

オレンジガイドブック

～ 誰もが安心して暮らせるために ～



旭 川 市

令和7年（2025年）発行

はじめに

旭川市では、認知症になっても住み慣れた地域で、自分らしく、誰もが安心して暮らせるまちをめざして、認知症の方とその家族を地域で支えるための認知症施策をすすめています。

この冊子は、認知症についての基礎的な知識、診断や治療、具体的な対応例、利用できるサービス、相談の窓口などについて紹介しています。

認知症に関する情報を得るほか、医療機関に受診する際や相談窓口に行く際にお持ちいただき、お役立て下さい。

なお、掲載内容は、令和7年4月時点をもとに作成しています。

●認知症とは

脳や体の病気によって、一時的ではなく、継続して記憶力や判断力、計画力等が低下し、日常生活に支障が出ている状態をいいます。認知症を引き起こす病気は様々ですが、「アルツハイマー型認知症」、「脳血管性認知症」、「レビー小体型認知症」等が代表的な病気として知られています。

●旭川市の現状は

我が国において、認知症の人の数は、令和22年（2040年）には約600万人となり、65歳以上の人の約6.6人に1人の割合になると見込まれています。旭川市では令和7年4月1日時点で、65歳以上の人は約11万2,000人（高齢化率35.6%）となっており、この割合に当てはめると、道に迷ったり、買物や金銭管理等に困難さが見られるような認知症と思われる人は、約1万7千人となります。本市の高齢者人口の割合は年々増加しており、今後も高齢化が進行し続けることが予想されます。

認知症は誰にも起こりうる脳の病気であり、多くの人にとって身近なものとなっています。認知症への知識や理解を深め、早期のうちに様々な支援を受けることで、戸惑いや不安の軽減につながります。



も く じ

認知症について知りましょう

- 「認知症かな？」チェックシート 3ページ
- 軽度認知障害（MCI）と認知症について 4ページ
- 認知症ってどんな病気？ 5ページ
- 認知症の中核症状について 6ページ
- 認知症の行動・心理症状（BPSD）について 7ページ

早期発見・早期診断・早期治療が大切です

- 認知症の診断・治療について 9ページ
- 認知症の相談ができる医療機関 10ページ
- 受診のための連携シート 11ページ

認知症の人への対応について

- 認知症支援の3要素（環境・ケア・治療） 13ページ
- 行動・心理症状（BPSD）への対応例 14ページ

認知症の人と家族を支えるためのサービスや相談窓口を利用しましょう

- 旭川市認知症ケアパス 17ページ
- 介護保険の認定申請から利用までの流れ 18ページ
- 介護保険で利用できるサービス 19ページ
- 地域での生活を支えるために 21ページ
- 高齢者の尊厳と権利を守るために 26ページ
- 消費者被害から守るために 27ページ

認知症の人や家族の支援を行います

- 地域包括支援センターにご相談ください！ 29ページ

おわりに

- ともに手を携えて、やさしいまち、安心できるまちづくりを 31ページ

『認知症かな?』チェックシート

このチェックシートは、「認知症」早期発見の目安です。

日常の暮らしの中で認知症ではないかと思われる言動について、家族などの経験からまとめられたものです。

医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。

もの忘れがひどい

- ☐ 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- ☐ 同じことを何度も言う・問う・する
- ☐ しまい忘れや置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- ☐ 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う



判断・理解力が衰える

- ☐ 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- ☐ 新しいことが覚えられない
- ☐ 話のつじつまが合わない
- ☐ テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所がわからない

- ☐ 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ☐ 慣れた道でも迷うことがある



人柄が変わる

- ☐ 些細なことで怒りっぽくなった
- ☐ 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- ☐ 自分の失敗を人のせいにする
- ☐ 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた



不安感が強い

- ☐ ひとりにになると怖がったり寂しがったりする
- ☐ 外出時、持ち物を何度も確かめる
- ☐ 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- ☐ 下着を替えず、身だしなみを気にしなくなった
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ☐ ふさぎ込んで何をするのも面倒になりいやがる

出典：公益社団法人認知症の人と家族の会作成

※いくつか思い当たることがあれば、医療機関、地域包括支援センターなどに相談しましょう。

軽度認知障害（MCI）と認知症について

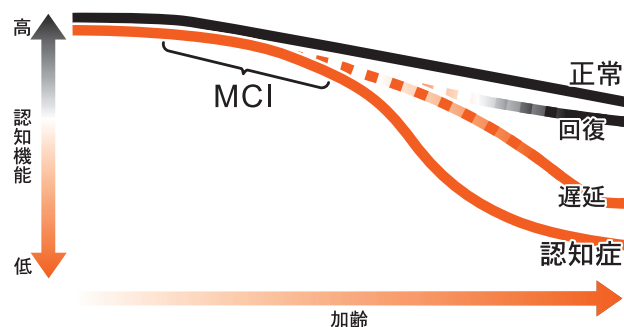
軽度認知障害（MCI）とは

日常生活に支障を来す程度には至らないため認知症とは診断されないが、記憶障害と軽度の認知障害が認められ、正常とも言い切れない中間的な段階をいいます。

軽度認知障害（MCI）と診断された人の半数以上に、その後アルツハイマー型認知症等への進行が見られるとのデータがあります。一方、この状態に長期間とどまったり、正常に戻る人もいるため、早期発見、早期診断、早期対応は、非常に重要です。

認知症とは

様々な原因により通常の老化よりも早く脳の細胞が死んでしまい、働きが悪くなり、様々な障害が起こり生活するうえで支障が出てくる状態のことです。



認知症の予防には

●脳血管性認知症の予防

高血圧症、高脂血症、肥満などの対策が有効です。

●アルツハイマー型認知症の予防

運動・食事をはじめとする生活習慣病対策には、発症を遅らせる効果が認められています。

●老化による脳の病気の加速因子を防ぐ

脳や身体を使わないことは、認知症の発症や進行を加速させます。その背景には、うつ病やアルツハイマー型認知症初期に見られるうつ状態が、しばしば隠れています。

脳の活性化を図りましょう

脳の活性化には、様々な方法がありますが、何をするにしても大切なのは、次の4つのことを心掛け、楽しく行うことです。本人が嫌がるのに無理強いすることは、ストレスや自信喪失につながり逆効果になります。

- ①快刺激で笑顔に ……心地よい刺激や、笑うことにより、意欲をもたらす脳内物質（ドーパミン等）がたくさん放出されます。
- ②コミュニケーションで安心 ……社会との接触が失われると、認知機能の低下を促進させます。友人や家族などと楽しく過ごすことが大切です。
- ③役割・日課を持ちましょう ……人の役に立つことを日課に取り入れることが、生活を充実させ、認知機能を高めます。
- ④ほめる、ほめられる ……ほめても、ほめられてもドーパミン等がたくさん放出されます。脳を活性化させる学習や活動をするときは、ほめて、やる気が起きるようにすることです。

認知症予防のために、「何をしたらよいか」ではなく、どのように刺激のある日常を送るかが重要です。

認知症ってどんな病気？

認知症とは、「脳や体の病気によって、一時的ではなく、継続して記憶力や判断力、計画力等が低下し、日常生活に支障が出ている状態」をいいますが、いくつかのタイプがあります。

アルツハイマー型認知症

- ・認知症の中で最も多く、約3分の2を占める。
- ・脳の神経細胞が減り、徐々に萎縮する。記憶障害が現れ、次第に日付や曜日が分からなくなる。
- ・ゆっくりと進行するため、いつ頃から発症したのか分からないことが多い。
- ・初期の場合は、薬の服用により症状の進行を遅らせることができる。

脳血管性認知症

- ・脳梗塞や脳出血等の脳血管障害によって起こる認知症。
- ・初期症状として、記憶障害の他に頭痛やめまい等の様々な自覚症状が現れる。
- ・脳血管障害や発作を繰り返すたびに、病状が段階的に進行する傾向がある。
- ・脳血管障害の再発予防によって症状の改善や進行の抑制、認知症予防が期待できる。

レビー小体型認知症

- ・レビー小体という異常なタンパク質が、脳の神経細胞に蓄積する。
- ・ありありとした幻視が見える。例えば、ネズミが動き回っている、子供がベッドの上にいる等。
- ・パーキンソン病のような症状が出て、体がこわばり、動作が遅くなり、転びやすくなる。
- ・日や時間帯によって、頭がはっきりしている状態とボーッとしている状態が入れ替わる。

前頭側頭型認知症

- ・脳の前頭葉と側頭葉の萎縮が、徐々に進行する。
- ・同じ行動を繰り返す、自分勝手な行動を取る、言葉の意味が分からなくなる、言葉が出なくなる。
- ・初期では、記憶障害は極めて軽い傾向にある。

その他の認知症（治療によって改善が見られる場合があるもの）

- ・甲状腺機能低下症、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫等

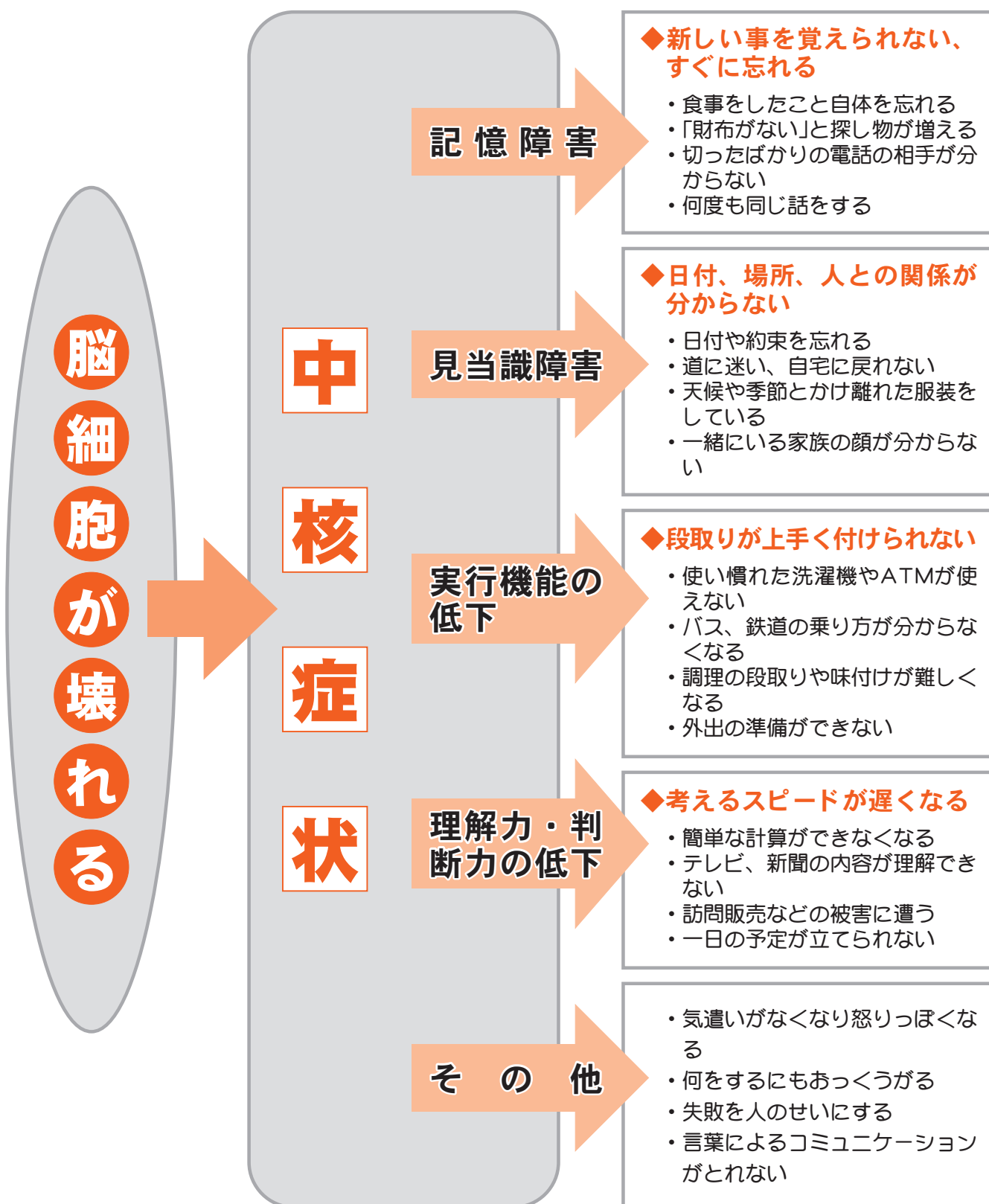
若年性認知症

- ・認知症は高齢者に多くみられますが、40～50歳代等の働き盛りの人も発症する病気です。若年性認知症についての情報は「知っていますか？『若年性認知症』」というリーフレットがございますので、ご覧になりたい人は各地域包括支援センターへお問合せください。若年性認知症家族会の情報については、23ページをご覧ください。

認知症の中核症状について

(認知症になると誰にでも共通して現れる症状)

脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状を中核症状と呼びます。記憶障害、見当識障害、実行機能の低下、理解力・判断力の低下などが、これに当たります。



認知症の行動・心理症状(BPSD)について

(心の状態や性格、環境によって出る症状)

認知症の中核症状が元になり、本人の性格や素質、周囲の環境、人間関係、介護の受け方、日常生活の中の行動や態度に現れる様々な症状をまとめて「行動・心理症状(BPSD)」と呼びます。具体的には、不安、抑うつ、妄想、拒否、不衛生、幻覚、道に迷う、暴言・暴力、睡眠障害などがあります。

家族はどう接すればよいですか？

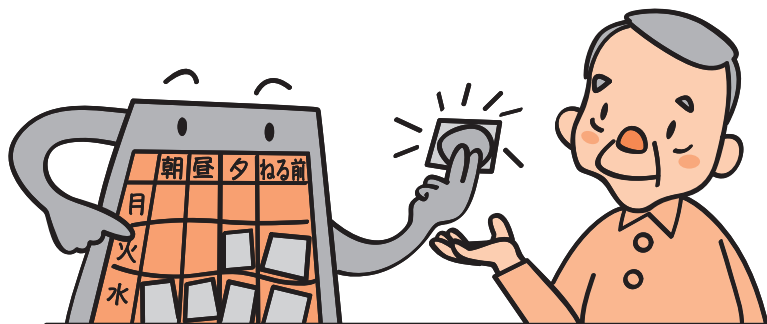
認知症の症状が進行しても、感情やその人らしさは残ります。介護者が認知症の人の気持ちに寄り添い、尊厳を保ちながら不安や悲しみ、孤独感などを和らげるような関わりが大切となります。また、環境を工夫することで症状の軽減にもつながります。具体的な対応例については、14 ページ～16 ページをご確認ください。

「本人は何も分かっていない」は誤り!!

もの忘れや今までにできていたことができなくなる変化に最初に気付くのは本人です。認知症の人の言葉にできない気持ちを理解し、本人が安心して暮らせる環境づくりが大切です。

「お薬」の調整と副作用について

不安定な症状が長期にわたる場合、本人だけでなく介護者の心理的な負担も増大します。そのため、心理的に落ち着かせるような対応で改善しない場合、薬で改善を図ることもあります。かかりつけ医とよく相談し、効果や副作用について、きちんと説明を受けて使用しましょう。



<不 安>



そばに人がいないと
不安で落ち着かない

<抑うつ>



好きだったものに
興味・関心がなくなる

<妄 想>



大事な物が
見つからないと
誰かに盗まれたと疑う

<拒 否>



必要な介護に抵抗する

<不衛生>



室内がゴミや物で
散らかっている

<幻 覚>



他者には見えない
人や物におびえる

<道に迷う>



外出して戻れない

<暴言・暴力>



急に怒り出したり
攻撃的になる

<睡眠障害>



寝る時間になっても
眠れない

認知症の診断・治療について

認知症の症状がみられる場合、その原因やタイプによって、その後の生活上の注意点や治療方法も変わってきます。その見極めのためには医師の診断が大切です。

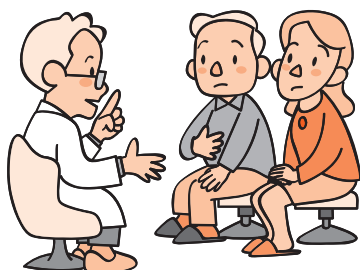
何かの病気が原因で認知症の症状がみられる場合は、その病気の治療が必要となります。

一般的には神経内科、精神科、脳外科、あるいは「もの忘れ外来」などの専門外来で診てもらうことができます。まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

診察から診断までの流れ

診 察

介護者から認知症状や生活状況などを伺います。また、本人への診察も行います。



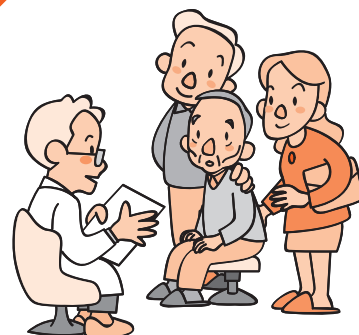
検 査

血液・心理（長谷川式など）・脳画像（CT・MRIなど）などの検査を行います。



診 断

認知症の原因となっている病気やタイプを診断します。



受診の前に整理しておきたいこと

医師の診断には、普段の本人の様子を知っている家族の話が役立ちます。

- どのような症状があるか（例：薬の飲み忘れが多いなど）
- いつ頃から症状が出てきたのか
- この半年の間に症状は進行したか
- 本人のこれまでの病気や服用中の薬について

◆受診のための連携シート（11ページ）を活用しましょう◆



認知症の相談ができる医療機関

かかりつけ医がいる場合は、**まずは、かかりつけ医に相談しましょう。**

認知症疾患医療センターやもの忘れ外来を設置している医療機関を受診するときは、診察日等が決まっている又は予約が必要な場合がありますので、**事前に電話等で確認しましょう。**

◆専門医療機関（認知症疾患医療センター）

医療法人社団圭泉会 旭川圭泉会病院	住所 旭川市東旭川町下兵村 252 番地
	電話 37-2810
医療法人社団志恩会 相川記念病院	住所 旭川市大町 2 条 14 丁目 92 番地の 20
	電話 53-8853

◆認知症サポート医

認知症の人の診療に習熟し、かかりつけ医への助言その他の支援を行い、専門医療機関や地域包括支援センター等との連携の推進役となる医師です。

上記の医療機関以外にも北海道のホームページで「認知症サポート医」、「認知症かかりつけ医」の情報を確認できます。

●北海道ホームページ

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/khf/ninchisyo/224642.html>



◆市内の医療機関を探す

一般的には神経内科、精神科、脳外科、あるいは「もの忘れ外来」などの専門外来で診てもらうことができます。

旭川市医師会ホームページ内の医療機関案内で、市内の医療機関の情報を確認できます。

●旭川市医師会ホームページ <http://asamed.jp/>



○ 受診のための連携シート ○

[illegible]

4 生活状況、本人の状態について（当てはまる項目に☑チェックする。）

☆介護者の有無【 ☐ あり ☐ なし ☐ 不明】						☆家族構成					
☆キーパーソン【 ☐ あり ☐ なし ☐ 不明】 氏名（ ）続柄（ ） 連絡先（ ）											
☆介護者の状況について特記すべき点があれば記載してください。 理解力・判断力											
☆経済状況（月額 円） 【 ☐ 不明 ☐ 国民年金 ☐ 厚生・共済年金 ☐ 年金は受給していない ☐ 生活保護 ☐ その他（ ）】											
☆経済状況の課題【 ☐ あり→（具体的に ） ☐ なし】											
☆健康保険の種類 【 ☐ 不明 ☐ 後期高齢 ☐ 国保 ☐ 健康保険 ☐ 共済 ☐ 日雇い ☐ その他（ ）】											
☆日常生活状況											
食事		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
移動		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
排せつ		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
入浴		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
掃除洗濯		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
服薬管理		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
調理		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
買物		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
金銭・財産管理		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
医療機関の受診		☐ 一人で可	☐ 一部介助	☐ 全介助	☐ その他（ ）						
☆趣味など本人が好んでいること・好んできたこと（嗜好品を含む）職歴など											
趣味【 】 職歴【 】 飲酒【 ☐ あり：１日（ ）合 ☐ なし】 タバコ【 ☐ あり：１日（ ）本 ☐ なし】											
☆関わっている機関・関係機関のかかわりの経過（サービスを利用するまでの経過）											
☆要介護度 ☐ 未申請 ☐ 申請中 ☐ 非該当 ☐ 事業対象者 ☐ 要支援１ ☐ 要支援２ ☐ 要介護１ ☐ 要介護２ ☐ 要介護３ ☐ 要介護４ ☐ 要介護５											
☆現在利用中のサービス等											
・公的サービス		☐ 訪問介護	☐ 通所介護	☐ 通所リハビリ	☐ 福祉用具貸与	☐ 短期入所生活介護					
		☐ 短期入所療養介護	☐ 住宅改修	☐ その他（ ）							
・その他		☐ 民生委員	☐ 隣人	☐ 友人	☐ その他（ ）						
☆担当事業所（地域包括支援センター・居宅介護支援事業所）											
・地域包括支援センター（ ）				TEL		担当者（ ）					
・居宅介護支援事業所 （ ）				TEL		担当者（ ）					

5 その他、特にお伝えしたいことなどがありましたらご自由にご記入ください。別紙に記載【☐あり ☐なし】

自由記載欄

受診時の持ち物チェック

- ☐お薬手帳 ☐保険証
☐生活歴がわかるもの
☐かかりつけ医の紹介状
☐あさひかわ安心つながり手帳
 を一緒に持参されるとよいでしょう！



認知症支援の3要素（環境・ケア・治療）

認知症は進行する病気ですが、早い段階から認知症をよく理解し、家族や周囲の人々が適切な対応を行うことで進行を遅らせることができることが知られています。

認知症の支援では、診断や治療とともに安心できる環境やケアがとても大切になります。

環境

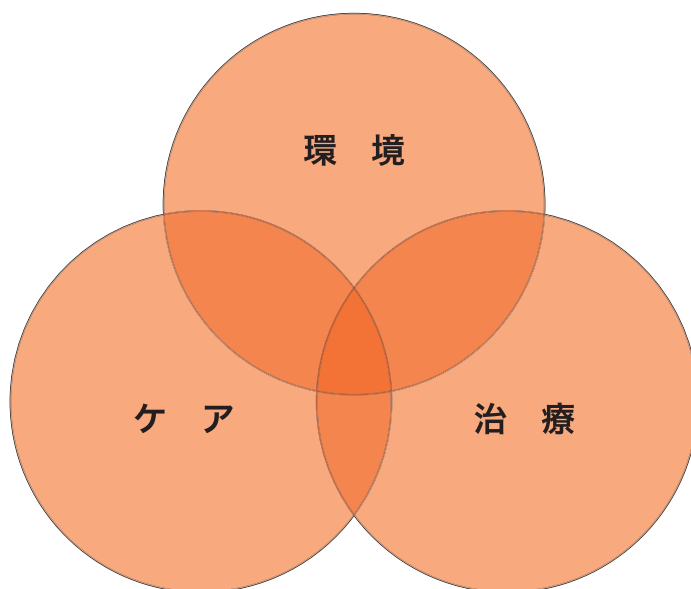
できる限り穏やかに過ごせるような生活環境を整える

ケア

尊厳を守り、温かい気持ちで、適切な接し方をする。本人の役割を尊重する

治療

症状の進行を少しでも遅らせたり、症状を穏やかにする

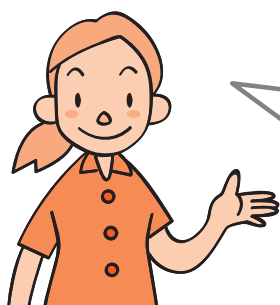


生活環境を整える

- 1 安心できる空間
昔の写真や思い出の品、本人が好物などを目に触れる場所に飾る
- 2 暮らしやすい住環境
荷物が散乱しないようにどこに何がしまっているのか分かりやすく整理する
- 3 リラックスできる空間
本人の緊張を和らげるためにお気に入りの音楽を聴き居心地を良くする

認知症の人への接し方

- 1 驚かせない
混乱させないように1人で声をかけて、相手の目線に合わせて、自然な笑顔で接する
- 2 急がせない
想いを表現することが難しいため、ゆっくり短い言葉で分かりやすく伝える
- 3 自尊心を傷つけない
間違いや失敗をしても否定や訂正をせずに感情や言動を受け入れる



14 ページ～ 16 ページに
具体的な対応例を掲載しています。
ご参考ください。

行動・心理症状（BPSD）への対応例

事例 1

妄想に対する対応例（もの盗られ妄想など）

大事な物をしまい忘れるのは認知症の中核症状（記憶障害）の一つですが、いつもと違う場所にしまったために、どこにしまったかを忘れて、しまったこと自体を忘れ、「誰かが隠した」「盗られた」と思い込んで騒ぐような症状を「もの盗られ妄想」といいます。

疑われるのは、家族など身近な人ですが、本人は物がなくなって困っているだけで、助けを求めているサインと受け止めましょう。また、「盗んでいない」と反論しても、本人には通じないことが多いと理解しておきましょう。



Q 「財布がない。アンタが盗った」と訴える。

A 現実には起きていると信じて疑わないことが「妄想」です。

誰にも迷惑を掛けないなどの自立心の強い性格や、自分が忘れるはずがないとの思い込み、その人の置かれている心理状況等が重なりあって出現する症状の一つです。



適切な対応例

- 本人の話を聞き、否定せずに困っていることに共感する
- 一緒に探し、家族が先に財布を見つけたら本人が見つかるように誘導する
- 探したものが見つかったときは、本人と喜ぶ
- 見つからない場合は、お茶に誘うなどして気分を変える



不適切な対応例

● 「私が盗むわけがないでしょう」、「自分でどこかに置き忘れたんでしょ」、「ちゃんと探したの？」などと、本人に落ち度があるような言い方をする（ますます興奮し、攻撃的になってしまうため避けましょう。）



事例 2

拒否に対する対応例（介護拒否、受診拒否など）

拒否には様々なものがあります。

食事や入浴、受診や介護などの声掛けや誘導に抵抗を示すことをいいます。



Q

最近、父の様子がおかしいため、認知症ではないかと心配しています。

認知症は早期受診、早期治療が大事ということで、受診をさせたいのですが、本人が拒否して困っています。

A

本人の生活歴や性格などを踏まえた声掛けを心掛けましょう。

例えば、家族を第一に考えているような男性なら、「私一人で受診するのは不安だから付き合って」、「家族のためにも一度しっかり診断を受けて」といった声掛けであれば、受け入れてくれることもあります。



適切な対応例

- 命令口調で話したり、しつこく誘ったりしない
→ しばらく話題を変えるなど、雰囲気を変えてみるのもよいでしょう。
拒否があっても介護者が過剰に反応しないことも大事です。
- 無理強いをしない
→ 入浴や着替えなどを「しなければならない」という固定観念を捨てることも重要です。
「なぜ嫌なのか」を聞き、本人のこれまでの生活習慣を振り返ってその習慣に合わせることも必要です。
- 信頼関係を築く
→ 「この人なら任せてもよい」という安心感を持ってもらえるよう、接し方などを見直します。
- 本人にとって自然な流れで誘う
→ 本人の好みのことに誘い、自然な流れで食事や入浴に移られるようにします。



不適切な対応例

- 「〇〇はダメ」、「〇〇しないで」という禁止の言葉掛けを使う
- 「〇〇して」、「しなさい」という強い指示的な言葉を使う
- 「早く〇〇して」などと急がせる



体調や環境等の変化など、本人にとって不快な状況が拒否の原因となっている場合もあります。介護者も冷静になり、介護側に拒否する原因がないか考えてみることも重要になります。

事例 3

不衛生な生活に対する対応例

(ごみ問題、食品管理、清潔保持など)

衛生面については、人によって考え方や感じ方に違いがありますので、部屋の中が散らかっているからといっても一概に認知症による問題行動とはいえません。

しかし、介護者から見て明らかに不衛生と思える状態、例えば、「生ごみを部屋の中に放置していて腐敗臭がする」、「傷んでいる食べ物を冷蔵庫内にそのまま放置している」、「何か月も歯磨きや入浴をしていない」、「汚れた衣類を何日も着続ける」など、これらの行動については本人の健康被害を招くだけでなく、一緒に生活する家族にも影響します。これらの問題行動に対し、介護者はどのように接するとよいのでしょうか。



Q 部屋の中が不衛生な状態なのに、本人は片付けようとしません!!

A 病気による認知機能の低下や身体的な機能の低下が大きく関係していると思われます。そのため、不衛生であることを自覚できていないことや必要性を感じていても、実際の行動に移せないことが考えられます。



適切な対応例

- 本人の想いを確認しながら一緒に整理する
- 整理した場所に名前を付け、本人が確認できるように目印を付ける
- 周りの環境を整え、本人が心理的に安心できるようにする
- 体の清潔保持については、本人が関心を持ちそうな話題をしながら誘導する



不適切な対応例

- 「臭い」、「汚い」、「ごみ」などと言い、本人の前で断りなく捨てる
- 片付けた物を本人が自力で見つけにくい整理方法
- 本人が嫌がる行為を強要したり、問題行動を執拗に問いただして理解させようとする



旭川市認知症ケアパス（認知症の方を支えるサービス）

認知症ケアパスとは、認知症の状態に応じた適切な医療や介護サービスなど、ケアの提供の流れを示すものです。

認知症と疑われる症状が発症した場合に、その進行状況に合わせて、いつ、どこで、どのようなサービスを利用できるかを標準的に示しています。

症状や状態	正常	軽度認知障害 (MC I)	認知症を有するが 日常生活は自立	日常生活の一部に 見守りが必要	日常生活の多くの 部分に見守りが必要	日常生活に手助け・ 介護が必要	常に介護が 必要
	日常生活自立度 (自立)	日常生活自立度 (自立)	日常生活自立度 (Ⅰ)	日常生活自立度 (Ⅱ～Ⅱ a)	日常生活自立度 (Ⅱ b)	日常生活自立度 (Ⅲ～Ⅲ b)	日常生活自立度 (Ⅳ)
支援の内容	認知機能の低下は みられない。	正常ではなく認知 症でもない。認知 機能の低下はある が基本的な日常生 活は自立している。	多少のものの忘れな どはあるが、一人 で生活するのに支 障はない。	知っている場所でも 時々道に迷ったり、 買い物をしたとき にお釣りを間違え たりする。	電話や来客の対応 が難しく、一人で の留守番が難しく なってきた。	トイレ・着替え・ 食事などの方法が 分からなくなること がある。	寝たきりであるなど、 意思の疎通が 困難である。
予防	認知症予防教室・介護予防運動教室						
※詳細は担当の 地域包括支援 センターまで	地域の自主サークル・老人クラブ・公民館事業(百寿大学、シニア大学等)						
	かかりつけ医						
	もの忘れ外来・認知症サポート医・認知症かかりつけ医 10 ページ参照						
	認知症疾患医療センター(旭川圭泉会病院・相川記念病院 市内 2 医療機関) 10 ページ参照						
	介護老人保健施設 20 ページ参照						
	介護療養型医療施設・介護医療院 20 ページ参照						
医療							
介護	認知症初期集中支援チーム 22 ページ参照						
	介護サービス(自宅で受けるサービス・施設等に出かけて受けるサービス) 19 ページ参照						
	ファミリーサポートセンター「介護型」 22 ページ参照						
	認知症高齢者見守り事業(旭川認知症サポートセンター) 22 ページ参照						
	認知症カフェ・認知症家族会 23～24 ページ参照						
	旭川市家族介護用品購入助成事業(紙おむつ等購入助成) 21 ページ参照						
	旭川地域 SOS やまびこネットワーク(行方不明者の早期発見ネットワーク) 25 ページ参照						
生活支援	ふれあい収集(ごみ出しのお手伝い) 21 ページ参照						
	成年後見制度(判断能力があるうちに契約を結ぶ「任意後見」、判断能力が低下してから利用する「法定後見」) 28 ページ参照						
	日常生活自立支援事業 28 ページ参照						
	安全運転相談窓口 21 ページ参照						
	ホットライン 119 21 ページ参照						
住まい	養護老人ホーム、軽費老人ホーム 20 ページ参照						
	有料老人ホーム 20 ページ参照						
	生活支援ハウスサービス付き高齢者向け住宅 20 ページ参照						
	介護認定を受けて入居する施設など(介護付有料老人ホーム、グループホーム等) 20 ページ参照						
特別養護老人ホーム(要介護 3 以上) 20 ページ参照							

※認知症の症状は個々に違うため、目安としてご活用ください。

介護保険の認定申請から利用までの流れ

介護保険の認定は、通常は 65 歳から、初老期における認知症等の特定疾病に該当する場合は、40 歳から申請することができます。

① 認定申請

申請先

* 市役所総合庁舎

2 階⑭窓口

* 各支所



□ 申請者

- ・本人又は家族
- ・代行申請

居宅介護支援事業所、介護保険施設又は地域包括支援センターに代行申請してもらうことも可能です。

□ 持ち物

- ・介護保険被保険者証（40～64歳の方で、特定疾病により認定を申請される方は、健康保険被保険者証等で医療保険情報の確認が必要）
- ・医療保険者名及び医療保険被保険者記号・番号の記載がわかるメモ
- ・窓口へ来所される方の身分証明書
顔写真付き：1 点
顔写真なし：2 点（医療保険被保険者証・年金手帳等）
- ・かかりつけ医の氏名と医療機関名・最終受診日のわかるもの

② 訪問調査・ 医師の意見書

★訪問調査を受けていただいた後は、結果が届くまでお待ちください。

□ 訪問調査

- ・ご自宅等に調査員がお伺いし、調査項目について聞き取りを行います。

□ 医師の意見書

- ・市から医師に依頼します。

③ 審査・判定

□ コンピューターによる判定（一次判定）

- ・心身の状態などの調査結果をコンピューターに入力し、介護に要する時間等を推計します。

□ 介護認定審査会による審査判定

- ・一次判定結果、調査票、医師の意見書を基に介護認定審査会が判定をします。

④ 結 果

□ 結果の通知

- ・非該当
- ・事業対象者、要支援 1、要支援 2
要介護 1、要介護 2、要介護 3、要介護 4、要介護 5

⑤ サービス計画 (ケアプラン)の作成

□ ケアプランの作成

- ・介護保険のサービスを受ける場合には、ケアプランが必要です。要介護の方は居宅介護支援事業所の介護支援専門員（ケアマネジャー）、要支援の方は地域包括支援センターの介護支援専門員などがケアプランを作成します。

⑥ サービスの 利用開始

★要支援認定及び要介護認定には、有効期間がありますので、介護保険サービスの利用がある場合には、有効期間が終了する前に更新手続きが必要です。
(※更新の申請は、有効期間満了日の 60 日前から行うことができます。)

介護保険で利用できるサービス

自宅で受けるサービス

訪問介護

ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事・入浴・排せつの介助や、炊事・洗濯・掃除などの日常生活の手助けを行います。

夜間対応型訪問介護

ホームヘルパーが夜間に定期的な巡回又は通報により家庭を訪問し、入浴、排せつ、食事等の介護などの日常生活上の世話、緊急時の対応を行います。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通して、訪問介護と訪問看護が密接に連携しながら、訪問介護員等による定期巡回サービス、利用者・家族等からの通報による随時対応サービス、看護師等による訪問看護サービスを行います。

訪問入浴介護

浴槽を積んだ入浴車などで家庭を訪問し、入浴介助を行います。

訪問看護

かかりつけ医の指示により、看護師等が居宅を訪問し、療養上の世話や、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、作業療法士又は言語聴覚士が自宅を訪問し、理学療法や作業療法、その他のリハビリテーションを行います。

居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師・管理栄養士等が、通院困難な利用者の心身の状況や環境等を踏まえ、助言や指導を行います。

福祉用具貸与

日常生活上の手助けを行い、機能訓練に役立つ場合、福祉用具を借りることができます。
例）歩行器、車椅子等（介護度により異なります）

特定福祉用具販売（同一年度内の購入費用10万円まで）

日常生活上の自立の手助けをするために役立つ場合、入浴や排せつ時に使用する福祉用具を購入する費用の9割又は8割、7割が支給されます。

住宅改修費の支給（1名につき対象工事費用20万円まで）

住宅改修に要した対象工事費用の9割又は8割、7割が支給されます。工事着工前に市役所へ手続きが必要です。

施設等に出かけて受けるサービス

通所介護（デイサービス）

デイサービスセンターに通い、食事や入浴などの日常生活上の世話、機能訓練を受けることができます。認知症高齢者対応に特化したデイサービスもあります。

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に通い、利用者の心身機能の維持回復を図るため、理学療法や作業療法、その他のリハビリテーションを受けることができます。

短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）

一時的に居宅での介護が難しくなった場合に、福祉施設や医療施設に短期間入所し、継続的に生活機能の向上を図るための必要なサービスを受けられます。

小規模多機能型居宅介護

小規模な住居等で、「通い」を中心としながら、「訪問」や「泊まり」を組み合わせ、入浴、排せつ、食事等の介護や、日常生活上の世話、機能訓練を行います。

在宅生活が難しくなったとき

介護保険の施設等

特別養護老人ホーム（入所対象：原則要介護3以上）

常時介護を必要とする在宅介護が困難な要介護者に対し、入浴、排せつ、食事等の介護や機能訓練、健康管理、療養上の世話を行うことを目的とした施設です。

介護老人保健施設（入所対象：原則要介護1以上）

病状が安定期にある要介護者に対し、看護、医学的管理下での介護、機能訓練等の医療、日常生活上の世話を行うことを目的とした施設で、在宅への復帰を目指したサービスが提供されます。

介護療養型医療施設（入所対象：原則要介護1以上）

長期療養が必要な要介護者に対し、療養上の管理、看護、医学的管理下での介護等の世話、機能訓練等の医療を行うことを目的とした施設です。

介護医療院（入所対象：原則要介護1以上）

日常的な医学管理が必要な重介護者の受入れや看取り・ターミナル等の医療機能と、生活施設としての機能を兼ね備えた施設です。長期的な医療と介護ニーズを併せ持つ高齢者等が対象になります。

認知症対応型共同生活介護（グループホーム、入所対象：原則要支援2以上）

認知症の人が、家庭的な環境で自立した日常生活を営むことができるよう、入浴、排せつ、食事等の介護や、日常生活上の世話、機能訓練を行います。

養護老人ホーム

65歳以上で身の回りのことは自分でできるか、軽い介助を必要とする程度の人で、家庭環境や経済上の理由などにより、家庭で生活することが困難な人が入所できる施設です。なお、入所できる人は収入の少ない世帯の人（市民税均等割以下）に限られ、申請後、生活状況等を調査の上、所定の審査により入所の適否を決定します。

軽費老人ホーム

●A型

60歳以上で、家庭環境・住宅事情などの理由で家庭での生活ができない人が対象となります。

●ケアハウス ※一部、介護保険サービスの指定を受けているケアハウスもあります。60歳以上で、自炊ができない程度の身体機能の低下等が認められ、健康状態や高齢などの理由により独立して生活するには不安のある人で、家族による援助を受けることが困難な人が対象となります。

生活支援ハウス

60歳以上で、高齢等のため独立して生活することに不安のある人で、特別養護老人ホームに入所していて、要介護認定の結果、自立又は要支援と認定され退所する人、一人暮らし又は夫婦のみの世帯に属する人などで、身の回りのことは自分でできる人が入所できる施設です。申請後、生活状況等を調査し、所定の審査により入所の適否を決定します。

有料老人ホーム ※それぞれ体制が違うため、入居要件は施設ごとに異なります

入浴、排せつ若しくは食事の世話、食事の提供又はその他の日常生活に必要なサービスを提供する高齢者向けの生活施設であり、「介護付・住宅型・健康型」という種類があります。

サービス付き高齢者向け住宅

バリアフリー構造、安否確認・生活相談等一定の基準を満たし、市に登録を受けた施設です。60歳以上（要介護認定を受けている60歳未満の人を含む。）の単身又は夫婦世帯等が対象となります。介護サービスは外部事業所と契約します。

※これらの施設は、常時介護が必要な状態となるなど、要介護度が上がったときには、別の施設に移らなければならない場合があります。

介護保険以外の施設等

地域での生活を支えるために

ごみ出しのお手伝いをします ～ふれあい収集～

自分でごみを出すことが困難で、協力者がいない人の戸別収集を実施します。

- ・対象となる人：①要支援 2～要介護 5 に認定されているひとり暮らしの人
②身体障害者手帳の交付を受け、障害福祉サービス受給者証の認定を受けている人
いずれも、介助・介護を必要とするひとり暮らしの人
- ・お問合せ：旭川市クリーンセンター「ふれあい収集」担当電話：36－2213

紙おむつの購入費助成をします ～旭川市家族介護用品購入助成事業～

寝たきり等又は認知症で、紙おむつ等の介護用品を常時必要とする高齢者を在宅で介護している家族を対象に、家族介護用品購入助成券を交付します。

- ・対象となる人：①介護する同居の家族がいる人（住民票同一世帯）
②65 歳以上の要介護 2 以上で、在宅生活を継続する人
③紙おむつ等の購入費用が 1 か月あたり 4,500 円以上かかる人 ほか
※上記などの要件を満たしていることが必要です。
- ・お問合せ：旭川市長寿社会課：25－5273 又は 各地域包括支援センター（30 ページ）

自動車運転の安全運転相談窓口があります ～安全運転相談窓口～

自動車等の安全な運転に不安がある高齢ドライバーやそのご家族からの相談に対して、必要な助言・指導を行うほか、運転免許証の自主返納者への各種支援についてご案内しています。

- ・利用時間：午前 8 時 45 分～午後 5 時（土日祝を除く。）
- ・お問合せ：旭川方面本部旭川運転免許試験場適性係：＃ 8080 又は 51－2489

火災・緊急時に備えて ～緊急通報システム(ホットライン 119)～

自宅で急病や火災などの緊急事態が発生した際に、専用の通報機器から、自動又は簡易な操作により、消防防災指令センターに通報するシステムです。

- ・利用条件：旭川市内に居住し、固定電話回線がある人
（アナログ回線以外をご利用の場合、一部ご利用いただけない場合があります。）
- ・お問合せ：旭川市消防本部指令課ホットライン担当：74－3523

●ご検討・ご希望の方は電話または二次元コードからお申込みください

説明用
二次元コード



申込用
二次元コード



困った時はお互い様！ ～住民のパワーで支えます～

高齢者等の支援を依頼したい人（依頼会員）と、支援したい人（提供会員）が、お互いに支え合うための制度です（事前登録が必要です。）。

認知症高齢者見守り事業（旭川認知症サポートセンター）

- ・ 援助内容：認知症の人の見守りやお話相手
- ・ 利用料金：1時間 500 円（以降 30 分増すごとに 200 円加算）
※別途交通費がかかります。
- ・ 利用時間：午前 8 時～午後 9 時
- ・ お問合せ：旭川市社会福祉協議会：90－1449

ファミリーサポートセンター「介護型」

- ・ 援助内容：食事の準備・片付け、掃除、洗濯、通院・外出の付添い、買物など
- ・ 利用料金：平 日 1時間 700 円（以降 30 分増すごとに 350 円加算）
その他 1時間 800 円（以降 30 分増すごとに 400 円加算）
※別途交通費がかかります。
- ・ 利用時間：午前 8 時～午後 6 時
- ・ お問合せ：旭川市社会福祉協議会：90－1449

安心して暮らせるまちづくりのために ～認知症サポーター養成講座～

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守り、支援する「認知症サポーター」を養成するための出前講座等を無料で開催します。受講修了者には、「オレンジカード又はオリジナルバッジ」を配付します。

- ・ お問合せ：旭川市社会福祉協議会：90－1449

早期診断や支援のために ～専門職がチームとなり支援します～

旭川市認知症初期集中支援チーム

認知症初期集中支援チームは、認知症支援に携わる医療や介護の専門職がチームとなり、認知症が疑われる人のご家庭を訪問し、適切な医療サービスや介護サービスにつなぐ支援を行います。

※各地域包括支援センターで、チームの詳細や支援方法等の詳細が記載されたリーフレットを配付しています。

- ・ 対象となる人：旭川市内で在宅生活をする 40 歳以上の認知症が疑われる人又は認知症で、次のいずれかの状態にある人。
 - ア 本人らしい主体的かつ活動的な生活を送るための支援体制が構築されていない人
 - イ 家族・友人・地域住民などとの関わりを持ち続けるための支援体制が構築されていない人
 - ウ 対象者の状態に応じた適切な認知症の治療を継続的に受けることができる支援体制が構築されていない人
 - エ 必要に応じた本人の自立支援に資する介護サービスの提供体制が構築されていない人
- ・ 相談先：各地域包括支援センター（連絡先等は、30 ページをご覧ください。）
- ・ お問合せ：旭川市長寿社会課：25－5273

家族介護者や本人の集いの場 ～同じ立場の人と話し合うことが励みに～

● 認知症家族会

認知症家族会は、認知症介護に関わる家族が気軽に集い、同じ立場で悩みや経験を語り合う場です。

詳細は、お問合せ先でご確認ください。

開催圏域	名 称	会 場	開催日・時間	お 問 合 せ
中央	若年性認知症家族会 旭川ひまわりの会	上川教育研修センター (6条通4丁目)	偶数月の第3土曜日 13:30～15:00	若年認知症の人と家族の会 「旭川ひまわりの会」 TEL: 090-3898-0418 (事務局: 石井千鶴子氏)
	家族介護者のつどい	中央公民館 (5条通20丁目)	おおむね毎月第3木曜日 13:30～15:00	中央地域包括支援センター TEL: 23-6022
豊岡	とよおか交流会	豊岡地域包括支援センター (豊岡3条3丁目)	毎月第1水曜日 13:30～15:00	豊岡地域包括支援センター TEL: 35-2275
東旭川・ 千代田	ふれあいの会	東旭川支所 (東旭川北1条6丁目)	奇数月の第2金曜日 13:30～15:00	豊岡地域包括支援センター TEL: 35-2275 東旭川・千代田 地域包括支援センター TEL: 36-5577
東光	和み場 (なごみば)	まちづくり交流館 (東光1条1丁目)	毎月第3水曜日 14:00～15:30	東光地域包括支援センター TEL: 76-6020
	男性家族会 「メンズサロン」	東部まちづくりセンター (豊岡3条3丁目)	奇数月の第2水曜日 14:00～15:30	東光地域包括支援センター TEL: 76-6020
永山	ほほえみの会	永山市民交流センター (永山3条19丁目)	毎月第1月曜日 10:30～11:45	新旭川・永山南 地域包括支援センター TEL: 40-3003 永山地域包括支援センター TEL: 40-2323
春光 ・ 春光台	認知症介護者のつどい	春光台地区センター (春光台3条5丁目)	おおむね奇数月の第3又は 第4金曜日 14:00～16:00	春光・春光台 地域包括支援センター TEL: 54-1165
北星 ・ 旭星	ポラリスの会	北星地区センター (旭町2条8丁目)	毎月第2火曜日 13:30～16:00 時間内入退室自由	北星・旭星 地域包括支援センター TEL: 46-6500
神居 ・ 江丹別	わたしの介護の世界 「しゃべらん会」	神居・江丹別 地域包括支援センター (神居2条10丁目)	毎月第4金曜日 13:30～15:00	神居・江丹別 地域包括支援センター TEL: 76-5511
神楽 ・ 西神楽	家族の集い	神楽・西神楽 地域包括支援センター (緑が丘東3条1丁目)	毎月第4金曜日 13:30～15:00	神楽・西神楽 地域包括支援センター TEL: 66-5351

● 認知症カフェ

認知症カフェは、認知症の人やその家族、知人、医療やケアの専門職、認知症について気になる人などが気軽に集まり、和やかな雰囲気のもと交流を楽しむ場です。

詳細は、お問合せ先でご確認ください。

開催圏域	名 称	会 場	開催日・時間	お 問 合 せ
中央	はなまるカフェ オレンジ	大成市民センター (6条通14丁目) など ※右記の問い合わせ先に直接お問い合わせください。	2か月に1回 おおむね奇数月の日曜日 13:30~15:30	中央地域包括支援センター TEL:23-6022
豊岡	オレンジカフェ あさがお	あさがお デイサービスセンター (豊岡4条6丁目)	毎月第3土曜日 10:00~11:30	豊岡地域包括支援センター TEL:35-2275 グループホームあさがお TEL:38-6121
東旭川・ 千代田	ちよだカフェ	飲食店、地域の大型スーパーイートインスペース、夏期は公園等	不定期 (年2回程度)	東旭川・千代田 地域包括支援センター TEL:36-5577
	オレンジカフェ in東旭川	カフェ等	不定期	同 上
新旭川・ 永山南	永山南きづなカフェ	永山住民センター (永山7条4丁目)	おおむね毎月第4水曜日 13:30~15:30	新旭川・永山南 地域包括支援センター TEL:40-3003
	ぷらっとカフェ	いきいきセンター新旭川 (新富1条2丁目)	おおむね奇数月の 第4木曜日 13:30~15:30	同 上
春光・ 春光台	輪が家(わがや)カフェ	地域交流テラス和が家 (春光台5条3丁目)	偶数月の月曜日	春光・春光台 地域包括支援センター TEL:54-1165
神居・ 江丹別	カフェ・オアシス 神居5の2店	神居5の2町内会館 (神居4条2丁目)	毎月第3火曜日 13:30~15:30	神居・江丹別 地域包括支援センター TEL:76-5511
	華はな	特別養護老人ホーム 旭川ねむのきの華 (忠和4条2丁目)	偶数月第4火曜日 10:30~11:30	同 上
	まちの縁側カフェはる	グループホームはる (忠和6条1丁目)	不定期	同 上
	丘の上のカフェ喜	グループホーム喜 (高砂台8丁目)	不定期	同 上
	丘の下のカフェ ゆうあい	グループホームゆうあい (神居9条8丁目)	不定期	同 上
神楽・ 西神楽	オレンジカフェ すずかけ	地域福祉活動拠点 すずかけ (神楽岡10条5丁目1番28号)	おおむね毎月第3金曜日 13:30~15:00	神楽・西神楽 地域包括支援センター TEL:66-5351

地域で安心して暮らすために ～行方不明となった人の早期発見・保護～

旭川地域 “SOSやまびこ” ネットワーク

高齢になると、記憶力や判断力が低下し、道を間違えたり、家に帰れなくなることがあります。旭川地域 “SOSやまびこ” ネットワークは、警察や市町村・介護関係者等が協力し、行方不明になった人を速やかに発見・保護し、その後も安心して生活できるように支援する取組です。警察署に行方不明者の届出があった後は、家族の了解をもとに、市町村や消防署、ハイヤー会社やバス会社、ラジオ局などの機関と協力して早期の発見・保護のために捜索を行います。また、保護された後は、市町村や地域包括支援センターなどが支援をしていきます。

**行方不明が分かったときは、
すぐに最寄りの警察署に
ご相談ください！**

時間の経過とともに、行方不明となった方が遠くに行かれ、捜索範囲が広がることがあります。そのため、警察署に届け出るまでの時間が短い程、早期の発見・保護につながります。

・届出先：110番

旭川中央警察署 25-0110
旭川東警察署 34-0110
最寄りの交番・駐在所

<届け出の際は…>

※警察署では、行方の分からなくなった方の名前、住所や発見に必要な情報（右図のとおり）をお尋ねします。
※捜索には、顔写真があると有効です。

別添4

緊 急

))) 旭川地域 “SOSやまびこ” ネットワーク (((

連 絡 票

実施機関及び二次配信を受けた機関や団体は、個人情報取り扱いに留意のうえ、行方不明者の早期発見・保護にご協力ください。

届出年月日	年 月 日 ()	午前 午後	時 分		
居住市町村名 ふりがな 氏 名 年齢・性別	市・町 歳 男性・女性				
体格・人相	身長			cm	眼鏡
	体格			肥・小肥・中肉・やせ	頭髪
	面型	三角・逆三角・面長・四角・丸			
方 不 明	上 衣 着 (色・特徴)	下 衣 靴			
	その他特徴				
者	認知症の有無	あり ・ なし ・ 不明			
	住 所 を	言える ・ 言えない			
	名 前 を	言える ・ 言えない			
	所持金 荷 物				
	過去の行方不明歴 発見・保護場所				
	立ち寄りそうな場所				
状 況	不明の年月日	年 月 日 ()	午前 午後 時 分		
	不明となった場所				
参 考 事 項					
発見保護時の連絡先		警察署 TEL			

※二次配信を受けた機関は、さらに別の機関への転送はしないでください。(三次転送の禁止)
※捜索依頼者の希望がある場合を除き、SNS等への情報拡散はしないでください。(インターネットよでの拡散の禁止)
※行方不明者が発見された場合には、FAX情報は原則として破棄してください。(発見後の破棄)
※FAX情報の保管時は、鍵のかかる場所に保管し、紛失することがないように注意してください。(保管時の鍵)
※その他、貴機関の個人情報保護規則に従い、取り扱いには注意願います。

旭川地域 “SOSやまびこ” ネットワーク担当地域

旭川市・鷹栖町・東神楽町・当麻町・比布町・愛別町・上川町・東川町・美瑛町

高齢者の尊厳と権利を守るために

～高齢者の介護、頑張りすぎていませんか～

介護をしている人が、自分では「介護」「いたわり」と思うことでも、高齢者にとっては「煩わしい」と感じることもかもしれません。また、虐待をしていることに気付いていても、様々な理由で自分では歯止めが効かなくなっていたり、気付かないうちに虐待がエスカレートしていたりすることもあります。高齢者の虐待を防ぐためには、介護の負担の軽減を図ること、また、問題が生じているときには第三者が介入し、虐待の悪循環を止めることが大切です。

家庭内で起こる高齢者虐待 多くは認知症のケース

虐待の発生要因は様々であり、要因別に割合が高いものは、次のとおりです。

- ・虐待者の要因：「介護疲れ・介護ストレス」、「知識・情報不足」
- ・虐待を受けた高齢者の要因：「認知症の症状」
- ・家庭の要因：「虐待発生までの人間関係」、「経済的困窮」

介護負担のある人、不安を抱えている人は、各地域包括支援センターまでご連絡ください。

「手を上げる」ことだけが虐待じゃない！

虐待というと、手を上げる行為などが思い浮かびますが、それだけではありません。また、虐待者も虐待を受けた高齢者も、虐待を自覚していないことが多いと言われています。

どのような行為が虐待に当たるのか、不適切な対応になっていないか、次の表を参考に、時々チェックしてみましょう。



	具 体 例
身体的虐待	☐ 良いことと悪いことを分かってもらうために、たたくなどしてしつけをしている。 ☐ ベッドに縛りつけたり、意図的に薬を過剰に与えたりしている。 ☐ 認知症により行方不明になるので、部屋に閉じ込めている。 ☐ 外出させない。訪ねてくる人がいても会わせないようにしている。
介護・世話の放棄・放任	☐ 髪が伸び放題、皮膚が汚れている。 ☐ 空腹や脱水状態、栄養失調の状態にある。 ☐ 劣悪な住環境の中に放置し生活させている。
心理的虐待	☐ 言うことを聞かないので、無視したり、ののしってしまう。 ☐ 子ども扱いする、怒鳴る、悪口を言う。
性的虐待	☐ 人前でおむつを替えたり、しばらく裸のままにしておくことがある。 ☐ キス、性器への接触、セックスを強要する。
経済的虐待	☐ 必要な金銭を渡さない、使わせない。 ☐ 年金手帳、預金通帳などを管理し、本人に無断で使っている。

★一人暮らしの高齢者等で、認知症等により極端に不衛生な環境で生活をしている、必要な栄養が摂れていない、必要なサービスや医療を受けていないなど、客観的に見ると本人の人権が侵害されている「セルフネグレクト」も関係法令に準じて対応します。

消費者被害から守るために

認知症の人の最大の特徴は、記憶力や理解力、判断力が低下することです。通常であれば騙されるはずのないことでも、簡単に騙されてしまいます。こうした特徴に加えて、一人暮らしや日中一人でいることが多い場合には、強引な訪問販売や悪質なSF（催眠）商法などの被害に遭いやすい状況です。「本当は誰かを頼りにしたい」という気持ちを悪質業者につけこまれてしまうのです。



消費者被害に遭わないために…

1 ドアをあける前にまずは確認を！ 悪質な業者は、とにかく家の中に入りこもうとします。知らない人が訪問してきたら、ドアを開ける前に必ず「どこの誰か」、「何のために来たのか」を確認し、目的がはっきりしないときは、開けないようにしましょう。

2 その場で契約せずに、家族や友人に相談を！ 高額な契約の場合、必ず家族などの周囲の人に相談しましょう。また、「何でも買いとる」、「住宅修理に保険金が使える」、「布団を見せてほしい」などと来たり、契約を急がせる業者は要注意です。

3 いらないときはハッキリと断る。 あいまいな返事は誤解のもとです。「いいません」、「お断りします」、「お帰りください」とハッキリと断りましょう。



それでも被害に遭ったら…

まずはクーリングオフです！

訪問販売など特定の取引の場合には、一定期間内であれば自由に契約を解除できます。

商品や購入方法によっては、できない場合もありますが、すぐに旭川市消費生活センター（電話：22－8228）又は各地域包括支援センター（30 ページ）にご相談ください。

通 知 書	
下記契約を解除します。	
契約日 (申込日)	年 月 日
商品・役務名	_____
契約金額	_____ 円
販売会社	_____
担当者	_____
クレジット会社	_____
・支払済みの _____ 円を速やかに返金してください。	
・商品を引き取ってください。	
年 月 日	
契約者	住所 名前

- ・必ず書面で通知する
- ・はがきの裏表コピーを取って保管
- ・簡易書留で出す（信販会社と販売店 両方）

成年後見 制度

成年後見制度とは、認知症、知的障がい、精神障がい等のために判断能力が十分ではない人が、「契約」をしたり「財産管理」をしたりすることが困難な場合に、本人に不利益が生じないよう法的に支援する制度です。福祉サービスの利用や入所・入院の契約又は不動産や預貯金などの財産管理を代理で行ったり補助することにより、本人が安心して生活する権利を守ります。

任意後見制度 → 判断能力があるうちに将来に向けて契約を結ぶ制度
法定後見制度 → 判断能力が低下してから利用する制度

	任意後見 (判断能力のある人)	法定後見 (判断能力が不十分な人)		
名 称	任意後見	補 助	保 佐	後 見
申立て等ができる人	本 人	本人、配偶者、4親等内の親族、 検察官、市区町村長など		
本人の 判断能力	1人で判断できます (今は元気だが 将来が不安です)	軽 度 (判断能力が十分 ではありません)	中等度 (判断能力がかなり 衰えています)	重 度 (判断能力がほと んどありません)
支援する人	任意後見人	補助人	保佐人	成年後見人
支援の内容	・財産管理（預貯金の管理など） ・身上保護（日常生活での様々な契約など）			

財産管理：本人のために必要な支出を計画的に行い、本人の金銭を管理します。具体的には、金融機関との取引、不動産の管理・処分、遺産相続手続などを行います。

身上保護：福祉サービスの利用や入所・入院の手続、費用の支払など、契約に係る支援を行います。
 ※成年後見制度に関するご相談は、各地域包括支援センター又は旭川成年後見支援センターへ

旭川成年後見支援センター

成年後見制度に関する各種相談や、手続の支援を行っています。また、制度に関する普及啓発や市民後見人の養成など、本人が安心して暮らしていくための環境づくりを支援しています。

旭川市5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階

電話 23-1003 <開設時間> 月～金曜日 午前8時45分～午後5時15分
 ※祝日及び年末年始(12/30～1/4)を除く。

日常生活 自立支援 事業

高齢や障がいにより、日常生活の判断に不安のある在宅で生活している人を対象に、福祉サービスの利用手続や生活費の管理、年金証書などの大切な書類の預かりをお手伝いしています。



お問合せ 旭川市社会福祉協議会

住所 旭川市5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階

電話 90-2003 <相談受付時間> 月～金曜日 午前8時45分～午後5時15分
 ※祝日及び年末年始(12/30～1/4)を除く。

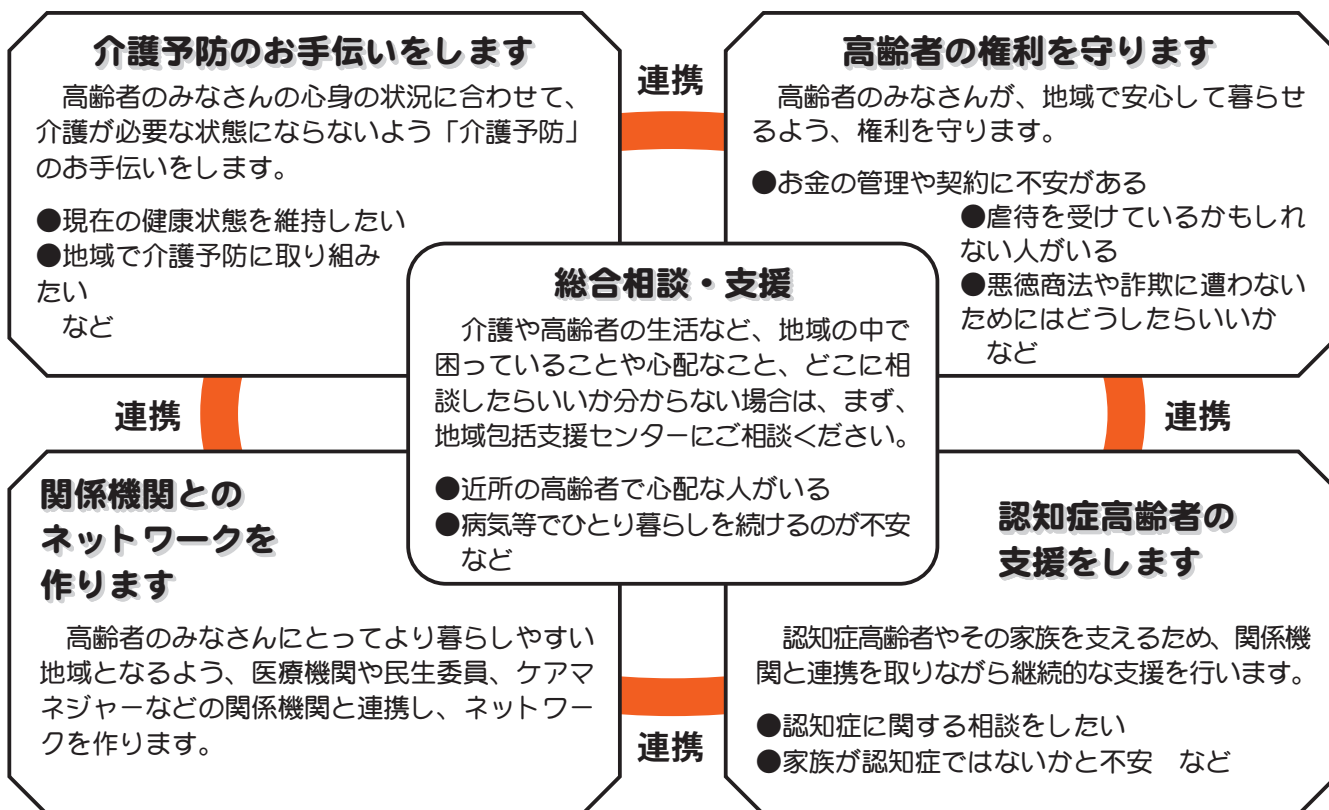
地域包括支援センターに ご相談ください！

地域包括支援センターは、高齢者のみなさんが、住み慣れた地域で安心して生活できるよう、介護・福祉・医療など、様々な面から支援を行うためのセンターです。

本人だけでなく、家族の方や地域の方など、高齢者に関することであればどなたでもご利用いただけます。

地域包括支援センターの職員と5つの業務

地域包括支援センターには、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー、旭川市独自で配置している精神保健福祉士といった専門職が配置されており、これらの専門職が連携して支援を行います。



このほかにも……

介護保険に関する相談や要介護認定の代行申請を行っています。

また、要支援1・2と認定された方が介護保険サービスを適切に利用できるように調整を行います。

＜地域包括支援センターに関する問合せ＞
長寿社会課 TEL：25-5273 FAX：29-6404

●●● あなたの地域の地域包括支援センターです ●●●

地域包括支援センターは、みなさんがお住まいの地域ごとに設置されています

中央 地域包括支援センター

6条通4丁目 旭川勤労者福祉会館内
電話 23-6022 FAX 23-6033



豊岡 地域包括支援センター

豊岡3条3丁目5番10号 東部まちづくりセンター内
電話 35-2275 FAX 35-2276



東旭川・千代田 地域包括支援センター

東旭川北1条6丁目2番3号 東旭川支所内
電話 36-5577 FAX 74-7220



東光 地域包括支援センター

東光5条2丁目2番6号 東部住民センター内
電話 76-6020 FAX 76-5852



新旭川・永山南 地域包括支援センター

永山2条5丁目44番地
電話 40-3003 FAX 40-3008



永山 地域包括支援センター

永山3条19丁目4番15号 永山市民交流センター内
電話 40-2323 FAX 40-2340



末広・東鷹栖 地域包括支援センター

東鷹栖4条3丁目636番地 東鷹栖地域センター内
電話 76-5065 FAX 58-3002



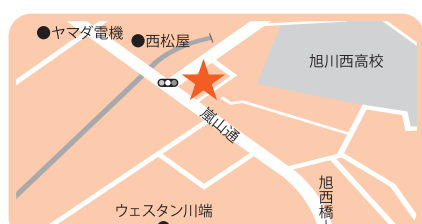
春光・春光台 地域包括支援センター

春光5条4丁目1番16号 北部住民センター内
電話 54-1165 FAX 54-1101



北星・旭星 地域包括支援センター

川端町6条10丁目2番16号
電話 46-6500 FAX 54-7580



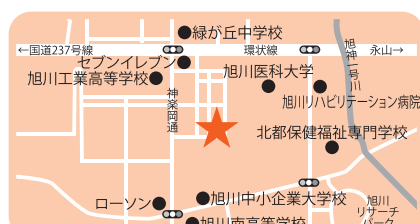
神居・江丹別 地域包括支援センター

神居2条10丁目3番8号
電話 76-5511 FAX 60-2266



神楽・西神楽 地域包括支援センター

緑が丘3条3丁目10番30号 緑が丘地域活動センター内
電話 66-5351 FAX 66-5352



センターの開設日時

月曜日～金曜日
午前9時～午後6時
(祝日・12月30日～1月4日を除く。)



相談は
無料です

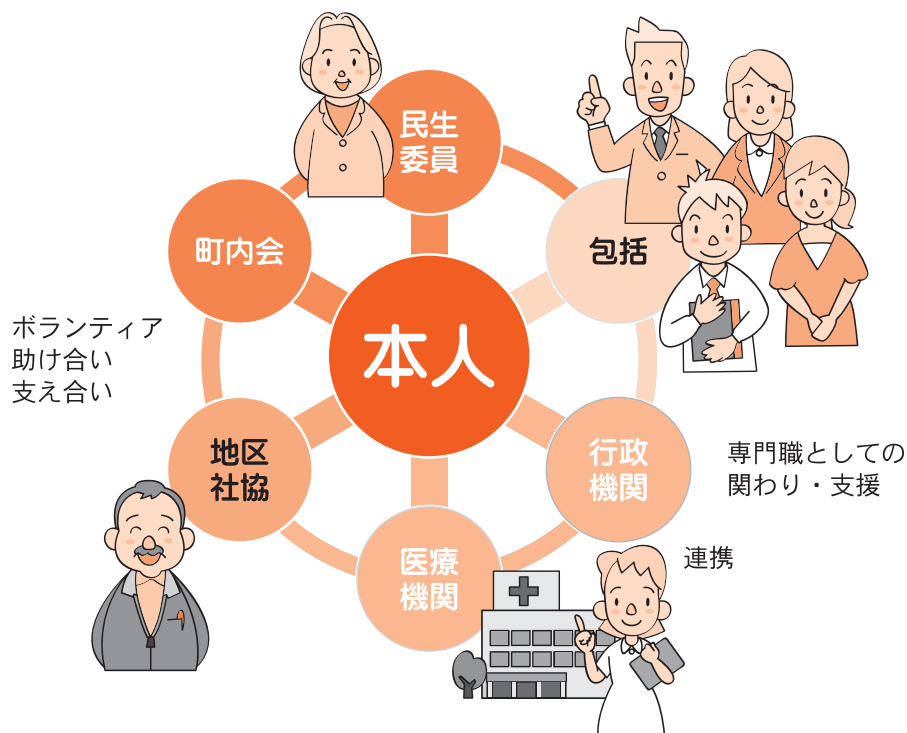
ともに手を携えて、 やさしいまち、安心できるまちづくりを

認知症介護は長期にわたる場合が多いため、家族の誰かだけで支えることは困難です。

不安や困難を一人で背負わないよう、認知症を抱えている本人への理解を深め、役割分担をしながら一緒にケアしていくチームが必要です。認知症の人との接し方を理解した上でチームの力を合わせれば、いつでも、どこでも、お互いが助け合い、不安や孤独で疲れ果ててしまうこともなくなります。

長生きをする上で、避けて通れないのが認知症です。これは、本人や介護を担う家族だけでなく、私たち一人一人が考えるべきことです。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりへ、積極的に取り組む人が増えています。

この「オレンジガイドブック」には、周囲の支えを得ながら無理なく介護を続けていくための相談窓口、医療に関すること、日々の暮らしのことなどをまとめました。今すぐに全てを読む必要はありません。あなたの気持ちが少し落ち着いたときに、ゆっくりと目を通していただければと思います。



ともに手を携えて暮らしていきましょう

長寿社会課・介護保険課の相談窓口

旭川市 長寿社会課 介護保険課 7条通9丁目48番地 総合庁舎2階	長寿社会課 地域支援係 ～ 介護予防について…………… (25-5273) 高齢者支援係 ～ 高齢者の生きがいなどについて… (25-6457) 介護119番 ～ 高齢者虐待について…………… (25-9119) 介護保険課 管理給付係 ～ 介護保険サービスについて… (25-6485) 介護保険料係 ～ 介護保険料について…………… (25-5356) 介護認定係 ～ 要介護認定について…………… (25-5355)
あなたの担当 地域包括支援センター	名称 「」 地域包括支援センター 住所 電話番号 () ケアマネジメントの担当者

居宅介護支援事業者

名称 介護支援専門員（ケアマネジャー） 電話番号 ()

サービス事業者

名称 担当 電話番号 ()
名称 担当 電話番号 ()
名称 担当 電話番号 ()
名称 担当 電話番号 ()



企画／制作

旭川市福祉保険部長寿社会課地域支援係

電話：25-5273 Fax：29-6404

開設日：月曜日～金曜日（祝日、12/30～1/4を除く。）

開設時間：午前8時45分～午後5時15分

旭川市地域包括支援センター

開設日：月曜日～金曜日（祝日、12/30～1/4を除く。）

開設時間：午前9時～午後6時

