

～支え支えられ、認知症とともに笑顔で暮らす伊勢市～

認知症あんしんガイドブック

みんなで見守ります



©2008 伊勢市

伊勢市では、認知症のある人が、住み慣れた地域で生きがいをもち安心して暮らせるよう、認知症の正しい知識の普及や認知症の方と家族への支援などの取り組みをすすめています。

この「認知症あんしんガイドブック」には、知っておきたい認知症の基礎知識や、認知症の方やそのご家族が利用できる伊勢市の色々な制度やサービスなどの情報をまとめています。

認知症を知るきっかけとして、ご活用ください。

<目次>

認知症ケアパス	1～2	認知症の予防	8
新しい認知症観	3	認知症の経過と対応	9～10
認知症を知ろう	4～5	認知症の人や家族を 支える制度	11～16
認知症かなと思ったら	6	伊勢市の地域包括 支援センター	17～18
認知症の人と接するときの 心構え	7		

状態や症状に合わせて受けられるサービスの流れ

右へ行くほど時間が経過し症状も進行していきます

経過	自立・元気	気づき	助けがあれば日常生活は自立	日常生活を送るには手助け・介護が必要	日常生活を送るには常に介護が必要	身の回りのこと全般に常に介護が必要
経過と対応のポイント	認知症予防に関する取組を実践しましょう。 認知症を身近な病気として関心を持ちましょう。	もの忘れが見られ、人の名前や物の名前が思い出せないことがしばしばみられます。 何か様子がおかしいと思ったら、かかりつけ医や相談窓口早めに相談しましょう。 (P11)	財布や通帳など大事なものをなくす、同じことを何度も話したり、聞いたことが増えます。 失敗を責めたり否定せず、本人を安心させましょう。できない部分を見極めてさりげなくフォローをしましょう。	着替えや食事、トイレや入浴といった日々の行為が上手にできなくなります。「物を盗まれた」などの被害妄想が増えます。 対応のポイント 時間がかかりますが、声かけや誘導、人の手助けがあればできます。本人になるべく役割を持ってもらいましょう。	服の着替えが困難になる。家族がわからない。会話が成立しない。外出して道に迷うなどの症状が増えます。 表情や行動、以前の本人の希望などをくみ取り、スキップなどでコミュニケーションをとりましょう。転倒予防など住まいの環境を整えましょう。	症状がかなり進んでも意思疎通ができないわけではありません。 言葉で表現できなくても顔や表情から、快・不快をくみ取りましょう。一人で介護を抱え込まないように介護・医療サービスを活用しましょう。
支援の内容	P3~8をご参照ください	P9~10「認知症の経過と対応」をご参照ください				
相談 P.11	伊勢市福祉総合支援センター、地域包括支援センター、認知症コールセンター、若年性認知症電話相談、かかりつけ医、ケアマネジャー					
医療 P.12	かかりつけ医 かかりつけ薬局	認知症サポート医、認知症疾患医療センター、	もの忘れ相談チーム	訪問看護		
社会参加 仲間づくり支援 P.13	趣味活動、生涯学習活動、介護予防教室、老人クラブ、地域サロン、認知症カフェ					
権利擁護 P.14	法律相談、人権相談、伊勢市消費生活センター、地域包括支援センター 伊勢市成年後見サポートセンターきぼう、伊勢市日常生活自立支援センター、津家庭裁判所伊勢支部					
見守り支援 P.15	近隣住民、認知症サポーター 伊勢市認知症高齢者等SOSネットワーク、伊勢市高齢者等SOS家族支援サービス、伊勢市認知症高齢者等個人賠償責任保険					
家族支援 P.11~15	地域包括支援センター、介護保険サービス、認知症カフェ、交流会、認知症コールセンター、若年性認知症電話相談					
介護支援等 P.16	介護サービス 訪問・通所型サービス 訪問介護、通所介護、訪問リハビリテーション、ショートステイ、訪問看護、通所リハビリテーション、小規模多機能型居宅介護					
住まい P.16	有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅 グループホーム 介護保険施設 住宅改修、福祉用具					

新しい認知症観

認知症基本法

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が令和6年1月1日に施行されました。

すべての認知症の人が、基本的人権（人が生まれながらに持っている、誰からも奪われない権利）を持っている個人として、その人自身の意思によって自分の暮らしをおくることができるようにしなければなりませんと定めています。

新しい認知症観

「認知症になったらなにもできなくなる」「何もわからなくなる」そんなイメージを持っていませんか？

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ます

「新しい認知症観」とは認知症であっても、住み慣れた地域で仲間などつながりながら、希望をも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。

認知症を誰もがなり得るものとして、自分ごととして考え、新しい認知症観をもとに共に支え合う地域を皆でつくっていきましょう。

新しい認知症観

わがごと、可能性重視、ともに、希望

- ①わがごと、お互い様、向き合う、備える
- ②分かること、できることが豊富にある
- ③本人は声を出せる/声を聴く
- ④本人が一番困っている。本人なりの意味がある
- ⑤あたりまえのこと（人権）重視
- ⑥本人が決める（決められるような支援）
- ⑦本人は支え手でもある。経験者として大切な存在
- ⑧地域の一員としてともに暮らす
- ⑨認知症でも自分は自分、自然体でオープンに
- ⑩楽しい、のびのび、あきらめず、希望がある



認知症を知ろう

認知症は脳の病気です

認知症とは、いろいろな原因で脳の働きが悪くなって記憶力や判断力などが低下し、日常生活に支障が出る状態（およそ6ヶ月以上継続）で、通常の老化による衰えとは違います。

たとえば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは老化によるもの忘れといえますが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は、認知症が疑われます。

どんな症状があるのでしょうか

認知症に必ず現れる「中核症状」と、本人の性格や環境、人間関係などの影響で出現する精神・行動上のさまざまな症状「BPSD=行動・心理症状」があります。

中核症状

治すことは難しい

きおくしょうがい 記憶障害

新しい体験記憶や、知っているはずの記憶の呼び覚ましが困難になる障害。



りかい・はんだんりよく しょうがい 理解・判断力の障害

2つ以上のことの同時処理や、いつもと違う些細な変化への対応が困難になる障害。



脳の細胞が 壊れる

けんとうしきしょうがい 見当識障害

時間、日付、季節感、場所、人間関係などの把握が困難になる障害。



じっこうきのうしょうがい 実行機能障害

旅行や料理など計画や手順を考え、それにそって実行することが困難になる障害。



性格・素質

環境・心理状態

- 不安や焦り
- 心身の不調
- 周囲の不適切な対応

行動・心理症状

予防や緩和が可能

適切な治療や周囲のサポートで認知症の人が感じている精神的なストレスなどを取り除くことによって、ある程度の予防や緩和が可能です。

- 妄想 ●幻覚 ●攻撃的な言動
- 歩き回る・道に迷う ●無気力
- 便をいじるなどの排泄の混乱
- 過食などの食行動の混乱 など

認知症を知ろう

認知症の種類と特徴

認知症は原因となる病気によってさまざまな特徴があります。

アルツハイマー型認知症

一番多い認知症 記憶障害が特徴

脳の神経細胞が徐々に減少し、脳が委縮するためにおこる病気。認知症で最も多い。



- 最近の事を忘れる
- 同じことを何回も言う
- 食事の準備などができなくなる
- 約束をすっぽかす

脳血管性認知症

脳梗塞、脳出血 などが原因

脳梗塞や脳出血など脳の血管障害で脳細胞が死滅することで発症する。脳梗塞などの再発で症状が段階的にすすむ。



- 脳のどの部分が障害されたかによって症状が異なる
- 手足のまひがある
- 意欲が低下する
- 徐々に進行する

レビー小体型認知症

幻視や手足の 震えが現れる

最初は、もの忘れよりうつ症状、失神、震えといった症状が出る。幻視が現れる。



- 手足の震えや筋肉の硬直で転倒しやすい
- パーキンソン病に似ている症状がある（手足のこわばり）
- 人や動物など詳細な幻視や妄想がみられる
- 目の前にはないはずのものが見える
- もの忘れは軽い

前頭側頭型認知症

人格や行動の 変化が現れる

脳の前頭葉や側頭葉が徐々に萎縮する病気。物忘れの症状は軽く、意欲や理性、感情のコントロールが難しくなる。



- 同じ行動を繰り返す
- 我慢や思いやり等がなくなり、自己本位な行動をとる
- 以前と人格が変わる

65歳未満で
発症する
認知症の総称



若年性認知症

他の脳の病気や、うつ病のような気分障害などの精神疾患と似ている部分があり、診断は専門の医療機関で行われます。

こんな症状 に注意

- 仕事の手順がわからなくなった
- 今までできていた家事ができなくなる
- 人との約束を忘れる など

認知症かなと思ったら

認知症は早期発見、治療が非常に重要です

認知症の中には、早期に治療をすれば治せるものもあります。脳血管性認知症は、脳血管障害の再発や大きなストレスを防ぐことによって進行を遅らせることができます。また、アルツハイマー型では薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めることで健康な時間を長くすることができます。

本人が病気を理解できる時点で受診し、少しずつ理解を深めていけば生活上の障害を少なくしたり、その後のトラブルを減らすことができます。症状が軽いうちに自分の今後のことを考えておく等の準備や手続きをすることで、自分らしい生き方をすることができます。

●早期発見による3つのメリット

メリット1 早期治療で改善も期待できる

認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し、早期に治療を始めることで改善が期待できるものもあります。

メリット2 進行を遅らせることができる

認知症の症状が悪化する前に適切なサポートを行うことによって、その進行のスピードを遅らせることができます。

メリット3 事前にいろいろな準備ができる

早期発見によって、症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり、利用できる制度やサービスを調べたりする「認知症に向き合うための準備」を整えることができます。

認知症の人と接するときの心構え

最初に気が付くのは本人です

認知症の人は「何もわかっていない」と介護者は思いがちですが、それは間違いです。認知症の症状に、最初に気づくのは本人です。もの忘れが増えたり、今までできていたことができなくなったりする変化に、誰よりも本人が驚き、「何かがおかしい」と混乱しているのです。まず、その気持ちを思いやりましょう。

「その人らしさ」を大切にしましょう

認知症の人の「個性」や「歴史」を尊重しましょう。人は「自分らしさ」が尊重されていると感じられる環境であれば、安心して過ごすことができるものです。「認知症の人」としてではなく、「その人らしさ」を大切に接しましょう。

all
OK

「否定よりも肯定」の気持ちで接しましょう

介護者は、認知症の人の思わぬ言動に戸惑うことがあります。そのなかで、間違いや失敗などがあつたときに、強く否定をしたり、説得を試みたりすると、認知症の人の罪悪感や孤独感をつのらせてしまいます。失敗しても「大丈夫」と肯定する気持ちをもって接しましょう。



状態に合わせた対応を

まずは相談！

今までと違うことに気づいたり、不安を抱えたりすることがあれば、そのままにしないで相談しましょう。



本人の不安を和らげる

「認知症の人は何もわからない」のではなく、一番心配で心細く、苦しんでいるのは他でもない本人です。



居場所をつくり、仲間を増やす

安心して過ごせる居場所をつくり、仲間と交流しましょう。また、将来を見据えた今後の生活設計を早いうちから家族と話し合っておきましょう。



認知症の予防 ～ 今日から出来る生活習慣 ～

生活習慣病（高血圧症、脂質異常症、糖尿病、心臓病など）を予防することや、脳の活性化を図ることで、認知症発症のリスクを減らしたり、進行をゆるやかにすることが期待できます。

運動する習慣を

運動は脳を刺激し認知機能の向上やストレス軽減などの効果があります

おすすめ



- ウォーキングなどの有酸素運動
- スクワットやつま先立ちなどの筋力トレーニング
- コグニサイズ（デュアルタスク運動）
例) しりとりをしながらウォーキングなど
- 10秒運動

詳しくは
二次元コードへ



食事を工夫する

様々な食品をバランスよく食べたんぱく質やビタミンの不足を防ぎましょう！

- 毎日3食、バランスよく食べよう
- 野菜、果物、魚介類を積極的にとろう
- しっかりよく噛んで食べよう
- こまめに水分をとろう
- 糖分や塩分は控え目に
- 誰かと一緒に食事を楽しむ時間を増やそう



社会参加を積極的に

人とつながりながら日常を楽しむことは、脳へ良い刺激を与えます

- 趣味を楽しもう！同じ趣味を持つ人を見つけて交流しよう！
将棋、健康麻雀、読書、楽器の演奏など頭を使う趣味もおすすめ



- 人と交流をしよう！

人との会話が深いほど認知症になる可能性が低くなります
直接会えなくても電話やビデオ通話でもOK
みんなで昔のことを回想することもおすすめ



耳の聞こえにくさがあると、会話が億劫になる場合があります。
医師への相談等、早期に対応をしましょう。

- 家に閉じこもらず外出しよう！

外出頻度は健康状態や生活機能に関連しています。
最低でも週1回以上、できれば毎日外出しよう



認知症の経過と対応

認知症の経過	自立	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	日常生活を送るには支援や介護が必要	常に専門医療や介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> ● 認知機能に目立った低下はない ● 健康づくりや介護予防に取り組む ● 地域とのつながり（社会参加）を大事にする 	<ul style="list-style-type: none"> ● もの忘れが増えるが自覚もある（人からも言われ始める） ● 日常生活は自立しているが、計算間違いや漢字のミスなどが増える 	<ul style="list-style-type: none"> ● 同じことを何度も聞くようになる ● 物や人の名前が出てこない ● 書き忘れやしまい忘れがある ● 料理や買い物、金銭管理などが難しくなってくる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 「物をとられた」などの発言をする ● 洋服の着替えがうまくできなくなる ● 家までの帰り道が分からなくなる ● 書字・読字が苦手になり物忘れの自覚がない ● 言葉がうまく出ず、自分の意思を伝えにくくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 食事、トイレ、お風呂、移動などの日常生活に関することが、誰かの助けがないと難しい ● 車いすやベッド上での生活が長くなる ● 言葉数は少なくなるが、感覚（目・耳・鼻などの機能）は残っている
対応のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ● 本人と一緒に認知症予防に関する取り組みを実践 ● 「認知症は身近な病気である」「加齢に伴い発症率が高くなる病気である」ということを理解する ● 認知症への備えとして健康づくりや生活改善、趣味など新たな交流や活動を勧める ● 高血圧や糖尿病などの生活習慣病を予防する ● 居場所や仲間をふやす 	<ul style="list-style-type: none"> ● 年齢のせいにはせず、気になりはじめたら、早めにかかりつけ医や各種窓口相談 ● 認知症の疾患や介護について正しく理解する ● 近くの親戚や本人の親しい人には、病気のことを伝えておく ● 大事な事や出来事はメモを活用する ● ゆっくり、短いことばで、一つずつ言う ● 時間の見当がつく工夫をする ● 不快な表情や態度は避ける混乱させるようなことは質問しない ● できることもたくさん残っている 	<ul style="list-style-type: none"> ● 同じことを聞かれても、きちんと返答 ● 何でもかんでも取り上げず、本人ができないことだけをサポート ● 介護保険サービスを利用したり、集いの場を利用する ● 民生委員や町内会の知人や友人など積極的に見守ってくれる周囲の人の数を増やす ● 説得はせず、納得してもらう ● 昔の思い出に触れたり、なじみの歌に親しむ ● 自然の風や光に適度に当たる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 様々な症状が出て疲れる時期 ● 人の助けを借りよう ● 通所系サービスのみでは困難 訪問系や泊り系のサービスなどの検討を 	<ul style="list-style-type: none"> ● 本人が安心できる環境づくりを心掛ける ● 最期の迎え方について家族間で話し合いをしておく

認知症の方や家族への支援体制



相談

- 伊勢市福祉総合支援センター
- 地域包括支援センター
- 認知症コールセンター
- 若年性認知症電話相談
- かかりつけ医
- ケアマネジャー

医療

- かかりつけ医
- かかりつけ薬局
- 認知症サポート医
- 認知症疾患医療センター
- もの忘れ相談チーム
- 訪問看護

社会参加 仲間づくり支援

- 趣味活動
- 生涯学習活動
- 介護予防教室
- 老人クラブ
- 地域サロン
- 認知症カフェ



見守り支援

- 近隣住民
- 認知症サポーター
- 伊勢市認知症高齢者等SOSネットワーク
- 伊勢市高齢者等SOS家族支援サービス
- 伊勢市認知症高齢者等個人賠償責任保険

介護

- 介護サービス
- 訪問・通所型サービス
- 訪問介護
- 通所介護
- 訪問リハビリテーション
- ショートステイ
- 訪問看護
- 通所リハビリテーション
- 小規模多機能型居宅介護

認知症に関する相談窓口

もの忘れ相談チーム(認知症初期集中支援チーム)

認知症になっても、本人の意思が尊重され、住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、専門医のアドバイスを受けながら認知症の人やその家族に関わり、治療や日頃の対応に向けた相談支援を保健師や社会福祉士等が行います。

名称	住所	電話	FAX
伊勢市福祉総合支援センター よりそい	伊勢市宮後1-1-35 MiralSE 伊勢市健康福祉ステーション7階	21-5611	63-5420

地域包括支援センター

担当エリアは17・18ページに一覧表があります

市内6ヶ所にある地域包括支援センターで、認知症に関する様々なご相談をお受けします。お住まいの地区の地域包括支援センターへご相談ください。電話相談や、自宅にもお伺いします。一人で悩まずお気軽にご相談ください。

名称	住所	電話	FAX
伊勢市 東 地域包括支援センター	伊勢市二見町茶屋456-2 (二見ふれあいプラザ内)	44-1165	43-4427
伊勢市 五十鈴 地域包括支援センター	伊勢市楠部町乙77 (山崎外科内科敷地内)	20-5500	23-0101
伊勢市 北 地域包括支援センター	伊勢市馬瀬町1094-9 (楽寿苑内)	65-5070	65-5075
伊勢市 中部 地域包括支援センター	伊勢市八日市場町13-1 (伊勢市社会福祉協議会 福祉センター2階)	27-2424	27-2412
伊勢市 南 地域包括支援センター	伊勢市二俣町577-9 (神路園内)	21-0080	22-6070
伊勢市 西 地域包括支援センター	伊勢市小俣町元町536 (小俣保健センター1階)	20-5055	27-0570

地域包括支援センターに『**認知症地域支援推進員**』がいます。お気軽にご相談ください♪

『認知症地域支援推進員』は、専門知識を活かして相談に応じたり、認知症の人や家族の思いを受け止め、地域の特性や実情に応じた活動をします。認知症カフェやチームオレンジなど地域のネットワークづくりを行っています。

《具体的な活動例》

- ・認知症の人やその家族への相談・支援
- ・認知症の人の社会参加の支援（スローショッピング等）
- ・認知症を理解するための啓発活動（認知症サポーター養成講座等）
- ・認知症カフェの開催
- ・チームオレンジ（認知症サポーターが地域でチームを組んで活動）の支援

認知症の電話相談

本人や家族の相談を受けます。



名称	電話	開設日・時間	備考
三重県認知症 コールセンター	059-235-4165	月曜日から土曜日（ただし、水曜日と祝日及び年末年始は休業） 10:00~18:00	三重県が 公益社団法人 認知症の人と家族の会へ 委託
若年性認知症 電話相談	059-382-8490 090-5459-0960	月曜日から金曜日（ただし、祝日 及び年末年始は休業） 10:00~17:00	三重県が（有）イトー ファーマシーへ委託

認知症に関する医療機関

かかりつけ医

もの忘れが気になり始めたら、まずは、かかりつけ医に相談しましょう。
ご家庭の日常的な診療や健康管理をしてくれる身近なかかりつけの医師をもつようにしましょう。

認知症サポート医（五十音順）

認知症サポート医の研修を修了した、かかりつけ医の認知症診断等に関する相談役・アドバイザーで、関係機関との連携を行う医師がいる医療機関です。（三重県長寿介護課ホームページより）

名称	住所	電話
いせ在宅医療クリニック	伊勢市御菌町高向927	20-8104
伊勢田中病院	伊勢市大世古4-6-47	25-3111
伊勢ひかり病院	伊勢市御菌町高向810-1	22-1155
いせ山川クリニック	伊勢市小木町557	31-0031
市立伊勢総合病院	伊勢市楠部町3038	23-5111
橋上内科皮フ泌尿器科医院	伊勢市岩渕2-2-3	28-3402
畠中医院	伊勢市大湊町862	36-4572
藤井整形外科クリニック	伊勢市楠部町乙139-2	26-2001
由井医院	伊勢市岩渕2-7-12	27-1187

認知症疾患医療センター

認知症の専門相談や専門医療の提供などを行います。

名称	住所	電話
伊勢志摩区域 連携型認知症疾患医療センター いせ山川クリニック	伊勢市小木町557	0596-31-0031
南勢志摩圏域 地域型認知症疾患医療センター 松阪厚生病院	松阪市久保町1927-2	0598-29-4522
基幹型認知症疾患医療センター 国立大学法人 三重大学医学部附属病院	津市江戸橋2丁目174	059-231-6029

家族の会・交流会

家族会

家族同士の交流会、情報交換、会報にて情報提供などを行います。初めての方は事前に連絡してください。

名称	開催場所	開催頻度・時間	問い合わせ先
認知症の人と家族の会 伊勢地区つどい <主催> 公益社団法人 認知症の人と家族の会 三重県支部伊勢地区担当	伊勢市福祉総合 支援センターよりそい (伊勢市宮後1-135MiraiSE 伊勢市健康福祉ステーション 7階)	年6回 偶数月 第2火曜日 13:30~15:00	伊勢市福祉総合 支援センター よりそい 21-5611

認知症カフェ・交流会

本人や家族が集まり、語り合ったり、レクリエーションをしたりして、仲間づくりを行う場です。詳しい内容は各カフェへお問い合わせいただき、参加の際は事前に連絡してください。

名称	開催場所	開催頻度・時間	問い合わせ先
オレンジカフェ よりそい	伊勢市福祉総合 支援センターよりそい (伊勢市宮後1-1-35MiraiSE 伊勢市健康福祉ステーション 7階)	毎月 第4金曜日 10:00~11:30 ※事前連絡不要	伊勢市福祉総合 支援センター よりそい 21-5611
五十鈴 オレンジカフェ	伊勢市五十鈴地域包括 支援センター (伊勢市楠部町乙77)	奇数月 第4木曜日 13:30~15:00	伊勢市五十鈴地域 包括支援センター 20-5500
きたってカフェ	伊勢市北地域内で調整し、 決定次第チラシ等でお知らせ します	不定期に開催 ※北地域包括支援センターへ お問い合わせください。	伊勢市北地域 包括支援センター 65-5070
オレンジカフェ	伊勢市中部地域内で調整し、 決定次第チラシ等でお知らせ します	不定期に開催 ※中部地域包括支援センター へお問い合わせください。	伊勢市中部地域 包括支援センター 27-2424
オレンジカフェ こんぺいとう	神路園 地域交流室 (伊勢市二俣町577-9)	不定期に開催 ※南地域包括支援センターへ お問い合わせください。	伊勢市南地域 包括支援センター 21-0080
よってこカフェ	伊勢市小俣保健センター (伊勢市小俣町元町536)	不定期に開催 ※西地域包括支援センターへ お問い合わせください。	伊勢市西地域 包括支援センター 20-5055
ふたみカフェ	伊勢市東地域内で調整し、 決定次第チラシ等でお知らせ します	不定期に開催 ※東地域包括支援センターへ お問い合わせください。 (R.8.4 ~)	伊勢市東地域 包括支援センター 44-1165

権利擁護についての相談

日常生活自立支援事業に関する相談

日常生活自立支援事業とは、利用者との契約に基づき、福祉サービスの利用援助や日常的なお金の出し入れなどを支援する制度です。

名称	住所	電話
伊勢日常生活自立支援センター	伊勢市八日市場町13-1 (伊勢市社会福祉協議会 福祉センター2階)	20-8618

成年後見制度の利用に関する相談

成年後見制度とは、認知症などにより判断能力が十分でない人の財産管理や生活全般に関する契約などの法律行為を支援する制度です。判断能力がある人が、不十分になった場合に備える任意後見制度もあります。

名称	住所	電話
伊勢市成年後見サポートセンター きぼう ※伊勢市委託事業	伊勢市八日市場町13-1 (伊勢市社会福祉協議会 福祉センター2階)	21-1122
津家庭裁判所 伊勢支部 ※成年後見の申立て手続きの案内	伊勢市岡本1-2-6	28-3135

消費生活相談に関すること

契約・取引のトラブル、製品事故、多重債務、商品・サービスに関する苦情などに対して消費生活相談員が助言などを行い問題解決のお手伝いをします。

名称	住所	電話
伊勢市消費生活センター	伊勢市岩淵1-7-29 (伊勢市役所 商工労政課)	21-5717



見守り支援

詳細は、各二次元コードから伊勢市ホームページをご覧ください。

認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識や接し方を学び、認知症の人とその家族を地域で見守り支援する認知症サポーターの養成講座を随時開催しています。



伊勢市 認知症高齢者等SOSネットワーク「いせ見守りてらす」登録制度

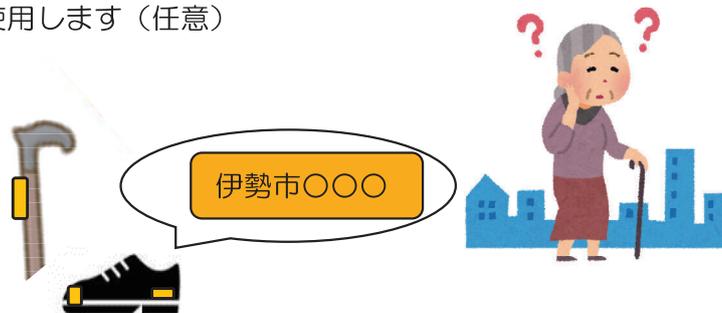
認知症などで行方不明になるおそれのある方と、その家族を支援するためのネットワークです。行方不明になるおそれがある方の名前や特徴、写真などの情報をあらかじめ登録し、早期発見、保護に役立てる制度です。



登録者は、登録シールを靴や杖などの外出時いつも身につけるものに貼って使用します（任意）

《登録シールを付けた方を発見した場合》

- 様子を見守り
必要な場合は優しく声をかけてください。
- 伊勢警察署(電話20-0110)へご連絡ください。



伊勢市 認知症高齢者等SOS家族支援サービス(位置情報提供システム(GPS端末)の貸与)

在宅の認知症高齢者などが行方不明になった際に、行方不明者の位置を探索し、安全に保護できるよう、また、在宅介護を行う家族の負担軽減を図るため、位置情報提供システム(GPS端末)を貸与する制度です。

※伊勢市認知症高齢者等SOSネットワーク「いせ見守りてらす」登録制度利用者が対象です。



伊勢市 認知症高齢者等個人賠償責任保険

日常生活での偶発的な事故により、認知症の人や家族が法律上の損害賠償責任を負う場合に、その賠償金を保険で補償します。保険料は市が負担します。

※伊勢市認知症高齢者等SOSネットワーク「いせ見守りてらす」登録制度利用者が対象です。



お問い合わせ先	住所	電話	FAX
伊勢市福祉総合支援センター よりそい	伊勢市宮後1-1-35 MiralSE 伊勢市健康福祉 ステーション 7階	21-5611	63-5420

介護保険サービス

介護保険サービスを利用するには、要支援・要介護認定を受けていただく必要があります。手続きの詳細は地域包括支援センター、担当のケアマネジャーにお尋ねください。

居宅介護支援事業所と介護支援専門員(ケアマネジャー)

適切な介護サービスが利用できるよう、介護保険サービスの相談に応じる相談窓口です。介護支援専門員は利用者や家族の相談に応じたり、居宅サービス計画を作成し、サービス事業者と連絡や調整を行います。

介護保険サービスについて

以下のような介護保険サービスを利用することができます。
事業の内容と事業所名は、別冊「伊勢市介護保険サービス一覧表」をご覧ください。

名称	内容
訪問介護（ホームヘルプサービス）	ホームヘルパーが、調理・掃除等の生活援助や、食事介助・入浴・排泄などの身体介護等を行います。
訪問入浴介護	訪問入浴車による、入浴の介護を行います。
居宅療養管理指導	医師・歯科医師・薬剤師・看護師等による療養上の管理や指導を行います。
訪問看護	看護師等が、療養上の世話や必要な診療の補助を行います。
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士や言語聴覚士等が訪問し、必要なリハビリテーションを行います。
通所介護（デイサービス）	入浴や食事、日常生活の支援や機能訓練を日帰りで行います。
認知症対応型通所介護	認知症高齢者の専門的なケアサービスを行います。
通所リハビリテーション（デイケアサービス）	介護老人保健施設や医療機関等で、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リハビリテーションを行います。
短期入所生活介護（ショートステイ）	短期間の入所中に、入浴・排泄・食事等の介護、その他日常生活上の世話、機能訓練等を行います。
短期入所療養介護（ショートステイ）	短期間の入所中に、看護や医学的管理下における介護、その他必要な医療および日常生活上の支援や、機能訓練等を行います。
福祉用具貸与・購入	日常生活の自立を補うために福祉用具のレンタルや購入の支援を行います。
住宅改修費の支給	住宅改修費20万円上限に、改修費の1割が自己負担（一定所得以上者は2割または3割負担）。
認知症対応型共同生活介護（グループホーム）	認知症の方を対象に、グループホームで入浴、排泄、食事等の介護、その他日常生活上の支援や機能訓練を行います。 ※要支援1の方は利用できません。
小規模多機能型居宅介護	通所を中心に、利用者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る等、多機能なサービスを行います。
特定施設入居者生活介護	有料老人ホームや軽費老人ホーム（ケアハウス）等の入所者を対象に、入浴、排泄、食事などの介護、その他日常生活上の支援や機能訓練を行います。
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	常時介護が必要な方に、入浴、排泄、食事等の介護、その他日常生活上の支援や機能訓練を行います。
介護老人保健施設	病状の安定した方に、在宅復帰に向けた機能訓練、医療ケアや介護、その他日常生活上の支援を行います。
介護医療院	主に長期にわたり療養が必要な方に、療養上の管理や看護、医学的管理の下の介護及び機能訓練、その他必要な医療や日常生活上の支援を行います。

伊勢市の地域包括支援センター

いずれも、土曜日、日曜日、祝日、12月29日から翌年1月3日までは休業日

伊勢市 東 地域包括支援センター

伊勢市二見町茶屋456-2
(二見ふれあいプラザ内)

☎電話: 0596-44-1165

FAX: 0596 - 43 - 4427

E-mail: ise-higasi-houkatu@mie.email.ne.jp

《担当地区》

黒瀬町・通町・一色町・田尻町
二見町



伊勢市 五十鈴 地域包括支援センター

伊勢市楠部町乙77(山崎外科内科敷地内)

☎電話: 0596-20-5500

FAX: 0596 - 23 - 0101

E-mail: isuzuhoukatsu@orion.ocn.ne.jp

《担当地区》

宇治館町・宇治今在家町・宇治中之切町
宇治浦田1~3丁目・桜木町・中之町・
中村町桜が丘・古市町・久世戸町・倭町
中村町・楠部町・一字田町・朝熊町・鹿海町



伊勢市 北 地域包括支援センター

伊勢市馬瀬町1094-9(楽寿苑内)

☎電話: 0596-65-5070

FAX: 0596 - 65 - 5075

E-mail: ise-kita-houkatu@hoeikai.or.jp

《担当地区》

神社港・竹ヶ鼻町・小木町・馬瀬町・下野町
大湊町
御藪町



伊勢市 中部 地域包括支援センター

伊勢市八日市場町13番1
(伊勢市社会福祉協議会 福祉センター2階)

☎電話: 0596-27-2424

FAX: 0596 - 27 - 2412

E-mail: iseshakyo-houkatu2@mie.email.ne.jp

《担当地区》

尾上町・岡本1~3丁目・岩渕町・岩渕1~3丁目
吹上1~2丁目・河崎1~3丁目・船江1~4丁目
豊川町・本町・宮後1~3丁目・一之木1~5丁目
一志町・八日市場町・大世古1~4丁目
曾祢1~2丁目・神田久志本町・神久1~6丁目



伊勢市 南 地域包括支援センター

伊勢市二俣町577番地9(神路園内)

☎電話: 0596-21-0080

FAX: 0596 - 22 - 6070

E-mail: i-minami@amigo2.ne.jp

《担当地区》

宮町1~2丁目・常磐町・常磐1~3丁目
浦口町・浦口1~4丁目・二俣町・二俣1~4丁目
辻久留町・辻久留1~3丁目
中島1~2丁目・宮川1~2丁目・勢田町・旭町
藤里町・前山町・大倉町・佐八町・津村町
上野町・円座町・神菌町・横輪町・矢持町



伊勢市 西 地域包括支援センター

伊勢市小俣町元町536
(小俣保健センター1階)

☎電話: 0596-20-5055

FAX: 0596 - 27 - 0570

E-mail: iseshakyo-houkatu@mie.email.ne.jp

《担当地区》

西豊浜町・植山町・磯町・東豊浜町・樫原町
有滝町・村松町・東大淀町・柏町
上地町・栗野町・中須町・川端町
小俣町・野村町



ご存じですか？認知症サポーター

認知症サポーターとは、何か特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、地域で認知症の方やその家族を温かく見守ることができる人のことです。

認知症サポーターは、「認知症サポーター養成講座」を受講すれば、どなたでもなれます。市や各地域包括支援センターでは、認知症サポーター養成講座を開催していますので、お気軽にお問い合わせください。

認知症の人やその家族を応援し、暮らしやすいまちの輪を一緒に広げましょう！

詳細はこちら↓



認知症あんしんガイドブック

令和8年3月 第11版発行

発行：伊勢市 健康福祉部 福祉総合支援センター
よりそい

伊勢市宮後1丁目1番35号

Miralse 伊勢市健康福祉ステーション7階

TEL：0596-21-5611

FAX：0596-63-5420

E-mail：fukushi-sougou@city.ise.mie.jp