(5) お元気コール	20
(6) あったかコールセンター	20
(7) 高齢者見守り生活支援事業（買い物支援）	21

3.介護認定を受けた方に対する市独自の支援

(1) 要介護高齢者介護激励金支給事業	22
(2) 要介護高齢者巡回理・美容券交付事業	23
(3) 在宅高齢者介護用品支給事業	24
(4) 在宅高齢者紙おむつ用ごみ袋支給事業	25

4.その他の事業

(1) 介護支援いきいき長寿ポイント事業	26・27
(2) 認知症高齢者等見守り QR コード事業	28
(3) 認知症高齢者保険加入事業	28
(4) 高齢者の見守り活動	29・30
(5) 地域包括支援センター	31
(6) 老人福祉センター	32
(7) 養護老人ホームの入所申し込み	33
(8) おもいやり駐車場利用制度（県事業）	34・35

1.すべての高齢者への生活支援

(1) はり、きゅう、マッサージ等施術費助成事業

○対象者

次のいずれかに該当する方

- (1) 70 歳以上の方で、4 月 1 日時点（年度の途中で 70 歳になった方は 70 歳になった時点）で、
要支援・要介護認定を受けていない方
- (2) 身体障がい者手帳 1 級又は 2 級の交付を受けている 65 歳以上の方

○事業内容

市の指定施術所で、あん摩、マッサージ、指圧、はり、きゅうの施術を受ける際に使用できる、助成券（1 回につき 1,000 円分）を年間 4 枚交付します。

※助成券の名称は、「白河市指定施術所利用券」です。

○申請方法

【必要書類等】

- ① 申請書 ※申請者（利用者本人又は家族）の署名が必要（印鑑不要）
- ② 免許証や保険証など、助成対象者であることが確認できるもの（提示のみ）
- ③ 70 歳未満で対象者（2）に該当する方は、交付を受けている手帳（提示のみ）

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課

○利用方法

- (1) 申請と同時に窓口で「助成券（4 枚）」の交付を受けます。
- (2) 市の指定施術所で施術を受ける際、指定施術所に助成券 1 枚を渡します。（正規料金との差額は現金で支払います）

○注意点等

- ・ 助成券の有効期間は、4 月 1 日から翌年 3 月 31 日までです。
- ・ 年度ごとに申請が必要です。
- ・ 助成券は、指定施術所以外では使用できません。
- ・ 保険給付の対象となる医師の発行する同意書により施術を受けるとき、又は受けることができるときは、助成券を使用できません。
- ・ 再交付はできません。（汚損や破損の場合の交換を除く）
- ・ 交付した助成券を申請者（利用者本人）以外の方（同じ世帯で対象要件を満たす方など）が使用することはできません。



(2) 高齢者にやさしい住まいづくり助成事業

○対象者

市民税非課税世帯に属する要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方

※別世帯でも同じ家屋又は同じ敷地に所在する家屋に居住する配偶者及び一親等内の親族（ただし、共同住宅や長屋の異なる住戸に居住するものを除く）は、同一世帯とみなします。

○事業内容

自宅内での転倒事故等を防止するための小規模な住宅改修を行う場合に、その費用の9割（上限15万円）を助成します。（対象となる改修は下表のとおり）

改修箇所	改修内容
玄関外	玄関ドアを引違い戸に取替え、外壁への手すりの取付け、コンクリートスロープの設置、滑りにくいタイルに取替え
玄関内	廊下への手すりの取付け、玄関ホール床を滑りにくいタイルに取替え、玄関への手すりの取付け、上り框に式台設置（固定式）、玄関土間を滑りにくい床材に取替え
階段	手すりの取付け、滑り止めカーペットの取付け、滑り止めのための表面加工
廊下	ドアを引き戸に取替え、手すりの取付け、床を滑りにくい床材に取替え、スロープの取付け（固定式）、敷居撤去
寝室	壁面への手すりの取付け、出入口のドアを引戸に取替え、畳の床をフローリング床に取替え、掃出し窓へのスロープ設置
トイレ	手すりの取付け、ドア吊元の取替え、把手を棒状把手に取替え、開口幅を確保するための建具の取替え、和式便座を洋式便座に取替え、床上げ、床下げ、滑りにくい床材に取替え
浴室	壁面への手すりの取付け、床上げ、滑りにくい床材に取替え、3枚引戸に取替え

○申請方法

【必要書類等】

- ① 申請書 ※申請者（利用者本人）の署名捺印が必要
- ② 助成金の振込みを希望する預貯金通帳の写し（ただし、⑧に該当する場合は不要）
- ③ 工事見積書
- ④ 改修前の施工箇所を示す写真（日付が記されたもの）
- ⑤ 住宅改修理由書 ※地域包括支援センターの介護支援専門員が作成
- ⑥ 申請者の属する世帯及び申請者と異なる世帯に属する者のうち申請者と同じ家屋又は同じ敷地に所在する他の家屋に居住する配偶者及び一親等内の親族（ただし、共同住宅や長屋の異なる住戸に居住する者を除く）が市民税非課税であることを証する書類
※R6.1.1以降に白河市に転入した方に限り必要
※前年中の所得金額の把握が困難な場合には、前々年中の所得金額がわかる書類
- ⑦ 住宅所有者の承諾書 ※申請者と住宅所有者が異なる場合に限り必要
- ⑧ 委任状 ※助成金の受取りを施工業者に委任する場合に限り必要

【申請先】 本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター



○利用方法

- (1) 市の窓口で利用可否等についての相談を行います。
- (2) 市から連絡を受けた地域包括支援センターの職員が、事前に電話で訪問日程を調整のうえ自宅を訪問・調査し、住宅改修理由書を作成します。
- (3) 書類一式を預かった地域包括支援センター職員が、市への申請を代行します。
- (4) その後、市から自宅に決定通知が郵送されます。
- (5) 決定通知が届いてから工事を開始します。
- (6) 工事完了後、市に完了届を提出します。
※完了届の様式や必要となる書類は決定通知に同封します。
- (7) 市職員が自宅を訪問し完了検査を行います。
- (8) 助成金が指定口座に振り込まれます。(委任払いの場合、助成金は市から業者の口座に振込まれます)

○注意点等

- ・ 着工前の申請が必要です。着工後の申請は受付できません。
- ・ この制度の助成を受けることができるのは、一世帯につき一回限りです。世帯主が変わった場合でも、助成を受け改修した住宅の再度の改修には利用できません。
- ・ 助成金の受取りを施工業者に委任すると、申請者が施工業者に直接支払う金額は工事費から助成金額を差し引いた額となるため、少ない手持ち金で改修を行うことができます。ただし、この場合、工事費総額の領収書は手元に残りません。

(2) 高齢者にやさしい住まいづくり助成事業 (エアコン設置整備費助成事業)

○対象者

市民税非課税世帯に属する65歳以上の方のみの世帯で、住宅にエアコンが未設置の世帯
※すでにエアコンが1台でも設置されている場合は対象外です。(1世帯1回限り)

○事業内容

エアコン設置費用の1/2(上限3万円)を助成します。

○注意点等

- ・ 事前申請が必要です。申請には施工前の写真を添付していただきます。
- ・ 申請方法等詳細については高齢福祉課までお問合せ下さい。
- ・ 申請書を提出していただく段階で、その世帯が該当世帯であるか否かの確認をし、(非課税世帯かどうか、すでにエアコンが設置されていないか等)設置後に完了届、領収書、施工後の写真を提出してもらい、確認後に振り込みとなります。



(2) 高齢者にやさしい住まいづくり助成事業

(火災警報器設置整備費助成事業)

○対象者

市民税非課税世帯に属する65歳以上の方のみの世帯（1世帯1回限り）

○事業内容

火災警報器設置費用を助成します。※3台までを上限に9千円を限度として助成。

○注意点等

- ・ 申請前にご相談ください。
- ・ 申請書に次の書類を添えて提出してください。
 - (1) 火災警報器の取り付け前の場所の写真
 - (2) 設置後の火災警報器の写真
 - (3) 火災警報器の購入、設置に要する費用の明細がわかる領収書
 - (4) 申請者が住宅の所有者でない場合は、住宅の所有者の承諾書

(3) 車いす同乗軽自動車貸出事業

○対象者

自力歩行が困難な高齢者や障がい者が外出する際に付き添う方

※東日本大震災による市外からの一時避難者を含む。（避難元市町村は問わず）

○事業内容

車いすに乗ったままで乗車できる軽自動車を貸出します。なお、利用には次の制限があります。

- (1) 利用目的：医療機関及び公的機関への外出、社会生活上必要な外出
- (2) 利用地域：①白河市内
 - ②福島県の区域内のうち西白河郡、東白川郡、岩瀬郡、須賀川市及び郡山市内
 - ③栃木県の区域内のうち那須塩原市、大田原市及び那須郡那須町内
- (3) 利用期間：1日（午前9時から午後5時まで）
- (4) 利用回数：週1回まで

※高速道路の利用はできません。

※上記(2)(3)(4)を超える利用が必要な場合は、状況に応じて利用を認めます。

○自己負担

- (1) 車両を返却の際、下表に基づき、使用した距離に応じてガソリンを給油していただきます。
- (2) 給油した領収書（レシート）及び運転日誌で給油したことを確認します。

【給油換算表】

使用した距離	給油量
15km未満	1ℓ
15km以上 30km未満	2ℓ
30km以上 45km未満	3ℓ
45km以上 60km未満	4ℓ
60km以上 75km未満	5ℓ

※以降、15km走行する毎に、給油量1ℓずつ増加



○申請方法

【必要書類等】

(1) 登録時

- ① 利用申請書 ※申請者（利用者本人又は家族）の署名が必要（印鑑不要（ただし(2)に必要））
- ② 誓約書 ※利用登録者（申請者）の署名捺印と、同意確認者（他の家族）の署名捺印が必要
- ③ 運転者の運転免許証の写し ※ボランティアが運転する場合は省略可。

(2) 利用時

- ① 利用申込書 ※利用登録者（申請者）の署名捺印が必要。

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課

【車両の受け渡し場所】

本庁、表郷庁舎、大信庁舎、東庁舎

○利用方法

- (1) 窓口で利用登録を行います。（一回のみ必要）
- (2) 市から自宅に利用登録決定通知が郵送されます。
- (3) 利用の都度、利用の7日前までに窓口で利用申込を行います。（緊急の場合は当日で可）
- (4) 利用日当日、本庁又は庁舎に車両を取りに行きます。
- (5) 利用後は、当日中に給油をしてから借用した場所に車両を返却します。
- (6) 給油したレシート及び運転日誌を市の窓口に提示し、給油した確認を受けます。

○注意点等

- ・ 車両の貸出期間中における事故等に係る損害は、利用者の責任において損害を賠償しなければなりません。ただし、市が加入する自動車損害保険の限度内において保険を使用する事ができます。

(4) 車いす貸出事業

○対象者

白河市内に住所を有する歩行が困難な方



○事業内容

高齢福祉課で所有している車いすを貸出します。利用期間：3日以内、1週間に1回までの利用。

○申請方法

【必要書類等】白河市車いす貸出申請書 【申請先】本庁高齢福祉課

○利用方法

- (1) 本庁高齢福祉課へ申請書を提出します。 ※利用料はかかりません。
- (2) 貸出日に高齢福祉課で車いすを受け取ります。
- (3) 利用後は本庁高齢福祉課へ返却します。

○注意点等

- ・ 貸出しできる車いすの台数に限りがありますので、希望の貸出日に他の利用者が利用・予約している場合は貸出しができません。
- ・ 車いすを譲渡、転貸する、営利目的に利用する等、貸出しの目的以外には使用できません。

(5) 高齢者すまい・生活支援事業

○対象者

市内に住所を有するおおむね65歳以上の高齢者等

※東日本大震災による市外からの一時避難者を含む。(避難元市町村は問わず)



○事業内容

高齢者の住まいの確保及び入居支援、生活に関する相談の窓口です。高齢福祉課にて受付いたしますので、まずは電話でお問合せください。

○自己負担

電話による相談や、支援に携わる機関・市が問題解決に向けて動く場合には自己負担はありません。その他の支援について料金が発生する場合にはその都度、本人に確認しながら支援を進めます。

(6) 高齢者いきいき応援事業（補聴器購入費助成事業）

○対象者

次のいずれにも該当する方

(1) 白河市に住民登録がある65歳以上の住民税非課税の方

(2) 聴覚障害による身体障がい者手帳を持っていない方

○事業内容

補聴器購入費に対して1/2（上限3万円）を助成

○申請方法 ※事前相談が必要です。

【必要書類等】 申請書等

【申請先】 本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課



(6) 高齢者いきいき応援事業（外出支援器具助成事業）

○対象者

次のいずれにも該当する方

(1) 白河市に住所を有する65歳以上の住民税非課税世帯の方

(2) 要支援・要介護認定を受けていない方

○事業内容

運動習慣がある、またはこれから運動を習慣にしたい高齢者、外出に不安のある高齢者に対し、杖（運動に使用するウォーキングポールを含む）やシルバーカーなどの外出支援器具の購入に係る費用の一部（外出支援器具購入費に対して1/2（上限5千円））を助成します。

○申請方法 ※事前相談が必要です。

【必要書類等】 申請書等

【申請先】 本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課



(7) 高齢者サロン「あったかセンター」

○対象者（原発避難者も対象（特例事務））

おおむね65歳以上の方

※原発避難者のほか東日本大震災による市外からの一時避難者を含む。（避難元市町村は問わず）

○事業内容

地域の集会所などにおいて、月1～2回、高齢の方が集まり楽しく過ごせる高齢者サロンを開催しています。高齢者サロンの運営は、地域のボランティアである「高齢者サポーター」が行います。

○費用の自己負担

利用料金はかかりません。ただし、茶菓子代の一部を自己負担（月200円や年1,000円等）としているサロンや、材料費がかかる場合に限り、その一部を自己負担としているサロンがあります。

○利用方法

利用申請等の手続きは一切不要です。サロンの開催日に直接会場に行って参加することができます。

※サロンに直接行くことが不安な場合は、本庁高齢福祉課に連絡いただければ、市からサロン代表者に参加希望日を伝達します。

< 高齢者サロン「あったかセンター」一覧 >

【白河地域】

	高齢者サロン名	会場	開催回数 開催日	開催時間
1	あったかセンター らいふパーク	新白河ライフパーク集会所	月1回 第1月曜日	午前10時～ 午前11時30分
2	あったかセンター 白寿園	白河市中心老人福祉センター (白寿園)	月2回 第1・3金曜日	午前10時～ 午前11時45分
3	あったかセンター マイタウン	本町集会所	月1回 第2木曜日	午前10時～ 午前11時30分
4	あったかセンター 新白河	高山コミュニティセンター	月1回 第2火曜日	午前10時～ 午前11時30分
5	あったかセンター いきいきサロン緑ヶ丘	緑ヶ丘集会所	月1回 第4金曜日	午前10時～ 午前11時30分
6	あったかセンター あったかサロン小田の里	小田川集会所	月1回 25日	午前9時30分～ 午前11時
7	あったかセンター あったかサロン昭和町	昭和町自治会館	月1回 第4金曜日	午前10時～ 午前11時30分
8	あったかセンター なかよしサロン北真舟	北真舟町内会館	月1回 第3火曜日	午後1時30分～ 午後3時
9	あったかセンター なごやかサロン大町	大町会館	月1回 第3水曜日	午後1時30分～ 午後3時
10	あったかセンター あったかサロン天神町	天神町会館	月1回 第1金曜日	午前10時～ 午前11時30分

	高齢者サロン名	会場	開催回数 開催日	開催時間
11	あったかセンター のんびりサロン女石	女石自治会館	月 1 回 第 4 火曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
12	あったかセンター 久田野	久田野集会所	月 1 回 第 2 火曜日	午後 1 時 30 分～ 午後 3 時 30 分
13	あったかセンター 白坂	泉岡集会所	月 1 回 第 1 月曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
14	あったかセンター いきいきサロン西三坂	西三坂集会所	月 1 回 第 3 水曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
15	あったかセンター 関辺	上ノ原集会所	月 1 回 第 4 木曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
16	あったかセンター さわやかサロン十文字	十文字集会所	月 1 回 第 2 水曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
17	あったかセンター 城東	田町集会所	月 1 回 第 2 水曜日	午後 1 時～ 午後 3 時
18	あったかセンター むかいでら	向寺集会所	月 1 回 第 2 金曜日	午後 1 時～ 午後 3 時
19	あったかセンター 南湖サロン	南湖集会所	月 1 回 第 1 水曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
20	あったかセンター 立教館	会津町集会所	月 1 回 第 3 木曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
21	あったかセンター 舟田サロン	舟田集会所	月 1 回 水曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
22	あったかセンター ひまわり板橋サロン	板橋集会所	月 1 回 第 2 火曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
23	あったかセンター 芳賀須内サロン芳寿の会	芳賀須内集会所	月 1 回 第 1 水曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
24	あったかセンター かたくり	関の森公園都市農村交流センター ※会場が異なる場合があります。	月 1 回 第 2 月曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
25	あったかセンター みさか	みさかコミュニティセンター	月 1 回 第 3 木曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
26	あったかセンター 搦目山	搦目山集会所	月 1 回 第 1 木曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
27	あったかセンター なかよしサロン真舟	真舟集会所	月 1 回 第 4 金曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
28	あったかセンター 月見坂サロン	馬町・蛇石栄町自治会館	月 1 回 第 1 金曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分

【表郷地域】

	高齢者サロン名	会場	開催回数 開催日	開催時間
29	あったかセンター ドリーム あったかサロン童里夢	深渡戸集会所	月 1 回 第 3 水曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
30	あったかセンター なかよしサロン内松	内松集会所	月 1 回 第 1 水曜日	午前 9 時 30 分～ 午前 12 時
31	あったかセンター あったかサロン三森月桜	三森公民館	月 1 回 第 3 水曜日	午後 1 時 30 分～ 午後 3 時
32	あったかセンター サロンでホット上願	上願ふれあいセンター	月 1 回 第 1 水曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
33	あったかセンター 中寺いってみっか	中寺集会所	月 1 回 第 3 木曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分

【大信地域】

	高齢者サロン名	会場	開催回数 開催日	開催時間
34	あったかセンター 中新城	中新城構造改善センター	月 1 回 第 2 水曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
35	あったかセンター はなみずき	田園町府コミュニティセンター (田園町府ハウス 2 1)	月 1 回 第 3 月曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
36	あったかセンター にこにこサロン堂山	堂山集会所	月 1 回 第 2 火曜	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分

【東地域】

	高齢者サロン名	会場	開催回数 開催日	開催時間
37	あったかセンター ひだまり	坂本集会所	月 2 回 月曜日・木曜日	午前 10 時～ 午前 11 時 30 分
38	あったかセンター いきいきサロンきずな	北町営農計画センター (北町公民館)	月 1 回 第 2 木曜日	午前 10 時～ 午前 12 時
39	あったかセンター 岩井戸	岩井戸公民館	月 1 回 第 3 火曜日	午後 1 時 30 分～ 午後 3 時
40	あったかセンター いきいきサロン深仁井田	深仁井田転作促進技術 研修センター	月 1 回 第 1 火曜日	午前 10 時～ 午前 12 時

※開催日や回数は月によって変更する場合があります。

(8) 居場所づくり事業

○対象者 (原発避難者も対象 (特例事務))

おおむね 65 歳以上の方

○事業内容

高齢者の方が、いつでも自由に集まり、お茶を飲んだりおしゃべりをしたりしながら、ゆっくりと時間を過ごすことができる場所です。

○利用料

無料 (ただし、お茶代等がかかる場合があります)

○利用方法

利用申請等の手続きは一切不要です。直接、開催会場に行って参加することができます。

< 居場所づくり事業一覧 >

♣ みんなの茶の間

開催日時：月曜～土曜 午前 10 時～午後 4 時

場 所：マイタウン白河内 (本町 2)

問い合わせ先：NPO 法人 しらかわ市民活動支援会 電話：23-8909

♣ くつろぎルーム

開催日時：月曜～土曜 午前 10 時～午後 4 時

場 所：表郷ボランティアネットワーク 1 階 (表郷金山字越掘 151-1)

問い合わせ先：NPO 法人 表郷ボランティアネットワーク 電話：29-8010

♣ ギャラリーカフェ 楽々 (らら)

開催日時：月・木・金・土・日曜 午前 10 時～午後 4 時

場 所：白河市東文化センター エントランスホール (東釜子字狐内 47)

実施主体：ボランティア団体「ひがし世話やく会」

問い合わせ先：白河市社会福祉協議会東事務所 電話：34-1081

白河市東庁舎地域振興課 電話：34-2116

♣ 田舎の小さな居場所「ことら」

開催日時：水・木・金・土・日曜 午前 9 時～午後 3 時

場 所：農業加工物店「ことら」内 (双石日向 1)

問い合わせ先：双石居場所づくり協議会 電話：22-3434

市高齢福祉課高齢者支援係 電話：28-5519 (係直通)

♣ gather (ギャザー)

開催日時：月～土曜 午前 10 時～午後 4 時

場 所：大和田池ノ次 46

問い合わせ先：市高齢福祉課高齢者支援係 電話：28-5519 (係直通)

(9) 白河市らく楽健康体操

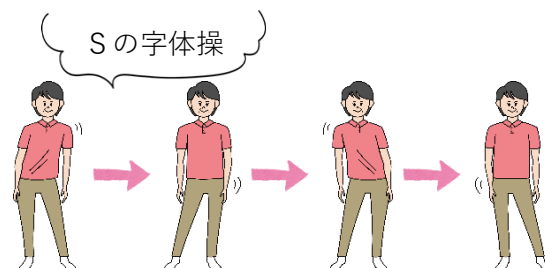
○対象者

おおむね65歳以上の方

○事業内容

市では令和元年度に、高齢の方の個々の体力向上と脳の活性化の効果が期待できる「白河市らく楽健康体操」を作成しました。老化を遅くすることや、脳と身体の機能を維持するということだけではなく、“高齢期にこそ伸びる能力を伸ばす”ということを目的とした体操です。

1週間に1回30分以上の体操を集まって行う「らく楽健康体操クラブ」では、DVDを見ながら体操にとりくみ、定期的（初回、2回目、3か月後、その後6か月ごと）に理学療法士による体力測定や助言を受けることができます。

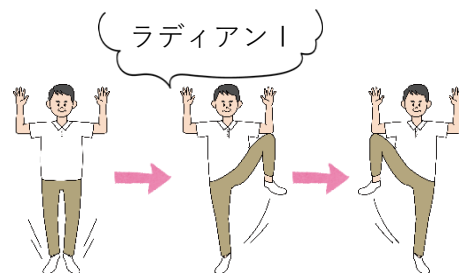


○費用の自己負担

- ・ 利用料金はかかりません。理学療法士の費用は市が負担します。
- ・ 飲み物や茶菓子などが必要な団体は、各自ご用意ください。

○その他

- ・ 体操DVDは無償で配布します。
- ・ DVDプレーヤー、プロジェクター、モニター、スクリーン、血圧計を貸し出しします。
- ・ 「白河市健康ポイント事業」のポイント対象事業です。
- ・ 既存のクラブへの参加や見学、新規クラブ開設をご希望の方は高齢福祉課にお問い合わせください。



<らく楽健康体操クラブ一覧>

No	実施団体	活動場所	実施曜日	実施時間
1	北真舟 らく楽健康体操クラブ	北真舟集会所 (北真舟14)	毎週(金)	午後2時～
2	第一区自治会 らく楽健康体操クラブ	第一区集会所 (北登り町12-3)	毎週(月)	午前10時～
3	南湖 らく楽健康体操クラブ	南湖集会所 (池下69-3)	毎週(火)	午前10時～
4	月見坂 らく楽健康体操クラブ	馬町・蛇石栄町自治会館 (蛇石77-1)	第2・4(金)	午前10時～
5	本町町内会 らく楽健康体操クラブ	本町集会所 (本町67-4)	第1・3(木)	午前10時～
6	会津町 らく楽健康体操クラブ	会津町集会所 (会津町36-34)	10日・20日・30日	午後1時30分～
7	あったかセンター搦目山 らく楽健康体操クラブ	搦目山集会所 (大搦目山43-269)	毎週(金)	午前10時～

※開催曜日や実施時間は月によって変更する場合があります。

2. 一人暮らしの高齢者等への生活支援と見守り



(1) あったかランチお届けサービス

○対象者（原発避難者も対象（特例事務））

老衰、身体の障害、疾病等の理由により食事の調理が困難な方（世帯）で、次のいずれかに該当する方（世帯）

（１）６５歳以上の一人暮らしの方

（２）６５歳以上の方のみの世帯

※６５歳以上の方で上記（１）（２）にあてはまらない方が利用したい場合はご相談ください。

○事業内容

市の指定配食業者が、週３回を限度に昼食時に弁当を配達し、安否確認を行います。

○費用の自己負担

１食 ３５０円

○申請方法

【必要書類等】

申請書 ※申請者（利用者本人）の署名と、緊急連絡先の記入が必要

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター

○利用方法

（１）申請後、市から自宅に決定通知（配食業者名、配食開始日、配食曜日を明記）が郵送されます。

（２）市の指定配食業者が、決まった曜日の昼食時に自宅に弁当を配達します。

※初回の配達時に業者から利用券（３５０円×１０枚綴り＝３，５００円）を購入します。

※弁当が配達される都度、業者に利用券１枚を渡します。

※利用券が無くなったら、業者から利用券（１０枚綴り）を購入します。

○注意点等

- ・ このサービスは、指定配食業者以外では受けることができません。
- ・ 同一世帯であっても複数の方が利用する場合には、それぞれ申請が必要です。
- ・ 弁当の配達を休止（１回のみ休止を含む）する場合は、業者に直接連絡する必要があります。
- ・ 利用券の再発行及び払戻しは原則として行いません。

<指定配食業者>

店名	住所・電話番号	配達可能地区
マイルド	道場町 25 電話：22－9293	白河地域（一部配達できない地区があります）
まごころ弁当	道場小路 80-3 利カサビル 1-C 電話：21－0270	白河地域、表郷地域
聖・虹の郷	大信増見字八幡山 55－3 電話：54－5550	大信地域
セブンイレブン大信増見店	大信増見字下ノ田 59－1 電話：46－2871	
MD とみやま	本町北裏 30 電話：23－2752	東地域

(2) あったか訪問収集事業

○対象者

自力でゴミを所定のゴミ収集所まで搬出することが困難な方で身近な人の協力が得られない方のうち、次のいずれかに該当する方

- (1) 介護保険法に規定する第1号被保険者（65歳以上）で一人暮らしの方
- (2) 介護保険法に規定する第2号被保険者（40歳以上65歳未満）で一人暮らしの方のうち特に支援を要する状態にある方
- (3) 同居者がいる場合でも、同居者が高齢者、虚弱者、年少者等でありゴミ出しが困難な世帯に属する(1)または(2)に該当する方

○事業内容

市の委託業者（協業組合白河地方リサイクルセンター）が週に1回自宅を訪問し、ゴミを回収するとともに安否確認を行います。

回収曜日は地域により決まっています。（一般のごみ収集日とは異なります）

曜日	回収地域
月曜日	白河地域の一部（市街地の一部、白坂、旗宿）
火曜日	表郷地域、東地域
水曜日	白河地域の一部（市街地の一部）
木曜日	大信地域、白河地域の一部（市街地の一部、小田川、大沼）
金曜日	白河地域の一部（市街地の一部、五箇、関辺）

○申請方法

【必要書類等】

申請書 ※申請者（利用者本人、親族、包括又は民生委員）の署名と、緊急連絡先の記入が必要。

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター

○利用方法

- (1) 申請後、市から自宅に回収曜日が記載された決定通知が郵送されます。
- (2) 回収曜日の朝、自宅玄関等指定の場所にゴミを出しておきます。
※ゴミの分別方法や使用するゴミ袋は、一般の場合と同じです。
- (3) 市の委託業者がゴミを回収に来るまで在宅し、委託業者の安否確認に答えます。

○注意点等

- ・ 訪問収集を休止（1回のみの休止を含む）する場合やゴミだけ出して不在にする場合は、前日までに本庁高齢福祉課に連絡する必要があります。
- ・ 安否確認が取れなかった場合は、各機関連携しての対応となります。



(3) 寝具乾燥（ふんわかサービス）事業

○対象者

次のいずれかに該当する方

- (1) 65歳以上の一人暮らしの方等で、自力で布団を干すことが困難な方
- (2) 要介護3・4・5の認定を受けた65歳以上の方で、寝たきりの方

○事業内容

市の委託業者（㈱玉川繊維工業所）が自宅を訪問し、寝具類を預かり、丸洗い・乾燥して自宅に届けます。

1回に利用できる寝具は合計3枚以内で、掛布団・敷布団・毛布（丹前・かいまきを含む）から各1点の、年3回まで利用できます。

○費用の自己負担

費用の1割が自己負担となります。

令和7年度の寝具1枚当たりの自己負担額は、下表のとおりです。

種類	自己負担額（1割の額）
掛布団	300円
敷布団	300円
一重毛布	150円
二重毛布	200円
羊毛布団	350円
羽毛布団	390円
丹前	220円
特殊マット	640円



○申請方法

【必要書類等】

- ① 申請書
- ② 利用者状況調書 ※緊急連絡先の記入が必要

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター

○利用方法

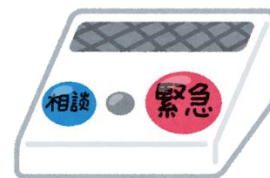
- (1) 申請後、市から自宅に決定通知と年間予定表（回収日と返却日を明記）が郵送されます。
※回収日は、奇数月で年間6回の実施となります。
※返却日は、回収した1週間後です。（祝日の場合は翌日）
- (2) 利用を希望する場合は、回収日の前の週までに本庁高齢福祉課に電話で連絡します。
- (3) 市の委託業者が自宅を訪問し寝具類を回収します。その際、業者に自己負担額を支払います。
- (4) 丸洗い乾燥後の寝具類が自宅に返却されます。

(4) 高齢者あんしん見守り事業

○対象者（原発避難者も対象（特例事務））

次のいずれかに該当する方

- (1) 65歳以上の一人暮らしの方
- (2) 寝たきり又は認知症の高齢者を抱える65歳以上の方のみの世帯
- (3) 所得税非課税世帯の一人暮らし重度身体障がい者の方等（年齢不問）
- (4) その他疾病、身体障がい、精神障がい等によりシステムを必要とする方（年齢不問）



○事業内容

急病や事故等の緊急時に通報できる緊急通報装置（ご家庭の固定電話に取り付ける装置とペンダント型の発信機、人感センサー）を貸与します。

※携帯電話でのご利用も可能です。ただし、人感センサーの取付けはありません。

○費用の自己負担

(1) 設置費用

次のような場合には、実費負担があります。（実費負担額は、個々の状態により異なります）

- ・ NTT以外の通信業者を利用している場合
- ・ 室内の壁や柱に電話回線の接続端子がない場合
- ・ 電話回線のコードを延長する場合 など

(2) 月額利用料（1割負担）

○申請方法

【必要書類等】

- ① 申請書
- ② 協力員同意書（近隣の方3名分） ※協力員を3名確保できない場合も利用可。

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター

○利用方法

(1) 申請から取り付けまで

- ① 申請後、市から自宅に決定通知が郵送されます。
- ② 市の委託業者アイネット㈱が自宅を訪問し、電話回線や間取り等の確認を行い、緊急通報装置を取り付けます。
※設置費用が自己負担となる場合は、業者から説明があります。
※申請から取り付け完了まで1～2週間を要します。

(2) 取り付け後

- ① 毎週1回、業者から自宅に安否確認の電話があります。
- ② 月額利用料は登録口座からの引き落としになります。
- ③ 緊急時にボタンを押すと、市の委託業者から確認の連絡（誤報の確認も含め）が入ります。
また、状況に応じて救急車の出動を要請するとともに、委託業者が自宅に駆けつけます。

※次ページに注意点等が載っていますのでご確認ください。

○注意点等

- ・ ペンダント型の発信機は、電波の届く範囲に限界があります。自宅を離れると使用できません。
- ・ 市は、システム利用者の情報を白河消防署に届け出ます。
- ・ 緊急時には、協力員や警察署員等が自宅に立ち入ります。なお、その時に住宅に破損が生じても立ち入った人は修理責任を問われません。
- ・ この装置は貸与するものです。紛失の場合は、自己負担で弁償することになります。

(5) お元気コール

○対象者

- (1) 70歳以上の一人暮らしの方
- (2) 70歳以上の方のみの世帯

○事業内容

高齢者相談員が定期的に自宅に電話をかけて安否確認を行います。

○申請方法

【必要書類等】

①申請書

※申請者（利用者本人、親族又は包括）の署名（印鑑不要）と、緊急連絡先の記入が必要

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課

○利用方法

申請後、高齢者相談員からの電話を開始します。（決定通知等はありません。）

- ・ 電話をする時間帯：午前9時から午後4時まで
- ・ 電話の頻度：月1～2回（令和6年4月現在）

(6) あったかコールセンター

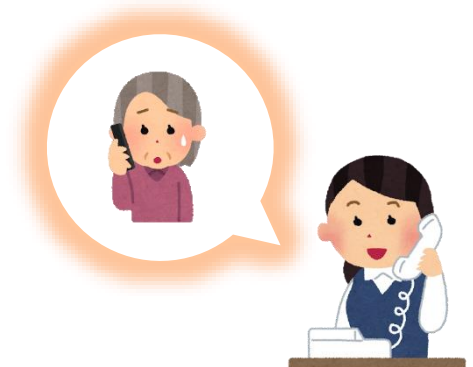
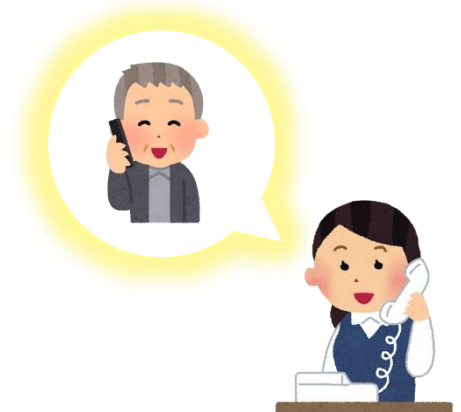
○対象者

- (1) 高齢者等

○事業内容

高齢者相談員が高齢者等からの電話（相談やサービス等に関すること等）に対応いたします。

- ・ 相談員が電話に出られる曜日：毎週月・水・金曜日
- ・ 〃 時間：午前10時～午後3時
- ・ コールセンターの電話番号：0248-24-5150



(7) 高齢者見守り生活支援事業

(買い物支援：すまいる号・ちりんこ号)

○対象者

おおむね65歳以上の高齢者等

○目的・事業内容

【地域連携・見守り・買い物支援・高齢者相談】

日常の楽しみを提供することによる健康寿命の延伸と、高齢者が住みなれた地域で安心して暮らせる環境づくりのため、移動販売車「すまいる号」、「ちりんこ号」を導入し、高齢者世帯の見守りと買い物支援をします。高齢者サロンへも伺います。

○利用方法

利用申請等の手続きは不要ですが、個別に訪問をする場合は高齢福祉課までお問い合わせください。

<委託先>

	委託先	稼働日と対象地域
すまいる号	NPO法人 表郷ボランティアネットワーク 電話：29-8010	【表郷・大信・東・旗宿・関辺の一部】 地域巡回と個別訪問
ちりんこ号	NPO法人 ちりんこ白河 電話：21-6136	【旧市内と高齢者サロン】 地域巡回と個別訪問



3. 介護認定を受けた方に対する市独自の支援

※介護保険サービスについては P 5 5 をご覧ください。

(1) 要介護高齢者介護激励金支給事業

○対象者

前年 1 0 月 1 日から当年 9 月 3 0 日までの 1 年間に、要介護 3・4・5 の認定を受けた 6 5 歳以上の高齢者を在宅で 1 8 0 日以上介護した方

※入院期間、施設入所期間、ショートステイ利用期間、お泊りデイ利用期間は、在宅期間には含みません。

※上記「在宅介護日数 1 8 0 日」の期間は、要介護高齢者と介護者がともに市内に住所を有することが条件となります。(別居も可)

○事業内容

介護激励金は年に 1 度 1 2 月に支給します。

【令和 4 年度以降の支給額】一律 3 万円を支給

要介護状態区分	介護激励金の額
要介護 3・4・5	年額 30,000 円



○申請方法

【必要書類等】

(1) 申請書

※申請者（介護者本人）の署名捺印が必要。

※前年度の受給者には、9 月末に申請書を自宅に郵送。

(2) 激励金の振込みを希望する預貯金通帳の写し

※振込口座は、原則介護者本人名義になります。

※介護者以外の口座に振込む場合は、委任状が必要です。

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、担当の介護支援専門員

○注意点等

- ・ 毎年申請が必要です。(申請期間は 1 0 月 1 日から 1 0 月 3 1 日まで)
- ・ 申請期間以外の受付はいたしません。
- ・ 申請書が提出されない場合は、激励金は支給されません。
- ・ 介護者が受給要件を満たした後に市外へ転出した場合や要介護高齢者が死亡した場合は、当該年度に限り激励金の支給を受けることができます。

(2) 要介護高齢者巡回理・美容券交付事業

○対象者

要介護4・5の認定を受けた65歳以上の方で、在宅の方

○事業内容

家庭で理・美容師に散髪してもらう際に利用できる助成券（1回につき2,500円分）を、年間5枚交付します。

※助成券の名称は、「要介護高齢者巡回理・美容券」です。

※この助成券は、次の理・美容店に限り使用できます。（使用可能店の一覧は決定通知に同封します）

- ① 福島県理容生活衛生同業組合 白河支部の加盟店
- ② 同 矢吹支部の加盟店の内、白河市に所在する店
- ③ 福島県美容業生活衛生同業組合 白河支部の加盟店
- ④ 同 矢吹支部の加盟店の内、白河市に所在する店
- ⑤ 市が委託した市内の理・美容事業者

※①～⑤に加盟していない店での利用を希望する場合は、高齢福祉課高齢者支援係までお問い合わせください。

○申請方法

【必要書類等】

①申請書

※申請者（利用者本人、介護者又は介護支援専門員）の署名捺印が必要

②介護保険被保険者証等、介護保険被保険者番号がわかるものの写し

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター

○利用方法

- (1) 申請後、市から自宅に決定通知、助成券、使用可能店一覧表が郵送されます。
- (2) 使用可能店一覧表にある理・美容店に連絡し、出張による散髪を依頼します。
- (3) 散髪後、理・美容師に助成券1枚を渡します。（正規料金との差額は、現金で支払います。）

○注意点等

- ・ この助成券は、使用可能店以外では使用できません。
- ・ 助成券の有効期間は、4月1日から翌年2月末日までです。（3月は使用できません）
- ・ 年度ごとに申請が必要です。
- ・ 再交付はできません。（汚損や破損の場合の交換を除く）
- ・ 入院、施設入所期間は助成券を使用することはできません。
- ・ 年度途中で、介護の区分変更等により、対象でなくなった場合は利用できません。



(3) 在宅高齢者介護用品支給事業

○対象者（原発避難者も対象（特例事務））

市民税非課税世帯に属する要介護4・5の認定を受けた65歳以上の高齢者を在宅で介護している家族の方

○事業内容

市の登録店で介護用品と引き換えできる支給券（月1回5,000円限度）を月数分交付します。

※支給券の名称は、「在宅高齢者介護用品支給サービス券」です。

※引き換えできる介護用品は、次の5品目です。

- ①紙おむつ ②尿取りパッド ③使い捨て手袋 ④清拭剤 ⑤ドライシャンプー

○申請方法

【必要書類等】

①申請書

※申請者（介護者本人）の署名捺印と、要介護高齢者の署名が必要。

②要介護高齢者が属する世帯全員の市民税の課税額を証明する書類

※R6.1.1以降に白河市に転入した方に限り必要。

※6月までの申請：前年度の市民税の課税状況がわかるもの。

7月以降の申請：当該年度の市民税の課税状況がわかるもの

※介護者と要介護高齢者が異なる世帯の場合、介護者世帯の証明書類は不要。

【申請先】

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター



○利用方法

(1) 申請後、市から自宅に決定通知、サービス券、登録店一覧表が郵送されます。

※サービス券の交付は、6月末日以前及び7月1日以降の2期に分けて行います。

【6月までに申請の場合】

- ・ 申請後、6月分までのサービス券が郵送されます。
- ・ 7月に市が新年度の課税状況を確認します。引き続き市民税が非課税の場合には7月分から翌年3月分までのサービス券が郵送されます。（申請者の手続きは不要です。）

【7月以降に申請の場合】

- ・ 申請後、申請月分から翌年3月分までのサービス券が郵送されます。

(2) 市の登録店で介護用品を購入する際、レジ係に当月分の支給券を渡します。（購入金額との差額は、現金で支払います。）

※購入金額が5,000円未満の場合、おつりは出ません。

○注意点等

- ・ 登録店以外では、使用できません。
- ・ 支給券には、1枚ごとに有効期間（使用できる月）が記載されています。有効期間外の支給券は使用できません。
- ・ 年度ごとに申請が必要です。申請が遅れた場合、申請前の期間に係る支給券は交付されません。
- ・ 再交付はできません。（汚損や破損の場合の交換を除く）
- ・ 入院、施設入所期間は支給券を使用することはできません。
- ・ 年度途中で、介護の区分変更等により、対象でなくなった場合は利用できません。

(4) 在宅高齢者紙おむつ用ごみ袋支給事業

○対象者

在宅高齢者介護用品支給事業の利用の決定を受けた方

○事業内容

市の登録店で燃えるごみの指定袋（小袋30ℓ）と引き換えできる支給券を交付します。

※支給券の名称は、「在宅高齢者紙おむつ用ごみ袋支給券」です。

※支給券は、1枚あたり2か月分で燃えるごみの指定袋（小袋30ℓ）20枚と引換えできます。

○申請方法

申し込みの必要はありません。

○利用方法

(1) 在宅高齢者介護用品支給事業申請後、市から自宅に支給券、登録店一覧表が郵送されます。

- ・ 支給券1枚あたり2か月分でごみ袋20枚と引換えできる券を交付します。
- ・ 支給券の交付は、在宅高齢者介護用品支給事業と同様に6月末日以前及び7月1日以降の2期に分けて行います。
- ・ 支給券は、在宅高齢者介護用品支給事業の支給券と同封して送ります。

(2) 市の登録店でごみ袋と引き換える際、レジ係に有効期間内の支給券を渡します。

※現金との引き換えはできません。

○注意点等

- ・ 登録店以外では、使用できません。
- ・ 支給券には、1枚ごとに有効期間（使用できる月）が記載されています。有効期間外の支給券は、使用できません。
- ・ 再交付はできません。（汚損や破損の場合の交換を除く）



4. その他の事業

(1) 介護支援いきいき長寿ポイント事業



○対象者（原発避難者も対象（特例事務））

市内に住所を有する65歳以上の方（白河市の介護保険第1号被保険者）

○事業内容

- ・ 事業に参加登録した高齢者が、介護施設や訪問介護事業、高齢者サロン等で、利用者の話し相手や、行事などの手伝い、サロンの運営活動といった介護支援活動を行った場合にポイントが付与され、そのポイントを換金できます。
- ・ 活動1時間につき1個スタンプがもらえます。（1日最大2個まで）
- ・ このスタンプを貯めて次年度に申請すると年間最大5,000円の交付金を口座に振り込みます。

(1) 介護支援活動とは

- ① 白河市が指定した介護サービス事業者等（受入機関）の施設・事業所で行う活動、又は受入機関が指定する要介護高齢者等の自宅で行う活動
- ② 市が地域支援事業として行う活動

(2) 活動内容

- ① 受入機関の施設・事業所で行う活動、又は要介護高齢者等の自宅で行う活動

施設または事業所で行う活動	要介護高齢者等の自宅で行う活動
・ レクリエーション等の指導 ・ お茶出し、食堂内の配膳や下膳などの補助 ・ 喫茶などの運営補助 ・ 散歩、外出、館内移動の補助 ・ 行事などの手伝い ・ 話し相手 ・ その他施設職員と共に行う軽微かつ補助的な活動 ・ その他軽微な支援 (例：草刈り、シーツ交換など)	・ お茶出しや配膳・下膳などの補助 ・ 話し相手 ・ その他ホームヘルパーと共に行う軽微かつ補助的な活動 (例：室内外の片付け、シーツ交換など) ・ その他軽微な支援

- ②市が地域支援事業として行うボランティア活動

- ・ 高齢者サロン事業において、高齢者サポーターとして行う活動（高齢者サロンの運営等）
- ・ 認知症高齢者等見守り事業において、あんしんメイトとして行う活動（あったかカフェの運営補助等） など

(3) 活動スタンプ、評価ポイント、評価ポイント交換交付金

- ・ 介護支援活動 1 時間につき、1 個のスタンプがもらえます。受入機関が活動の都度スタンプを押します（1 日 2 個まで）。
- ・ 参加登録者からの申請により、前年度の活動スタンプ数に応じた評価ポイントが付与されます。（年間最大 5, 0 0 0 ポイント）。この申請は、活動を行った次年度に管理機関で行います。
- ・ 参加登録者からの申請により、付与された評価ポイント数に応じた評価ポイント転換交付金を交付します（年間最大 5, 0 0 0 円）。この申請は、活動を行った次年度に管理機関で行います。

前年度の活動スタンプ数	評価ポイント	評価ポイント交換交付金
1 0 ～ 1 9 個	1, 0 0 0 ポイント	1, 0 0 0 円
2 0 ～ 2 9 個	2, 0 0 0 ポイント	2, 0 0 0 円
3 0 ～ 3 9 個	3, 0 0 0 ポイント	3, 0 0 0 円
4 0 ～ 4 9 個	4, 0 0 0 ポイント	4, 0 0 0 円
5 0 個以上	5, 0 0 0 ポイント	5, 0 0 0 円

(4) 評価ポイント交換交付金の振込み

評価ポイント交換交付金の交付方法は、口座振込（参加登録者本人名義に限る）のみです。

○注意点

以下の場合、評価ポイント転換交付金の交付を受ける事ができません。

- ・ 参加登録者の介護保険料に未納や滞納がある場合
- ・ 参加登録者が市の介護保険第 1 号被保険者の資格を喪失した場合
（例）市外へ転出した場合など。
- ・ 評価ポイントを付与した年度内に評価ポイント転換交付金の交付について申請がない場合

○参加登録先

管理機関・お問合せ：白河市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係

電話：2 2 - 1 1 5 9

住所：白河市北中川原 3 1 3

(2) 認知症高齢者等見守り QR コード事業

○対象者

市内に住所を有する65歳以上の認知症高齢者等で行方不明のおそれがある方

○事業内容

- ・ 早期に身元が確認できる QR コードシールを交付します。
- ・ 普段身に着けている衣服や靴などに QR コードが印刷されたシールを貼り付けておくことにより、万が一の時に QR コードを読み取ることで早期に身元確認ができ、保護に繋がります。

○申請方法

【必要書類等】 申請書、写真等

【申請先】 本庁高齢福祉課

各庁舎地域振興課



(3) 認知症高齢者保険加入事業

○対象者

在宅の認知症高齢者等

○事業内容

- ・ 外出中などに誤って損害を与え、法律上の損害賠償を負った場合に備えた個人賠償責任保険です。
- ・ 上限額を1億円とし保険金の掛金は市が全額負担します。

○申請方法

【必要書類等】 申請書 【申請先】 本庁高齢福祉課

○注意点

- ・ 保険期間は、毎年11月1日より1年間で、1年度毎の更新となります。
- ・ 加入には要件がありますので、ご希望の際には高齢福祉課にご相談ください。



(4) 高齢者の見守り活動

白河市と協力企業・団体が業務上の連携を図り、積極的に高齢者への見守り活動を行っています。

○対象者

地域において特に支援を要する方々。具体的には一人暮らしの高齢者及び障がい者、高齢者や障がい者のみの世帯の方です。

○活動の流れ

(1) 日常業務中に何らかの異変を発見

例えば、郵便物や新聞がたまっている、玄関が開いているのに返事がない（出かける時は、いつも鍵をかける人なのに…）、ふらついている・言葉が出ないなどいつもと明らかに様子が違う、本人や隣人から日常生活に困っているなどの話を聞いたなど。

(2) 異変があったことを市に連絡

緊急の場合は、必要に応じて消防や警察に連絡します。

(3) 安否確認や必要な支援を提供

地域包括支援センターなどの関係機関と連携し、速やかに安否確認やサービスの提供など、必要な対応を行います。また、状況に応じて市で把握している親族に連絡を取るなど、適切な対応を行います。

<高齢者の見守り活動に関する協定締結企業・団体一覧>

	区分	名称	所在地
1	郵便局	日本郵便株式会社白河郵便局	白河市天神町 78-1
2	郵便局	日本郵便株式会社表郷郵便局	白河市表郷番沢字上願 143
3	郵便局	日本郵便株式会社大信郵便局	白河市大信町屋字中田 1-2
4	郵便局	日本郵便株式会社釜ノ子郵便局	白河市東釜子字本町 49-1
5	新聞店	有限会社鈴木新聞店	白河市表郷金山字藤川原 10
6	新聞店	有限会社庄司新聞店	白河市八幡小路 2
7	新聞店	毎日民報白河東販売センター	白河市旭町一丁目 167
8	新聞店	毎日民報白河西郷販売センター	白河市道場小路 91-9
9	新聞店	中島新聞店	白河市大工町 24
10	新聞店	読売民友新白河センター	西郷村字石塚南 51
11	新聞店	有限会社渡辺新聞店	矢吹町曙町 374

	区分	名称	所在地
12	荷物宅配	ヤマト運輸株式会社郡山主管支店	郡山市日和田町高倉字古川 4-8
13	荷物宅配	佐川急便株式会社南東北支店	仙台市宮城野区扇町 7 丁目 5-3
14	生活協同組合	みやぎ生活協同組合 (旧：福島県南生活協同組合)	仙台市泉区八乙女四丁目 2-2
15	ヤクルト販売	郡山ヤクルト販売株式会社	郡山市安積二丁目 200
16	ライフライン	東北電力ネットワーク株式会社 白河電力センター	白河市中田 29-1
17	ライフライン	福島県 L P ガス協会白河支部	白河市会津町 93-21
18	ライフライン	東北ガス株式会社	西郷村大字小田倉字向原 50
19	理美容組合	福島県理容生活衛生同業組合白河支部	白河市田町 124-2
20	理美容組合	福島県美容業生活衛生同業組合白河支部	白河市本町 34-2
21	コンビニ エンスストア	株式会社セブン-イレブン・ジャパン	東京都千代田区二番町 8-8
22	保険会社	第一生命保険株式会社福島支社 白河営業オフィス	白河市郭内 58
23	保険会社	三井住友海上火災保険株式会社	東京都千代田区神田駿河台 3 丁目 9
24	冠婚葬祭	アルファクラブ株式会社	郡山市鶴見坦二丁目 4-5

※上記以外に、白河市水道部（ライフライン）においても見守り活動を実施し連携を図っています。



《リコール製品の情報提供を通した高齢者等の見守り支援》

高齢者世帯等を対象に、高齢者向けの市の情報とともにリコール製品の情報を宅急便で高齢者に手渡しすることで、高齢者等の安否確認を行っています。

＜リコール製品の情報提供を通した高齢者等の見守り支援に関する協定締結企業＞

	名称	所在地
1	ヤマト運輸株式会社	東京都中央区銀座二丁目 16-10



(5) 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域の高齢者の心身の健康保持と生活の安定のために必要な相談や援助を行います。

また、地域の関係機関等とのネットワークを構築し、地域住民の様々なニーズに応えることのできる高齢者福祉の地域における拠点となることを目指しています。

○地域包括支援センターの基本事業

(1) 総合相談支援

高齢者本人や家族等からの様々な相談に応じ、適切なサービスが利用できるよう継続的に支援します。また、ネットワークを通じた高齢者の実態把握に努め、要援護高齢者への早期対応を図ります。※相談無料。休日や夜間でも電話転送によりいつでも応答可。

(2) 権利擁護

高齢者が自分らしく尊厳ある生活ができるように、高齢者虐待や消費者被害等の権利擁護に関する相談及び支援、成年後見制度等の活用に向けた支援を行います。

(3) 包括的・継続的ケアマネジメント支援

高齢者が介護保険をはじめとする様々なサービスを適切に利用できるように、関係機関との連携や協働により、介護支援専門員への支援を行います。また、継続的なサービス提供の調整を行うため、情報の提供や研修会を実施します。

(4) 介護予防ケアマネジメント

総合支援事業対象者の課題分析や目標設定、実施状況についてのモニタリングを行い、事業終了後も必要な支援を行います。

○各センターの担当圏域等

センター名	電話番号・FAX	担当地域
白河市地域包括支援センター (明戸 56-12)	電話：21-0332 FAX：21-0336	・中央中学校（第一小学校区・第三小学校区） ・東北中学校区
白河市地域包括支援センター 大信サブセンター (大信増見字八幡山 55 大信福祉センター内)	電話：21-9565	・大信中学校区
白河市西部地域包括支援センター (新白河二丁目 212)	電話：21-6032 FAX：21-6072	・白河第二中学校区
白河市東部地域包括支援センター (関辺川前 88)	電話：31-8889 FAX：31-8833	・中央中学校（関辺小学校区・五箇小学校区） ・南中学校区 ・表郷中学校区・東中学校区

(6) 老人福祉センター

老人福祉センターは、高齢者の方の憩いの場です。(食事を提供する施設はありません)

○施設名及び休館日

施設名	休館日
中央老人福祉センター（北中川原 313）	・月曜日（祝日の場合は、その翌日） ・年末年始（12月29日～1月3日） ※浴室については12月28日～1月4日

○利用時間（3施設共通）

利用場所	利用時間
会議室等	午前9時～午後5時
浴室（入浴）	午前10時～午後2時（毎週 水・木・金）

○使用料（3施設共通）

（1）会議室等使用料

利用時間	使用料（一室につき）
午前9時から午後0時30分まで	330円
午後0時30分から午後5時まで	330円
午前9時から午後5時まで	660円
上記以外の時間1時間につき	550円



※80歳以上の方のみのグループが使用する場合は、無料です。

（2）入浴料

利用区分	入浴料（1人につき）
80歳以上	無 料
60歳以上80歳未満	200円
小学生以下	100円
上記以外	300円



○問合せ先

中央老人福祉センター 電話：24－4222

(7) 養護老人ホームの入所申し込み

養護老人ホームは、次の理由により自宅で生活することが困難な高齢者が入所する施設です。

入所の可否は、家庭訪問、親族調査、資産調査を経て、市が委嘱した判定員（医師等専門知識を有する方）による入所判定会で審査のうえ決定します。

○対象者（原発避難者も対象（特例事務）※川俣町を含む）

次の（１）から（４）までのすべてに該当する方

（１）おおむね６５歳以上であること

（２）健康状態が次のすべてに該当すること

- ・ 入院加療を要する病態でないこと。
- ・ 感染症疾患を有し他の被措置者に感染させる恐れがないこと。

（３）健康状態以外の事情が次のいずれかに該当すること

① 日常生活動作の状況

一部介助を要する事項があり、かつ、その高齢者の世話を行う養護者等がいらないか、又はあっても適切に行うことができないと認められること。

① 精神の状況

認知症等の精神障がいの問題行動が軽度であって日常生活に支障があり、かつ、その高齢者の世話を行う養護者等がいらないか、またはあっても適切に行うことができないと認められること。

② 家族の状況

家族又は家族以外の同居者との同居の継続が、高齢者の心身を著しく害すると認められること。

③ 住居の状況

住居がないか、又は住居があってもそれが狭あいである等、環境が劣悪な状態にあるため、高齢者の心身を著しく害すると認められること。

（４）経済的事情が次のいずれかに該当すること

- ① 当該高齢者の属する世帯が、生活保護を受けていること。
- ② 当該高齢者及び当該高齢者の属する世帯の生計中心者が、市民税の所得割を課されていない者であること。

○相談窓口

本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課、地域包括支援センター

(8) おもいやり駐車場利用制度（県事業）

県では、店舗や公共施設などに設けられている「おもいやり駐車場」が利用できる「おもいやり駐車場利用証」を交付しています。この利用証の交付申請を市の窓口でも行うことができます。

○対象者及び申請に必要な添付書類

次のいずれかに該当する方

区 分			対象等級等	添付書類（写し）
身体障がい者	視覚障がい		4 級以上	身体障害者手帳
	聴覚又は平衡機能の障がい※ 1	平衡機能障がい	5 級以上	
	肢体不自由	上肢	2 級以上	
		下肢	6 級以上	
		体幹	5 級以上	
	乳幼児期以前の非進行性の脳病変による運動機能障がい	上肢機能	2 級以上	
		移動機能	6 級以上	
	心臓機能障がい		4 級以上	
	腎臓機能障がい		4 級以上	
	呼吸器機能障がい		4 級以上	
	膀胱又は直腸機能障がい		4 級以上	
	小腸機能障がい		4 級以上	
	ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障がい		4 級以上	
	肝臓機能障がい		4 級以上	
知的障がい者			A（最重度・重度）	療育手帳
精神障がい者			1 級	精神障害者保健福祉手帳
難病患者等	難病患者		指定難病医療費受給者、 特定疾患医療費受給者	指定難病医療費受給者証 又は特定疾患医療受給者証
	小児慢性特性疾病患者		小児慢性特定疾病医療費 受給者	又は小児慢性特定疾病医療 受給者証
要支援高齢者等			要支援者又は 要介護者	介護保険被保険者証等
妊産婦			妊娠 7 か月から 産後 3 か月	身分証明書 及び母子健康手帳
けが人又は病気の者			車椅子、杖等の使用期間 （最大 2 4 か月）	身分証明書及び医師の診断 （歩行困難である状況及び その期間）を記載した書面

※ 1 「聴覚又は平衡機能の障がい」のうち「聴覚障がい」及び「音声言語機能障がい」については、本制度の対象外です。

○申請方法

【必要書類等】

- ① 申請書 ※申請者（利用者本人又は代理人）の署名が必要（印鑑不要）
- ② 送付先を記載し 260 円切手を貼付した返信用封筒（角 2）
※福島県県南保健福祉事務所の窓口で申請する場合は、妊産婦が妊娠 7 か月以前に申請する場合を除き添付不要。
- ③ 利用者の状態に応じた添付書類
※左記の表のとおり（いずれの場合も写しを添付）
- ④ 代理人が申請する場合は、代理人の運転免許証等身分を証明する書類（提示及び写しを添付）

【申請先】

- ・ 福島県県南保健福祉事務所保健福祉課（白河市郭内 127）
※申請と同時に窓口で「おもいやり駐車場利用証」が交付されます。
- ・ 白河市役所本庁高齢福祉課、各庁舎地域振興課
※市は受付けた申請書等を県に送付します。1～2 週間後に県から「おもいやり駐車場利用証」が自宅に郵送されます。



白河市 認知症ケアパス (第9版)

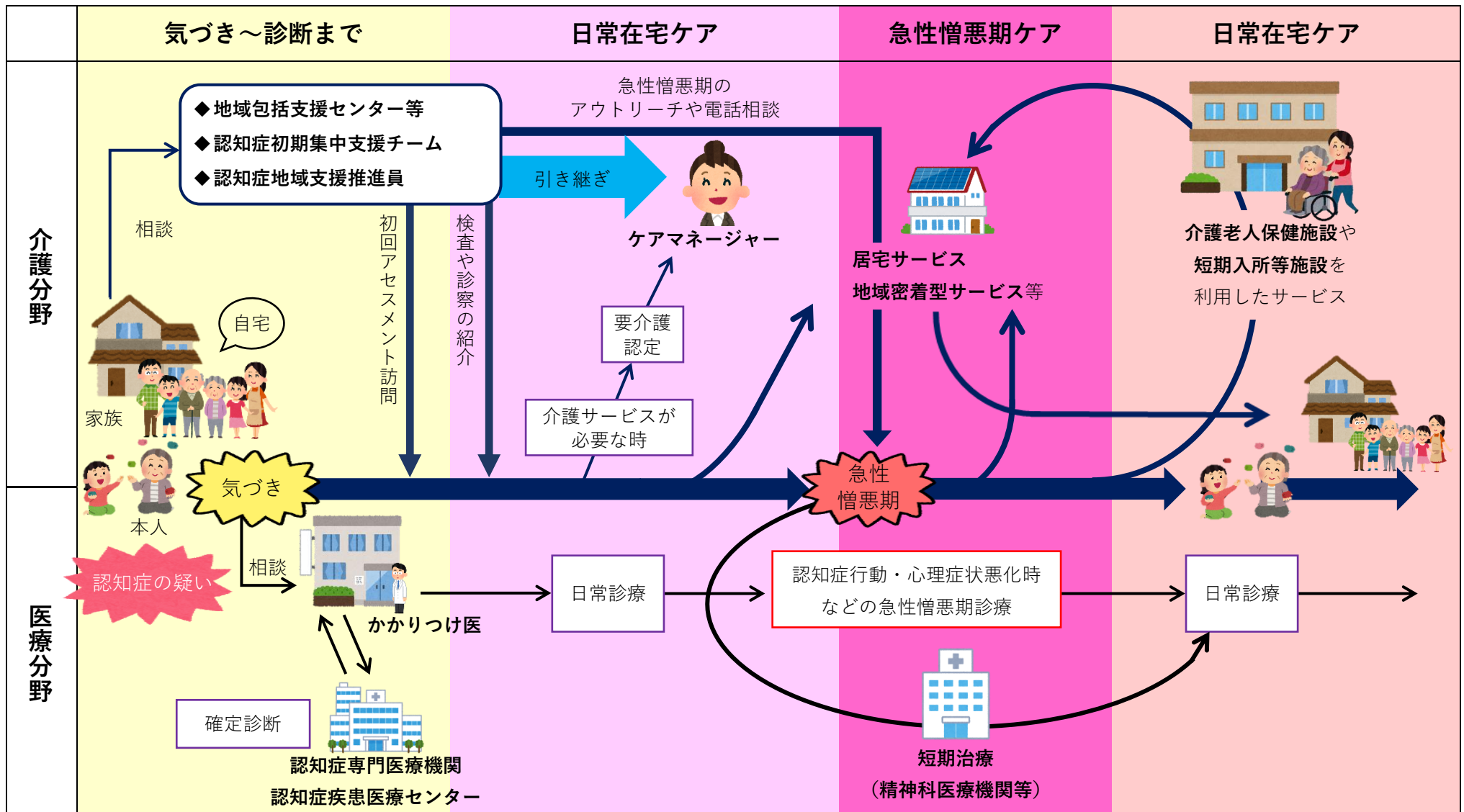
～認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らすために～

チームオレンジの輪をみなさんで広げて行きましょう

目 次

1. 白河市認知症ケアパス概念図	… P 3 8
2. 認知症とは	
(1) 中核症状と周辺症状	… P 3 9
(2) 主な認知症の種類と特徴	… P 4 0
3. 早期発見・早期治療	… P 4 1
4. 生活習慣病を予防し、脳の活性化を図りましょう	… P 4 2
5. 認知症サポーター養成講座を受講しませんか	… P 4 3
6. 新しい認知症観	… P 4 4 ・ 4 5
7. 認知症の方への接し方	… P 4 6
8. 認知症の容態と対応	… P 4 7
9. 白河市認知症ケアパス一覧表	… P 4 8 ・ 4 9
10. 相談窓口・ケアパス一覧の各種サービス	
(1) 相談窓口	… P 50 ・ 51
(2) 白河市のサービス	… P 52～54
(3) 介護保険サービス	… P 55
(4) その他の相談機関やサービス	… P 56 ・ 57
(5) 認知症の人と家族の会	… P 58
(6) 認知症の診療を行っている専門の医療機関	… P 59
(7) 認知症対応薬局	… P 60
10.自分でできる気づき「白河市認知症チェックシート」	… P 6 1 ・ 6 2

1. 白河市認知症ケアパス概念図





2. 認知症とは？

「認知症」は病名ではありません。病気などによって、脳の細胞が減少したり働きが悪くなったりすることで、記憶や判断力に障害などが起り、日常生活に支障が出ている状況が一時的ではなく継続的に（およそ6か月以上）続いている状態のことを言います。

（1）中核症状と周辺症状

中核症状

脳の障害によっておこる直接的な症状で認知症の多くの方に表れます

記憶障害

- ・同じことを何度も言う、聞く
- ・すぐ前のことを忘れてしまう

見当識障害

- ・時間や場所、季節が分からなくなる
- ・家族のことが分からなくなる

理解・判断力の低下

- ・考えるスピードが遅くなる
- ・新しい機械が使えない

実行機能障害

- ・物事を順序良く進められない



周辺症状（行動・心理症状（BPSD））

中核症状に付随して起こる二次的な症状を指します。人それぞれ症状に違いがあり、周囲の対応や環境により落ち着くこともあります

- うつ状態（興味や関心が低下する）
- 幻覚・妄想（見えないものが見える、物盗られ妄想）
- 興奮・暴力（大声をあげたり暴力をふるう）
- 徘徊（外を歩き回る）
- 過食（食べ過ぎてしまう）・拒食（食べることを拒否する）
 - ・異食（食べ物ではない物を食べてしまう）
- 睡眠障害（夜に起きていて活動し、昼間眠ってしまう） など



(2) 主な認知症の種類と特徴

認知症を引き起こす病気はたくさんあります。その中でも代表的なものは、アルツハイマー型認知症・レビー小体型認知症・血管性認知症・前頭側頭型認知症です。

アルツハイマー型認知症

最も多い病型です。脳の中にアミロイド β というタンパク質が溜まり、脳の神経細胞を壊して脳を萎縮させる病気で、徐々に進行します。短期記憶を司る海馬にも起こると、体験したこと自体を忘れてしまう記憶障害が起こります。記憶障害が起こると、新しいことを覚えられなくなります。また、見当識障害といわれる年月日や時間、季節などの感覚が薄れていきます。さらに進むと、自分が今どこにいるのか分からなくなったり、知人や家族を見ても誰なのか分からなくなったりします。その他、理解力や判断力が低下していきます。



レビー小体型認知症

レビー小体とは、神経細胞に出来る特殊なタンパク質です。レビー小体が脳の大脳皮質（人がものを考える役割を持っている場所）や、脳幹（呼吸や血液の循環に携わる生きる上で重要な場所）にたくさん集まります。レビー小体がたくさん集まっている場所では、神経細胞が壊れて減少するので、神経を上手く伝えられなくなり、認知症の症状が起こります。記憶障害を中心とした認知症と、動作が遅くなり転びやすくなるパーキンソン症状、繰り返す幻視がみられます。



血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの脳の血管障害によって、脳細胞に十分な血液が行き渡らなくなり、脳細胞が死滅することにより起きます。症状の表れ方は特徴的で、突然症状が出現したり、落ち着いていたかと思うと急に悪化することを繰り返したりします。また、ある分野のことはしっかりできるのに、他のことでは何もできないなど、まだら認知症と呼ばれる特徴があります。脳血管障害を起こした場所や回数、障害の程度によって、症状が異なります。認知症の症状以外に、尿失禁、言語障害、手足の麻痺などが起こることもあります。軽い脳梗塞を繰り返すことが多く、その場合は階段状に症状が進行します。



前頭側頭型認知症

脳の神経細胞が前頭葉と側頭葉を中心に変性し壊れたり、委縮することによって起きます。色々な症状が出てくる認知症です。脳の中で、前頭葉は「人格・社会性・言語」を、側頭葉は「記憶・聴覚・言語」を主に司っています。これらが正常に機能しなくなることにより、他人に配慮することができない、周りの状況にかかわらず自分が思った通り行動してしまう、常識ではない行動をとってしまうといった性格変化や行動異常がみられます。



3. 早期発見・早期治療

早期発見！
早期治療！



「認知症はどうせ治らないから、医療機関にかかっても仕方ない」という考えは間違いです。認知症は早期に発見すれば、治療によっては進行を遅らせることや、症状を軽くすることができる場合もあります。

軽度認知障害（MCI）と診断される方も増えています

記憶や判断力などの能力が低下し、正常とも認知症ともいえない状態である「軽度認知障害（MCI）」と診断される方も増えています。MCIの方の約半数は5年以内に認知症に移行するといわれています。「認知症ではないと思うけど、最近物忘れが増えたな…」と気になる場合は念のために専門医を受診しましょう。

早い時期に受診することのメリット

アルツハイマー型認知症は、薬で進行を遅らせることができ、健康な時間を長くすることができます。病気がことが理解できる時点で受診し、認知症についての理解を深めておけば、本人、家族が生活上の障がいを軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。また、症状の軽いうちに後見人を自分で決めておく（任意後見制度）等の準備をしておけば、認知症になっても自分らしい生き方を送ることが可能となります。

治る病気や一時的な症状の場合もあります

正常圧水頭症、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などによる認知症様の症状は、外科的処置で劇的に良くなる場合もあります。甲状腺ホルモンの異常の場合は、内科的な治療で改善されることもあります。また、薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出る場合もあります。このため、早期受診、早期治療が大切になってきます。

認知症の診断は早期ほど難しく、熟練した技術と高度な検査機器を要しますので、専門の医療機関への受診が不可欠です。

受診の際は、家族が診察に立ち会うことをお勧めします。本人が受診を嫌がる場合は、家族のみでも外来診察を受けることができる場合もあります。認知症の診療を行っている専門の医療機関についてはP59をご覧ください。

また、白河市認知症初期集中支援チームが作成した「白河市認知症チェックシート（P61・62）」や「情報提供シート（希望される方は高齢福祉課までご連絡ください）」もご活用ください。



4. 生活習慣病を予防し、脳の活性化を図りましょう

～生活習慣病予防は認知症予防～

生活習慣病（高血圧・糖尿病・脂質異常症など）を予防しましょう

アルツハイマー型認知症や脳血管性認知症は、生活習慣病が発症リスクを高めることがわかっています。バランスの良い食生活を心掛けたり、無理のないウォーキングなどの有酸素運動を行って生活習慣病を予防しましょう。



脳の活性化を図りましょう

体操やダンス・散歩などの体を動かす行動や、絵画・日曜大工・園芸など想像力を働かせる趣味など、楽しみながら脳に刺激を与える活動に取り組みましょう。仲間や家族と一緒に楽しむことで、効果はさらに高まります。

普通に生活を送る中でも、新しい食事メニューを考えたり散歩や買い物などで普段と道順を変えてみたり、生活に変化を加えることで、判断力や想像力が刺激され脳が鍛えられます。

【高齢者サロン「あったかセンター」】

市内の集会所等を利用して、月に1～2回、地域のサポーターを中心に体操や季節の行事などを行います。詳しい内容や開催場所についてはP11～13をご参照ください。

問い合わせ先：高齢福祉課高齢者支援係 電話：28-5519（係直通）



【居場所づくり事業】

高齢者の方が、いつでも自由に集まり、お茶を飲んだりおしゃべりをしたりしながら、ゆっくりと時間を過ごすことができる、ふれあいの場です。詳しい開催場所や問い合わせ先についてはP14をご参照ください。

【らく楽健康体操・らく楽健康体操クラブ】

高齢者の心身の健康の保持促進と、高齢期にこそ伸びる能力を引き出します。詳しい内容や開催場所についてはP15をご参照ください。

【健康づくり】 ◆ いきいき健康チャレンジ相談会 ◆ 健康講話

市保健センターや地区集会所等を会場として、糖尿病や高血圧などの生活習慣病予防に関する講話や教室を実施しています。

問い合わせ先：健康増進課 電話：27-2114





©しらかわん

5. 認知症サポーター養成講座を受講しませんか

認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活を送るためには、周囲の方々の認知症への理解と協力が不可欠です。また、日常生活に関わる方の理解と協力は、認知症の方やその家族の大きな支えとなります。

認知症サポーターとは

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、認知症の方やその家族に対して、自分ができる範囲の活動で認知症の方やその家族を支えていただく、地域のサポーターです。

たとえば・・・

- ✿ 友人や家族に学んだ知識を伝える
- ✿ 認知症になった方や家族の気持ちを理解するように努める
- ✿ 近所に住む認知症の方に困った様子が見られたら優しく声をかける など

認知症サポーター養成講座について

研修を受けたキャラバン・メイトが講師となり、「認知症サポーターとは」「認知症の基礎知識」「認知症の方への接し方」「本人や家族の気持ち」などを学びます。

市で開催するほか、町内会や老人クラブ、地域の企業など、5名以上が集まる団体への出前講座も受け付けています。出前講座は、夕方以降や土曜、日曜も対応できる場合がありますので詳しくは高齢福祉課へご相談ください。

受講終了された方には
オレンジリングと認知症
サポーターカードを
お渡しします。



♥ 認知症地域支援推進員 (P50 もご覧ください)

認知症の方や介護者、周囲の方の相談を受けたり、必要な医療・介護等の関係機関と連携を図るためのお手伝いをします。

♥ 認知症高齢者等ボランティア「あんしんメイト」 (P52 もご覧ください)

認知症サポーターを対象に市が開催している養成講座を受講した方が「あんしんメイト」になります。認知症の方や介護されているご家族を支援するための活動（あったかカフェ運営補助・居宅訪問・施設訪問・イベント等の補助など）を行っています。

♥ 認知症コミュニティルーム「あったかカフェ」(認知症カフェ)(P56 もご覧ください)

“認知症などの相談ができる集いの場”です。「あんしんメイト」が中心となり開催しています。申込み不要、参加無料です。どなたでも参加できますのでお気軽にお越しください。

6. 新しい認知症観

令和5（2023）年6月、共生社会の実現を推進するための認知症基本法（以下「基本法」という）が成立し、令和6年1月に施行されました。基本法では、認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会の実現を推進することが明記されています。

また、認知症施策を認知症の人を起点に実施することや、認知症と共に希望を持って生きるという「新しい認知症観」の理解促進の重要性等も示されています。

「新しい認知症観」に立つ

- 「新しい認知症観」とは、認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。
- 認知症の人を含めた一人一人が「新しい認知症観」に立ち、認知症の人が自らの意思によって、多様な主体と共に、日常生活及び社会生活を営むことができる共生社会を創り上げていく必要があります。
- 認知症の人が、認知症の状況に応じて、最期まで自分らしく暮らせるよう、周囲の人の支えも得ながら、認知症の人の尊厳を保持できるようにすることが重要です。

認知症本人の気持ち



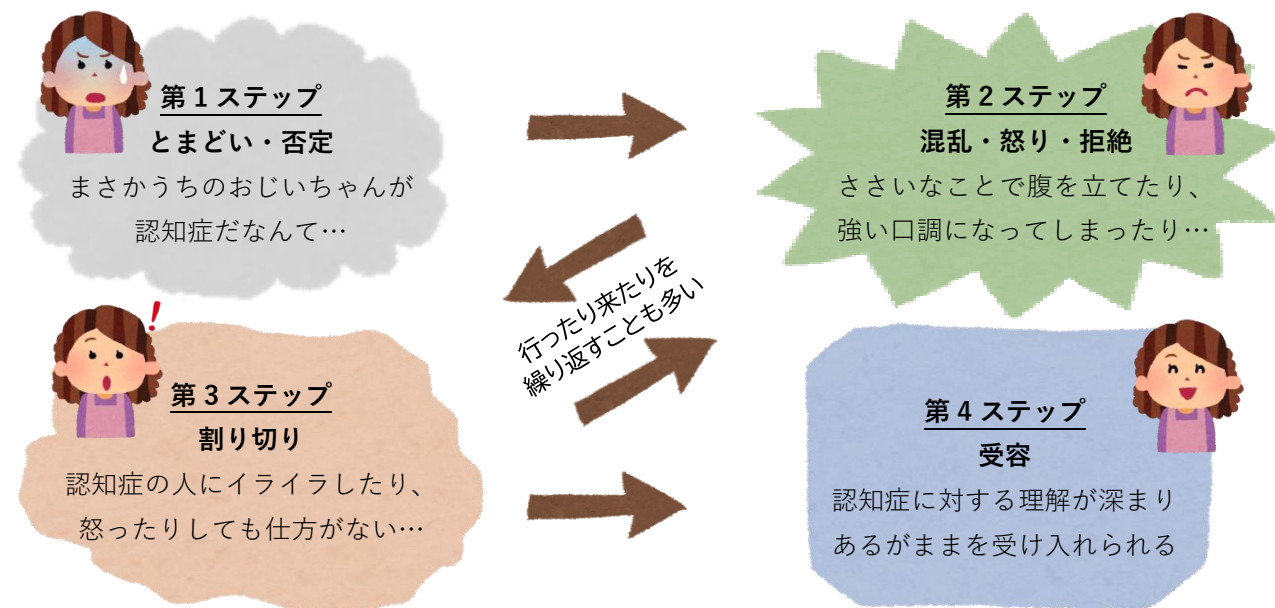
「認知症の本人には自覚がない」は大きな間違い

認知症の症状に最初に気づくのは本人です。もの忘れによる失敗や、今まで苦もなくやっていた家事や仕事がうまくいかなることが徐々に多くなり、何となくおかしいと感じ始めます。とくに、認知症特有の「言われても思い出せない、もの忘れ」が重なると、多くの人は何かが起こっているという不安を感じ始めます。しかし、ここから先は人それぞれです。

認知症を心配して抑うつ的になる人、そんなことは絶対はないと思うあまり、自分が忘れていたのではなく、周囲の人が自分を陥れようとしているのだと妄想的になる人などもあります。認知症の人は何もわからないのではなく、誰よりも一番心配なのも苦しいのも、悲しいのも本人です。

参考：厚生労働省ホームページより

家族の気持ち



《第1ステップ とまどい・否定》

しっかりしていた人が突然変なことを言い始めたり、簡単なことができなくなってしまうなどすると、一体何が起こったのかと介護者は戸惑い、「いや認知症ではない、認知症になったとは思いたくない」という気持ちが働いて認知症であることを否定しようとします。相談したことが、当人にバレてしまったら大変なことになるという思いも働き、他の人に相談するということがなかなか出来ません。この時期の家族は“一人悩む時期”といってもよいでしょう。

《第2ステップ 混乱・怒り・拒絶》

次に、本人の症状が改善されないまま日時が経過し、どんなに注意をしても効果がみられないと、混乱と怒りの気持ちがわきあがります。そして、介護の成果が一向に得られない介護者は、精神的・身体的に疲労困ぱいして、ついには本人を拒絶しようします。日常的な苦勞もさることながら、この状況が今後何年間続くのかという不安が重くのしかかり、介護者を苦しめるのです。

このつらい状態を少しでも軽くするためのコツが5つほどあります。

- ① 認知症について正しい知識を持つ ② 医療・福祉サービスなどを積極的に利用する
- ③ さまざまな専門職種の人と接する ④ 気楽に相談できる存在を持つ
- ⑤ 認知症の人と家族の会のような当事者の人と交流すること

《第3ステップ 割り切りやあきらめ》

第2ステップが繰り返されているうちに、「これはどうにもしようがない、このまま受け入れなければならないのだ」という気持ちになってきます。しかし、一方では、本人の認知症が進行して、より多彩な症状が出てくるのもこの時期です。ある症状が治まってホッとしていたら、また別な症状が始まり、家族が再び「混乱・怒り・拒絶」の第2ステップに逆戻りすることもしばしばみられます。

《第4ステップ 受容》

認知症に対する理解が深まって、あるがままの認知症の人を家族の一員として受け入れることができるようになる段階です。

参考：認知症の人と家族の会ホームページ「介護者のたどる4つの心理的ステップ」より

介護者の休息を目的に介護保険サービス（デイサービスやショートステイ）を利用することができます



7. 認知症の方への接し方

認知症の症状が進むと、段取りがうまくできないため、今までできていたのにできなくなることが徐々に増えてきます。また、認知症特有の言われても思い出せない「もの忘れ」が重なると、多くの方は“何かが起こっている”という不安を感じ始めます。

誰よりも心配し、苦しみ、悲しんでいるのは認知症になった本人だということを考えながら、感情を傷つけず接することが大切です。

● 認知症の方への対応の心得 3つの「ない」

- ① 驚かせない
- ② 急がせない
- ③ 自尊心を傷つけない



● 具体的な対応の7つのポイント

1. まずは見守る

認知症と思われる人に気付いたら、一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守りましょう。近づきすぎたり、ジロジロ見たりするのは禁物です。

2. 余裕をもって対応する

こちらが困惑や焦りを感じていると、相手にも伝わって動揺させてしまいます。自然な笑顔で応じましょう。

3. 声をかけるときは1人で

複数で取り囲むと恐怖心をあおりやすいので、できるだけ1人で声をかけましょう。

4. 後ろから声をかけない

認知症の方に限らず、高齢者の方は視野が狭くなるといわれています。急に声をかけるのは禁物です。一定の距離で相手の視野に入ったところで声をかけましょう。「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」「どうなさいました?」「こちらでゆっくりどうぞ」など。

5. 相手に目線を合わせて優しい口調で

相手が小柄な方の場合には、体を低くして目線を同じ高さにして対応しましょう。

6. おだやかに、はっきりした話し方で

高齢者は耳が聞こえにくい人が多いので、ゆっくりとはっきりした話し方を心がけましょう。早口、大声、甲高い声でまくしたてないこと。その土地の方言でコミュニケーションをとることも大切です。

7. 相手の言葉に耳を傾けて、その人の言葉を使ってゆっくり対応する

認知症の方は急かされるのが苦手です。同時に複数の問いに答えることも苦手です。相手の反応をうかがいながら会話をしましょう。たどたどしい言葉でも、相手の言葉をゆっくり聴き、何をしたいのかを相手の言葉を使って推測・確認していきます。

8. 認知症の容態と対応

	初 期		中 期		後 期
認知症の容態 支援の内容	認知症の疑い	認知症を有するが 日常生活は自立	誰かの見守りがあれば 日常生活は自立	日常生活に手助け や介護が必要	常に介護が必要
本人の様子 (見られる症状や 行動の例)	物忘れは多いが、金銭管理や買い物・書類の作成などを含め、日常生活は自立している	- 物忘れが多くなり、金銭の管理や買い物などにミスが見られるようになるが、日常生活は自立している - 新しいことがなかなか覚えられなくなったり、約束したことを忘れてしまう - やる気がなくなったり不安が強くなるなど、うつ病のような症状が見られることがある - 失敗したことを指摘すると怒り出すことがある	- 服薬管理ができない - 電話の対応や訪問者の対応が1人では難しくなる - 道に迷うようになる - 買い物など今までできたことにミスが目立つ	- 着替えや食事、トイレなど日常生活に支障をきたす 「財布をとられた」「お金がなくなった」と言い出す - 自宅が分からなくなり、目的地にたどり着けないことが増える - 時間・日時・季節がわからなくなる - ついさっきのことも忘れてしまう	- ほぼ寝たきりで意思の疎通が難しくなる - 尿や便の失禁が増え介護の手間が増えたり、飲み込みが悪くなり食事に介護を要するなど日常生活全般にわたり介護が必要になる - 言葉によるコミュニケーションが難しくなる - 家族の顔や使い慣れた道具がわからなくなる
ご家族や 周囲の方への お願い	- 規則正しい生活を心がけ、悪化を予防しましょう - 認知症に関する正しい知識や理解を深めましょう - 本人や介護者の気持ちを理解しようと努めましょう - 今後の介護や金銭管理などについて家族間で話し合っておきましょう - 老人クラブ・高齢者サロン・サークル活動など社会参加を働きかけましょう				
	医療や介護について理解を深めましょう 認知症を引き起こす病気により今後の経過が異なります。対応の仕方によっては、症状が改善することもありますし、悪化させてしまうこともあります。周囲の適切な対応により、穏やかな経過をたどることも可能です。接し方のコツや基本などを学び理解しましょう。 失敗しないように手助けしましょう 今までできていたことが少しずつできなくなり失敗が増えてきます。失敗体験は本人の自信を喪失させ、症状の悪化につながります。できるだけ失敗しない、失敗を最小限にするようなさりげないフォローをしましょう。 介護保険サービスなどを利用しましょう 症状が進むにつれ、戸惑うような出来事が増え、介護が難しくなってきます。介護をしているご家族が休息する時間も必要です。介護をする方の健康管理のためにも介護保険制度を上手に利用し、介護の負担を軽くしましょう。また、同じ立場の人の集まり〔認知症の人と家族の会（P56、P58）など〕で、話を聞いたり、自分の気持ちを話すことも重要です。				

9. 白河市認知症ケアパス一覧表

※各項目の番号は P50～P57 の“ケアパス一覧番号”です。

認知症の容態 支援の内容	認知症の疑い	認知症を有するが 日常生活は自立	誰かの見守りがあれば 日常生活は自立	日常生活に手助けや 介護が必要	常に介護が必要
◇相談	地域包括支援センター①・白河地方在宅医療・介護連携支援センター②・認知症地域支援推進員④・若年性認知症相談窓口⑥・福島県認知症コールセンター⑦・あったかカフェ⑧				
	認知症初期集中支援チーム③	居宅介護支援事業所⑦			
◇仕事 ◇役割支援	シルバー人材センター④⑥				
◇介護予防 ◇悪化予防 ◇他者との つながり	高齢者サロン⑨・介護支援いきいき長寿ポイント事業⑩ ・通所型介護予防事業⑪・居場所づくり事業②③ ・らく楽健康体操②⑥・老人クラブ④⑤		通所介護②⑧・認知症対応型通所介護②⑨・通所リハビリテーション③⑩・訪問リハビリテーション③② ・訪問看護③④・小規模多機能型居宅介護③⑧・看護小規模多機能型居宅介護③⑨		
	認知症高齢者等支援ボランティア「あんしんメイト」⑫				
◇安否確認 ◇見守り ◇生活支援 ◇介護	認知症サポーター⑬ ・ 高齢者の見守り活動⑭ ・ 高齢者等あんしん見守り事業⑮ ・ 認知症高齢者等見守り QR コード事業②④ ・ 民生児童委員④④				
	お元気コール⑮-1				
	あったかランチお届けサービス⑮⑥ ・ あったか訪問収集事業⑮⑦ ・ 買い物支援⑮⑧-2 ・ 寝具乾燥事業②⑩				
				要介護高齢者巡回理・美容券交付事業⑮⑨・在宅高齢者介護用品支給事業②⑪ 在宅高齢者紙おむつ用ごみ袋支給事業②⑫	
	高齢者サロン⑨		通所介護②⑧・認知症対応型通所介護②⑨・訪問介護③⑪・短期入所生活介護③⑥ 短期入所療養介護③⑦・小規模多機能型居宅介護③⑧・看護小規模多機能型居宅介護③⑨・特定施設入居者生活介護④⑪		
				訪問入浴介護③③	

認知症の容態 支援の内容	認知症の疑い	認知症を有するが 日常生活は自立	誰かの見守りがあれば 日常生活は自立	日常生活に手助けや 介護が必要	常に介護が必要
◇権利擁護	日常生活自立支援事業（あんしんサポート） ^{④⑨}		成年後見制度 ^{⑤⑩}		
	白河市消費生活センター ^{⑤⑪}				
◇医療	白河地方在宅医療・介護連携支援センター ^② ・ 認知症疾患医療センター ^⑤ ・ 福島県在宅歯科医療連携室 ^⑧				
	かかりつけ医 ・ かかりつけ歯科医				
	通所リハビリテーション ^{③⑩} ・ 訪問リハビリテーション ^{③②} ・ 訪問看護 ^{③④} ・ 居宅療養管理指導 ^{③⑤}				
◇家族支援	地域包括支援センター ^① ・ 認知症地域支援推進員 ^④ ・ 福島県認知症コールセンター ^⑦ ・ 認知症の人と家族の会 ^{④⑦}				
	認知症高齢者等ボランティア「あんしんメイト」 ^⑫ ・あったかカフェ ^{④⑧} ・認知症高齢者保険加入事業 ^{②⑤}				
◇緊急時支援 （精神行動障害が 見られる時）	認知症疾患医療センター ^⑤				
	訪問介護 ^{③①} ・訪問看護 ^{③④} ・短期入所生活介護 ^{③⑥} ・短期入所療養介護 ^{③⑦} ・小規模多機能型居宅介護 ^{③⑧} ・看護小規模多機能型居宅介護 ^{③⑨} ・介護老人保健施設 ^{④②}				
◇住まい	自宅				
	軽費老人ホーム ^{⑤②} ・ サービス付き高齢者向け住宅 ^{⑤③} ・ 有料老人ホーム ^{⑤④}				
	認知症対応型共同生活介護（グループホーム） ^{④⑩} ・介護老人保健施設 ^{④②}				
	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） ^{④③}				

※この表を参考に医療や介護サービス、その他様々なサービスを検討してください。まずは一人で悩まず、かかりつけ医や認知症地域支援推進員、地域包括支援センターに相談しましょう。なお、各種サービスの内容やお問い合わせ先は「ケアパス一覧の各種サービス」に掲載してあります。

10. 相談窓口・ケアパス一覧の各種サービス

(1) 相談窓口

◆ 行政機関（市）

担当部署名	相談先 ・ 内容
保健福祉部 高齢福祉課	高齢者に関する相談全般 電話：0248-28-5519（高齢者支援係直通） 0248-28-5518（介護保険係直通）
保健福祉部 健康増進課 （中央保健センター内）	健康づくりに関する相談全般 電話：0248-27-2114

◆ ケアパス一覧の相談窓口（P47～48 参照）

ケアパス 一覧番号	相談先 ・ 内容
①	地域包括支援センター 〔介護・福祉の相談や連携の拠点〕 高齢者の総合相談、権利擁護や地域の支援体制づくり、介護予防の必要な援助などを行います。また、認知症介護や医療機関受診のアドバイスや、地域のサポートを受ける方法など、できる限り自宅で生活ができるためのお手伝いをします。 各センターの連絡先や担当地域については、P31 をご覧ください。
②	白河地方在宅医療・介護連携支援センター 〔医療の相談や連携の拠点〕 白河市・西郷村・泉崎村・中島村・矢吹町の5市町村より、地域支援事業の委託を受け、白河医師会が運営しています。どのような医療や介護が必要な状態になっても安心して住み慣れた地域で自分らしい生活が送れるよう、また、その方を支えるご家族も安心して生活ができるように、病院や診療所の医師、介護、福祉に携わる関係機関や行政などと連携を図り、支援体制が図れるようにお手伝いをします。 ■ 所在地：白河市大手町 3-8 電話：21-8923 FAX：21-9267
③	認知症初期集中支援チーム 認知症専門医と医療・保健福祉の専門職が認知症の方やその家族に早期に関わり、早期診断・早期対応に向けての体制を構築します。また、初期の支援を包括的・集中的に行なうことで自立生活のサポートを行ないます。 ■ 相談窓口：各地域包括支援センター（P31 をご覧ください）
④	認知症地域支援推進員 認知症の方の状態に応じて必要なサービスが適切に提供されるように、関係機関との連携支援や相談業務などを行います。また、認知症への理解促進のための啓発イベント等の企画も行っています。 ■ 問い合わせ先 高齢福祉課高齢者支援係 電話：28-5519（係直通）

ケアパス 一覧番号	相談先 ・ 内容
⑤	認知症疾患医療センター かかりつけ医や地域包括支援センターなど関係機関と連携して、認知症に関する鑑別診断や専門医療相談などを行います。 ■ 医療機関名：福島県立ふくしま医療センター こころの杜（矢吹町滝八幡 100） ■ 電 話：地域医療連携室 0248-44-2051 ■ 受付時間：月曜から金曜の午前 9 時～午後 4 時 30 分
⑥	若年性認知症相談窓口（福島県） 若年性認知症支援コーディネーターが、若年性認知症の方、家族、関係機関及び雇用している企業等からの相談に応じます。状況に応じて、必要な専門医療機関や支援サービスを紹介します。 【福島県若年性認知症相談窓口】 設置場所：(公財)星総合病院（郡山市向河原町 159-1） 電 話：024-983-8406 開 設 日：月曜～金曜（祝日・年末年始を除く） 受付時間：午前 9 時～午後 5 時 
⑦	福島県認知症コールセンター 認知症の症状と接し方、医療機関の受診、介護保険の利用、本人や家族の心身の問題などについて、認知症介護経験のある相談員が電話又は面接による助言などを行っています。 ■ 電 話：024-522-1122（認知症ほっと電話相談） ■ 電話受付：月曜から金曜の午前 10 時～午後 4 時 ※祝祭日及び年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日）は休み ■ 団体名：社会福祉法人福島県社会福祉協議会 ■ 所在地：福島市渡利字七社宮 111（福島県総合社会福祉センター内） 
⑧	福島県在宅歯科医療連携室 寝たきりなどにより通院ができない方、病気やけがの治療・リハビリなどにより入院されている方、介護保険施設等に入所されている方で治療を希望される方へ歯科医院を紹介します。また、往診できる歯科医の紹介もします。 ■ 電 話：024-523-3268 ■ 紹介受付時間：平日の午前 8 時 30 分～午後 5 時 ■ 団体名：社団法人福島県歯科医師会（福島市仲間町 6 番 6 号） 

(2) 白河市のサービス

白河市では、生きがいづくりや介護予防、生活支援、地域での見守りの強化のため、以下のサービスを実施しております。

ケアパス 一覧番号	サービス名 (窓口)	内 容
⑨	高齢者サロン あったかセンター (高齢福祉課)	高齢者の閉じこもり防止や介護予防を目的に、地域の集会所などにおいて、月1～2回開催しています。 ※詳細は P11～13 をご覧ください。
⑩	介護支援いきいき 長寿ポイント事業 (高齢福祉課)	事前に参加登録をした方が、市の登録施設や高齢者サロン運営などを行った場合に、換金可能なポイントを付与します。 ※詳細は P26・27 をご覧ください。
⑪	通所型介護 予防事業 (高齢福祉課)	「基本チェックリスト」等により、要介護状態等になることが予想される方を対象に、運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上等のプログラムによる集団的支援を通所により実施します。 
⑫	認知症高齢者等 ボランティア あんしんメイト (高齢福祉課)	市で行う養成講座を受講し認知症について学び、認知症の方を対象に活動する市民ボランティアです。認知症コミュニティルームあったかカフェの運営補助、施設や自宅へ訪問しての傾聴、趣味や生きがい等の手伝い、家族の悩みの傾聴などを行っています。
⑬	認知症 サポーター (高齢福祉課)	認知症の正しい知識や接し方を学び、自分でできる範囲で認知症の方と家族をサポートする認知症サポーターを養成し、地域での見守りを行っています。 
⑭	高齢者の 見守り活動 (高齢福祉課)	郵便局や新聞販売店などの訪問系の事業者や、地域の情報が集まりやすい業種である理・美容組合と協定を締結し、見守りを強化しています。 ※詳細は P29・30 をご覧ください。
⑮	高齢者等あんしん 見守り事業 (高齢福祉課)	65歳以上の一人暮らしの方等を対象に、急病や事故等の緊急時に通報できる緊急通報装置を貸与し、高齢者の自立した在宅生活を支援します。 ※詳細は P19・20 をご覧ください。
⑯	あったかランチ お届けサービス (高齢福祉課)	65歳以上の一人暮らしの方等を対象に、週3回を限度に昼食の配達及び安否確認を行います。 ※詳細は P16 をご覧ください。
⑰	あったか 訪問収集事業 (高齢福祉課)	自力でゴミを出すことが困難な方(条件に該当する方)を対象に、ごみの訪問収集及び安否確認を行います。 ※詳細は P17 をご覧ください

ケアパス 一覧番号	サービス名 (窓口)	内 容
⑱	高齢者見守り 生活支援事業 (高齢福祉課)	⑱- 1 お元気コール 高齢者相談員が電話による安否確認等を行います。 ⑱- 2 買い物支援 移動販売車で訪問し安否確認と買い物支援等を行います。 ※詳細は P20・21 をご覧ください
⑲	要介護高齢者 巡回理・美容券 交付事業 (高齢福祉課)	要介護 4・5 の認定を受けた在宅で生活する 65 歳以上の方へ、 家庭で理・美容師に散髪してもらう際に使用できる助成券を交付 します。 ※詳細は P23 をご覧ください
⑳	寝具乾燥事業 (高齢福祉課)	自力で布団を干すことが困難な方(条件に該当する方)を対象に、 委託業者が寝具類を預かり、丸洗い・乾燥して返却します。 ※詳細は P18 をご覧ください
㉑	在宅高齢者 介護用品支給事業 (高齢福祉課)	市民税非課税世帯に属する要介護 4・5 の認定を受けた 65 歳以 上の方を在宅で介護しているご家族の方へ、介護用品(紙おむつ・ 尿取りパッド・使い捨て手袋・清拭剤・ドライシャンプー)と引き 換えができるサービス券を交付します。 ※詳細は P24 をご覧ください
㉒	在宅高齢者 紙おむつ用 ごみ袋支給事業 (高齢福祉課)	㉑在宅高齢者介護用品支給事業の利用の決定を受けた方へ、 燃えるごみの指定袋(小袋)と引き換えができる支給券を交付し ます。 ※詳細は P25 をご覧ください
㉓	居場所づくり 事業 (高齢福祉課)	高齢者の方が、いつでも自由に集まり、お茶を飲んだりおし ゃべりをしたりしながらゆっくりと自由な時間を過ごすこと ができる場所です。市内、5 か所で開催しています。 ※詳細は P14 をご覧ください
㉔	認知症高齢者等 見守り QR コード 事業 (高齢福祉課)	QR コードが印刷されたシールを、認知症高齢者等が普段身に 着けている衣服や靴などに貼り付けておきます。行方不明になった 時に、二次元コードを読み取ることにより、早期に身元確認ができ、 早期保護に繋がります。 ※詳細は P28 をご覧ください

(3) 介護保険サービス

サービスを利用するためには要介護認定の申請が必要です。

市高齢福祉課または地域包括支援センターにお問い合わせください。



ケアパス 一覧番号	サービス名	区分	内 容
②7	居宅介護支援 事業所		ケアマネージャーがケアプランの作成や介護サービスを利用する支援を行います。
②8	通所介護 (デイサービス)	通 所	通所介護施設で、食事、入浴などの日常生活上の介護や、生活機能向上のため支援を日帰りで行います。
②9	認知症対応型 通所介護		認知症の方のデイサービスを行う施設などで、日常生活上の介護や機能訓練などを日帰りで行います。
③0	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、食事、日常生活上の支援や生活機能向上のためのリハビリテーションを日帰りで行います。
③1	訪問介護 (ホームヘルプ)	訪 問	ホームヘルパーが居宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。
③2	訪問リハビリ テーション		居宅での生活機能を向上させるために、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が訪問によるリハビリテーションを行います。
③3	訪問入浴介護		介護職員と看護職員が居宅を訪問し、浴槽を提供しての入浴介護を行います。
③4	訪問看護		疾患等を抱えている方について、看護師などが居宅を訪問して、療養上の看護や診療の補助を行います。
③5	居宅療養管理指導		医師・歯科医師・薬剤師・歯科衛生士・管理栄養士などが訪問し、薬の飲み方や食事などの療養上の指導を行います。
③6	短期入所生活介護 (ショートステイ)	宿 泊	介護老人福祉施設などに短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などを行います。
③7	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、医療によるケアや介護、機能訓練などを行います。
③8	小規模多機能型 居宅介護	複 合 型	通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問サービスや泊まりのサービスを組み合わせ、多機能な介護サービスを行います。
③9	看護小規模 多機能型居宅介護		利用者の状況に応じて、居住型の施設への「通い」、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスを柔軟に行います。
④0	認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)	居 住	共同生活する住居で、日常生活上の介護や機能訓練などの介護サービスを行います。
④1	特定施設入居者 生活介護		有料老人ホームなどに入居している人が、日常生活上の支援や、食事・入浴などの介護や機能訓練が受けられます。
④2	介護老人保健施設	施 設	リハビリに重点をおいた施設です。医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリを受け、家庭での安定した生活の復帰を支援します。
④3	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)		常時介護が必要で居宅での生活が困難な方が入所して、日常生活上の支援や介護を行います。

(4) その他の相談機関やサービス

〈 地域での見守り 〉



ケアパス 一覧番号	相談者	役 割
④④	民生児童委員	それぞれの地域で、常に住民の立場に立って相談に応じ、必要な援助を行い、社会福祉の増進に努める方々であり、「児童委員」を兼ねています。行政や地域包括支援センターとの“つなぎ役”や、高齢者や障がい者世帯の見守りや安否確認も行っています。 ■ 問い合わせ先 市社会福祉協議会 電話：22-1159

〈 生きがいつくりと介護予防 〉

ケアパス 一覧番号	サービス名	内 容
④⑤	老人クラブ	仲間づくりを通して、生きがいと健康づくりを行うとともに、知識や経験を活かして、明るい長寿社会づくりや保健福祉の向上に努めることを目的に活動しています。 ■ 問い合わせ先 白河市老人クラブ連合会 電話：23-4126
④⑥	シルバー人材センター	豊富な知識・経験・技能を持つシルバー世代が仕事や社会奉仕活動等を通じて、生きがいのある生活を送り、地域社会に貢献することを目的とし、健康で働く機会が欲しいという仕事を紹介しています。 ■ 問い合わせ先 (公社) 白河・西郷広域シルバー人材センター 電話：22-9128



〈 家族の介護支援 〉

ケアパス 一覧番号	サービス名	内 容
④⑦	公益社団法人 認知症の人と 家族の会	同じ悩みを持つ家族同士が悩みを相談し合い、話し合う会です。情報交換や研修会、会報の発行などを通じて認知症の方と家族への支援を行います。月1回、白河市中心老人福祉センター「白寿園」にて、つどいと相談会を開催しています。※P58 もご覧ください。 ■ 問い合わせ先 福島県支部県南地区会事務局 本田 電話：0248-53-2394
④⑧	あったかカフェ (認知症カフェ)	認知症の方とその家族も含め、地域の誰でも参加することができ、悩みを相談したり、気分転換ができる場所です。申込み不要ですのでお気軽にご参加ください。 ■ 開催日 祝日等を除く第1・第3木曜の午後1時半～午後3時 ■ 開催場所 マイタウン白河(白河市本町2)地下大会議室 ■ 問い合わせ先 高齢福祉課高齢者支援係 28-5519(係直通)

〈 権利擁護に関する相談窓口 〉



ケアパス 一覧番号	サービス名	内 容
④9	日常生活 自立支援事業 (あんしんサポート)	物事を理解したり、判断したりすることが難しくなった方が、自立した生活を送れるように、福祉サービス利用援助や日常的な金銭管理のお手伝い、書類等のお預かりなどを行います。 ※本人の意思に基づく契約となります。 ■ 利用料 1 時間 1,200 円 (以降、30 分ごとに 400 円加算) ※上記に加え別途、交通費 (1 kmにつき 25 円) ががかかります。 ■ 問い合わせ先 市社会福祉協議会 電話：22-1159
⑤0	成年後見制度	成年後見制度は、精神上的の障がい（認知症、知的障がい、精神障がいなど）により判断能力が十分でない方が不利益を被らないように家庭裁判所に申立てをして、その方を援助してくれる人を付けてもらう制度です。 成年後見人等は、財産管理や身上監護（介護サービス、施設への入所などの生活に配慮すること）についての契約、遺産分割などの法律行為を本人に代わって行います。 ※地域包括支援センターや市高齢福祉課にご相談ください。
⑤1	白河市消費生活 センター	悪質商法や契約トラブル、多重債務などの消費者に関するトラブルの相談を受け付けます。 ■ 問い合わせ先 白河市消費生活センター（本庁舎内） 電話：22-1133



〈 住まいに関する情報 〉

市高齢福祉課または地域包括支援センターにお問い合わせください。

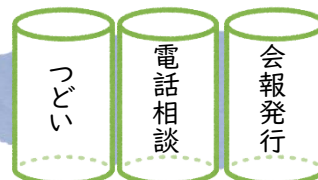


ケアパス 一覧番号	名称	内 容
⑤2	軽費老人ホーム	身の回りのことは自分でできるものの、身体機能の低下により自宅での生活に不安がある高齢者が入居し、その自立した生活を支援するための施設で食事や生活相談等のサービスの提供を行います。
⑤3	サービス付き 高齢者向け住宅	安否確認や生活相談などのサービスが提供される高齢者向けの住宅です。
⑤4	有料老人ホーム	食事や日常生活の援助が受けられる高齢者向けの住宅です。

(5) 公益社団法人

認知症の人と家族の会

福島県支部 県南地区会 本田 陽子



3つの柱で
活動しています

「家族の会」の原点は、介護家族同士が励まし合い、助け合う“つどい”にあります。認知症と初めて向き合う家族の混乱は昔も今も変わらず、介護の話は体験した人でないと分かりません。つどいでは、悩んでいることを話して気をまぎらわせたり、色々な介護・対応の方法があることを知ることができます。

励まし合いは介護する家族にとって最も必要で大切なことです。仲間とのつながり、介護保険などのサービスを使い、疲れ切ってしまう工夫も大切です。頑張りすぎないけどあきらめない。家族の暮らしがあってこそ介護。介護者の体と心のリフレッシュのためにも「つどい」に気軽に参加してください。出かけられない方は電話相談もありますので、詳しくは福島県支部県南地区会へお問い合わせください。

一人で悩まず、誰かに話を聞いてもらったり、相談したりしてください



どうも最近おかしい… もしかしたら認知症？
どこに相談すればいいだろう…



認知症だってわかっていても毎日の介護に
疲れちゃったな…辛いな…不安だな…



介護中で悩んでいる方、誰かと話したい方、看取った方、「つどい」に参加してみませんか？
認知症の本人や介護者同士が直接話し合うことができます。
男性の介護者も参加していますので、介護されている男性の方の参加もお待ちしています。

✂ 県南地区会の「つどい・相談会」は、月1回、白河市中央老人福祉センター「白寿園」（北中川原 313）で開催しています。初めての参加に不安がある方は、家族の会県南地区会事務局（P56）または、認知症地域支援推進員（P50）までご連絡ください。

「認知症と診断された母の変化と、家族の会との出会い」

福島県支部県南地区会会員（市内在住）

平成 20 年秋頃、認知症の症状に気が付いた。この時、母 74 歳、私 47 歳。症状は軽く、自立できている部分も多く、母は「誰にでもある年寄りの物忘れ」と受診を嫌がった。

平成 25 年 8 月、ご近所さんからの「あんた変だよ」の言葉に不安になった母はやっと「病院に行く」と言った。診断は「アルツハイマー型認知症」。

平成 26 年 7 月、症状は徐々に進み、ストレスから帯状疱疹になった。同年 11 月、近くにデイサービスが開所し契約したが母は拒否。この時期に私は介護離職をした。この冬が私にはとても長く辛かった。寒い部屋に一人ポツンと座る姿に涙が零れた。食事を届けると「何しに来た、帰れ。そんなの頼んでない」と。主治医に状況を伝え薬の調整してもらおうと、少しずつ表情が柔らかくなり笑顔も戻った。

平成 27 年 5 月、「風呂に入って髪を洗いたい」と、デイサービスに通うようになった。私は気持ちが少し楽になり母にも変化が見られた。「娘がいてよかった。ありがとう。感謝しているよ。」と母から言われたときは本当にうれしく、デイサービスの職員さんたちの支援に感謝した。

その後、認知症の症状は進行し、私は一人落ち込んでいった。「認知症の人と家族の会」の存在は知っていたが、参加を勧められてもなかなかその一歩が踏み出せなかった。

平成 28 年 11 月、母を連れて初参加。「共感できる場」と感じた私はつどいに参加するようになり、救いの場になった。

令和 2 年 9 月、脳梗塞を発症し寝たきりになった。想定外の出来事に戸惑ったが、ケアマネジャーと相談し在宅介護を続けることにした。通い慣れたデイサービス、訪問看護やりハビリ、車いす等のレンタルを利用し、介護のプロの助けや刺激を受け、母と私たち家族を支えてもらっている。

認知症発症から約 14 年。現実はいんどくて心が折れそうになるが、自分たちだけで頑張ろうとせず、家族の会で相談したり、福祉の力を借りたりして、母も私たち家族も笑顔で過ごせている。

※詳細につきましては、直接、医療機関へお問い合わせください。

(6) 認知症の診療を行っている近隣の医療機関

No.	医療機関名	所在地	電話番号	診療科
1	福島県立ふくしま医療センター こころの杜 (認知症疾患医療センター)	矢吹町滝八幡100 相談窓口：地域医療連携室 電話：44-2051	(代)42-3111	精神科
2	ありがクリニック	白河市北中川原183-1	21-1311	精神科 心療内科
3	(医) 信慈会 くにい増見クリニック	白河市大信増見字下ノ田45	46-2258	神経内科
4	福島県厚生農業協同組合連合会 白河厚生総合病院	白河市豊地上弥次郎2-1	22-2211	精神科 心療内科
5	(医社) 恵周会 白河病院	白河市六反山10-1	23-2700	脳神経外科
6	敦記念 田口医院	白河市郭内11	24-1111	脳神経外科
7	(医) 公翁会 千葉医院	白河市外薄葉43-1	24-2080	精神科
8	(医) 昭寿会 つかはら内科クリニック	白河市郭内12-14	24-1011	心療内科
9	(医) 慈泉会 南湖こころのクリニック	白河市関辺引目橋33	23-4401	精神科 心療内科
10	野村貫成堂クリニック	白河市新白河四丁目59	23-3071	精神科 心療内科
11	(医社) 博英会 かねこクリニック	西郷村字道南東11	24-3111	脳神経外科
12	(医社) 博英会 ニューロクリニック	西郷村下前田東5-1	24-4111	脳神経外科 脳神経内科
13	福島県太陽の国クリニック	西郷村大字真船字芝原29-4	25-3111	精神科
14	泉崎南東北診療所	泉崎村大字泉崎字山ヶ入56	53-2415	脳神経外科
15	(公財) 会田病院	矢吹町本町216	42-2121	精神科 脳神経外科
16	(医) 櫻仁会 西白河病院	矢吹町井戸尻445	42-3711	精神科 心療内科
17	福島県厚生農業協同組合連合会 塙厚生病院	塙町大字塙字大町一丁目5	0247-43-1145	精神科/心療内科 脳神経外科

(7) 認知症対応薬局

かかりつけ薬剤師（薬局）には、患者やその家族と接する機会が多くあります。そこで処方されたお薬の服薬指導や日頃の健康相談などの機会を活用して、患者さんの言動の変化やご家族からの聞き取りから、認知症や軽度認知障害に早期に『気づき』、受診を勧めたり、かかりつけ医や地域包括支援センターなどの関係機関に『つなぎ』、服薬の確認や多職種と連携した対応により『ささえ』ます。特に早期発見による早期対応を実現しようとするものです。

No.	薬局名	所在地	電話番号
1	アイランド薬局 弥次郎店	白河市豊地弥次郎34-1	24-1189
2	さくら薬局 横町店	白河市横町5-2	31-2511
3	ファークス薬局 白河	白河市六反山10-36	27-1185
4	ファークス薬局 つくし	白河市大鹿島前25-1	21-0381
5	ファークス薬局 めぐみ	白河市六反山10-26	31-2101
6	ファークス薬局 めぐみ北	白河市外薄葉17-5	21-1887
7	ローズ薬局	白河市金鈴4-5	24-0030

※福島県薬剤師会ホームページより

認知症対応薬局は
このステッカーが
目印です。



11. 自分でできる認知症の気づき「白河市認知症チェックシート」

人は誰でも年を重ねるにしたがって、若い頃と比べて記憶力などの認知機能が衰えます。しかし、認知機能が衰えるのは「年をとったから」だけではなく、脳の機能障害が原因かもしれません。以下の質問に答えて、簡単にチェックしてみましょう。※ご家族や身近な方がチェックすることもできます。



本人氏名		生年月日	
住 所		連 絡 先	

チェック1 チェックした人はどなたですか？○を付けてください。【本人・家族など】

カレンダーなどを見ないで、今日の日付を書いてください	年 月 日 曜日
昨日の夕食の内容を全て書いてください	

チェック2 チェックした人はどなたですか？○を付けてください。【本人・家族など】

最近1ヵ月以内のことを思い出してご回答ください

No.	質問内容	1 点	2 点	3 点	4 点
1	財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
2	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
3	自分の生年月日がわからないときがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
4	今日が何月何日かわからないときがありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
5	自分のいる場所がどこかわからなくなることはいくつありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
6	道に迷って家に帰ってこれなくなることはありますか。	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
7	電気やガスや水道が止まってしまったときに、自分で適切に対処できますか。 ※自分で電気会社などに連絡をしたり、滞納している料金を払いにいったりできますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
8	一日の計画を自分で立てることが出来ますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
9	季節や状況に合った服を自分で選ぶことができますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
10	一人で買い物はできますか。 ※一人で買い物に行かなければならない場合、必要な物を必要な量だけ買うことができますか	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない

No.	質問内容	1 点	2 点	3 点	4 点
11	バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
12	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
13	電話をかけることができますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
14	自分で食事の準備はできますか。 ※必要な食材を自分で調理または惣菜を買って準備することはできますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
15	自分で、薬を決まった時間に、決まった分量飲むことはできていますか。	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	まったく できない
16	入浴は一人でできますか。	問題なく できる	見守りや声 かけが必要	一部介助を 要する	全介助を 要する
17	着替えは一人でできますか。	問題なく できる	見守りや声 かけが必要	一部介助を 要する	全介助を 要する
18	トイレは一人でできますか。	問題なく できる	見守りや声 かけが必要	一部介助を 要する	全介助を 要する
19	身だしなみを整えることは一人でできますか。	問題なく できる	見守りや声 かけが必要	一部介助を 要する	全介助を 要する
20	食事は一人でできますか。※食事は介助がなくても一人で食べることができますか。	問題なく できる	見守りや声 かけが必要	一部介助を 要する	全介助を 要する
21	家の中での移動は一人でできますか。	問題なく できる	見守りや声 かけが必要	一部介助を 要する	全介助を 要する
小 計		1 点 × () = ()	2 点 × () = ()	3 点 × () = ()	4 点 × () = ()
		No.1～21 (21 項目) の合計点			点 / 84 点

【チェック 2 の出典】 兵庫県版認知症チェックシート (DASC®-21:©地方独立法人東京都健康長寿医療センター研究所)

「チェック 2」の合計点が
「31 点以上」の場合は、
認知機能や社会生活に支障が
出ている可能性があります。

➡

**かかりつけ医や認知症相談医療機関を
受診してください**

※医療機関を受診される場合は、この「認知症チェックシート」をご持参ください。

※合計点が 31 点未満でも、気になることがある場合は、かかりつけ医や認知症相談医療機関、その他相談窓口にご相談ください。

「チェック 1」で、大幅に答えられなかった場合にも、認知機能が低下している可能性が考えられます。

【白河市認知症初期集中支援チーム作成】

※ご自身・ご家庭でチェックした結果は、あくまでも参考としてご活用ください。

白河市公式

LINE

友だち登録は
こちらから▼



友だち募集中だワン！

© しらかわん

【問い合わせ先】

白河市 市長公室 秘書広報課

☎ 0248-28-5501

白河市公式
LINE

と友だちに
なろう！

みんなの暮らしに役立つ
情報を配信するワン！



＊ 16 種類のカテゴリから希望
する情報だけ受け取れます。

- | | |
|----------|---------|
| ● イベント | ● 健康・医療 |
| ● 観光 | ● 福祉 |
| ● 歴史・文化財 | ● しごと |
| ● 文化・芸術 | ● 防災・安全 |
| ● スポーツ | ● 防災無線 |
| ● 子育て | ● 農林業 |
| ● 補助・助成 | ● 図書館 |
| ● 暮らし | ● 市政情報 |

＊ メニューボタンをタップして
簡単に情報検索できます。

画面下部に表示されるメニューボタン
から、市ホームページ内の各種情報
ページにアクセスでき、便利です。



白河市高齢者サポートブックに関する問い合わせ

白河市 保健福祉部 高齢福祉課 高齢者支援係

〒961-8602 福島県白河市八幡小路 7 番地 1

電 話：0248-28-5519（係直通）

F A X：0248-23-1255

Eメール：koreifukushi@city.shirakawa.fukushima.jp



.....

表郷庁舎 地域振興課 市民福祉係

〒961-0416 福島県白河市表郷金山字長者久保 2 番地

電 話：0248-32-2114 F A X：0248-32-2234

.....

大信庁舎 地域振興課 市民福祉係

〒969-0392 福島県白河市大信町屋字沢田 15 番地 1

電 話：0248-46-2114 F A X：0248-46-2409

.....

東庁舎 地域振興課 市民福祉係

〒961-0392 福島県白河市東釜子字殿田表 50 番地

電 話：0248-34-2116 F A X：0248-34-3584

.....