

認知症ケアパス

私たちが認知症になったら



令和7年9月
豊川市

はじめに

この冊子は

「認知症かもしれないと不安なあなた」

「認知症と診断されてこの先のことが心配なあなた」
に読んでもらいたい冊子です。

不安を一人で背負わないように、
あなたに知ってほしいことが3つあります。

- 1 認知症になっても、社会とのつながりの中で生活が続けられること
- 2 早めに病院に行き相談することが大切なこと
- 3 相談窓口がたくさんあること

目次

認知症ケアパスについて	1
主な相談先・サービスなど	2
これからの暮らし方を考えてみませんか	4
① 相談したい	5
② 病院について	7
③ 認知症ってなに？	9
④ 伝える？ 伝えない？	11
⑤ 人と交流できる場所	12
⑥ 元気な身体を維持したい	15
⑦ 認知症本人の声が知りたい	16
⑧ 日常生活で困ったときに	18
⑨ 仕事を続けたい	22
⑩ お金のことが心配	23
⑪ 自動車の運転が不安	25
⑫ 住まいや施設のこと	27
⑬ 家族の方へ	28

認知症ケアパスについて

この冊子は認知症ケアパスです。

認知症ケアパスとは、認知症かもしれないと不安に思っている方や認知症と診断された方が「いつ」、「どこで」、「どのような」相談先があるのか、サービスが受けられるのかなど、認知症と共に生きるために必要な情報を整理したものです。

あなたがしたい暮らしに

認知症ケアパスを参考に見よう

- ★あなたがしたい暮らしを、あなたが信頼する人につぶやいてみましょう。
- ★4 ページの「これからの暮らし方を考えてみませんか」を活用してみましょう。

みんなからのメッセージ

認知症の本人から

私は、初期の頃に病院にかかりました。5年経った今もあまり進行せずに毎日を過ごすことができます。早めに受診し、受け入れることで、自分らしい生活が続けられていると思っています。

認知症のご家族から

病気を受け入れ、できることを探しながら前向きに一生懸命生きようになるまで時間はかかるかもしれませんが、今は、一緒に受け入れ、本人と明るい毎日を共に作っていったらと思います。

認知症サポーターから

一緒に楽しんでやりたいことをやりましょう。あなたと一緒に共に楽しく笑っていきたいです。

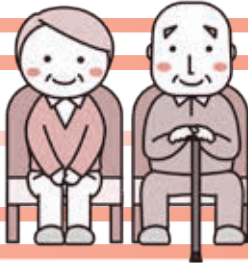


認知症地域支援推進員から

認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けるための支援がたくさんあります。あなたはひとりじゃない。これからの生活を一緒に考えましょう。

主な相談先・サービスなど

※下表のサービス内容は一例であり、あなたの希望に応じて利用できます。
※下表の 枠は、支援を受けることができるおおよその期間です。

	あれ？物忘れかな	認知症かもしれない	少しの手助けがあれば自立した生活ができる	手助けや介護があると安心	常に介護が必要になった
	発症初期	初期～中期	中期	中期～後期	後期
相談したい ▶ 5 ページ	福祉相談センター	公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部 愛知県若年性認知症総合支援センター 認知症初期集中支援チーム			
病院について ▶ 7 ページ	かかりつけ医 認知症サポート医	愛知県認知症疾患医療センター			
人と交流できる場所 ▶ 12 ページ	認知症カフェ 介護予防教室 元気グループ ふれあいサロン 地域生涯学習講座 とよかわオープンカレッジ チームオレンジとよかわ				
元気な身体を維持したい ▶ 15 ページ	運動 食事 お口の健康 睡眠 認知症本人の声が知りたい				
日常生活で困ったときに ▶ 18 ページ	高齢者地域見守りネットワーク・いなりんお守り ちょこっとサポート事業 おくすりカレンダー		認知症高齢者等居場所検索支援事業 安心のてびき 消費生活相談 日常生活自立支援事業	介護保険制度 成年後見制度	
仕事を続けたい ▶ 22 ページ		障害者手帳	就労移行支援 就労継続支援		
お金のことが心配 ▶ 23 ページ		自立支援医療制度 雇用保険失業給付 傷病手当金 年金相談	障害者医療費の助成 介護保険負担限度額認定の申請 生活困窮自立支援 就学援助制度		
自動車の運転が不安 ▶ 25 ページ		自主返納窓口相談			
住まいや施設のこと ▶ 27 ページ		高齢者のすまいの手引き		グループホームなど	特別養護老人ホームなど
家族の方へ ▶ 28 ページ	介護者交流会 ケアラー手帳 公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部				

これからの暮らし方を考えてみませんか

思いついたときに今の自分自身のこと、これからのことを考え、記録しておきましょう。

記入した日 年 月 日

記入した人（名前）

今の自分について

●趣味・特技は何ですか？

●好きなこと

好きな食べものは何ですか

好きな本・映画は何ですか

好きな時間の過ごし方は何ですか

好きな音楽は何ですか

●嫌いなこと

●今やりたいこと

これからどんな暮らしをしたいですか？（場所、誰と など）

1 相談したい

今のあなたの不安や苦しさをひとりで抱えずに相談してみませんか。今のあなたが抱える不安や苦しさを理解できる誰かと会うことで、これからの生活を支えるヒントを得ることができるかもしれません。

①福祉相談センター（地域包括支援センター）

専門職が認知症のほか、医療・介護・暮らしの困りごとなど、幅広い世代からの相談に応じています。

※中学校区ごとに担当の福祉相談センターが決まっています。お住まいの地域の福祉相談センターがわからない場合は、豊川市介護高齢課（電話：0533-89-3179）までお問合せください。

施設名 所在地	連絡先 (市外局番0533)	利用日時 (祝日・年末年始を除く)	担当中 学校区
東部福祉相談センター 東新町33-1 (県営稲荷北住宅敷地内)	電話:85-6110 FAX:85-6131	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)と 第1(土)と翌(日)	東部 一宮
東部福祉相談センター 一宮出張所 上長山町本宮下1-1685 (いかまい館内)	電話:93-0801 FAX:93-0804	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)	
西部福祉相談センター 国府町下河原61-2 (西部地域福祉センター内)	電話:88-8005 FAX:87-5452	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)と 第4(土)と翌(日)	西部 音羽 御津
西部福祉相談センター 音羽出張所 赤坂町狭石1 (音羽福祉保健センター内)	電話:88-5940 FAX:88-7927	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)	
西部福祉相談センター 御津出張所 御津町広石枋ヶ坪88 (御津福祉保健センター内)	電話:77-1502 FAX:77-2330	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)	南部 小坂井
南部福祉相談センター 山道町2丁目49 (県営牛久保住宅併設)	電話:89-8820 FAX:89-8812	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)と 第2・5(土)と翌(日)	
南部福祉相談センター 小坂井出張所 小坂井町大堀10 (こざかい葵風館内)	電話:78-4584 FAX:78-3242	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)	中部 代田 金屋
北部福祉相談センター 平尾町親坂36 (ふれあいセンター内)	電話:88-7260 FAX:88-7261	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)と 第3(土)と翌(日)	
北部福祉相談センター 代田出張所 諏訪西町2丁目158-1 (市営諏訪西住宅併設)	電話:89-8070 FAX:89-9112	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)	
北部福祉相談センター 金屋出張所 金屋元町2丁目53-1 (東部地域福祉センター内)	電話:85-6258 FAX:89-8815	午前8時30分～午後5時15分 (月)～(金)	

1 相談したい

❶ 福祉相談センターの相談窓口では、どのような人が話を聞いてくれて、どんな相談ができますか？

▲ 認知症地域支援推進員、社会福祉士、ケアマネジャー、保健師などの専門職がお話を聞きます。福祉にかかわるどんなことでも相談ができます。

◎認知症地域支援推進員とは

認知症の方やそのご家族が安心して暮らせる地域づくりを行う専門職です。認知症になっても一人ひとりが希望をもって暮らせる地域を目指しています。

❷ 不安で相談したいのですが、何から話して良いかわかりません。

▲ 誰でも初めて相談するときは緊張します。やっぱりやめようかなと引き返したくなったりするものです。不安をそのまま話してみましょう。話せなくても大丈夫です。少しずつ、自分の話せることから相談してみましょう。

②公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部

全国の支部において認知症の人と家族を支え、認知症になっても安心して暮らせる社会を目指して活動を行っています。本人や家族の交流する「つどい」や介護者のための支援講座「家族支援プログラム」などを開催しています。

◆認知症電話相談 電話 0562-31-1911

(月)～(金) 午前10時～午後4時(年末年始・祝日除く)

③愛知県若年性認知症総合支援センター

若年性認知症の本人や家族からの困りごとや悩みごとの相談に対して、解決に向けた支援をします。来所による相談並びに訪問による相談については、予約制となっていますので、事前にご連絡ください。

◆相談専用電話 電話 0562-45-6207

(月)～(土) 午前10時～午後3時(年末年始・祝日除く)

④認知症初期集中支援チーム

医療・介護の専門職がチームとなり認知症が疑われる方や認知症と診断された方及びその家族の初期の支援を集中的(最長6カ月)に行い、その人らしい生活ができるようにサポートをします。

◆問い合わせ先：お住まいの地域の福祉相談センター

2 病院について

日々の生活の中で、何かおかしいと最初に気づくのは実は「自分」です。少しでも早く病院を受診することをお勧めします。早いうちに診断を受けることは、これからも自分らしく過ごすために大切なことです。

❶ 早めに受診することが大切なのはどうしてですか？

▲ 認知症は症状です。何が原因でその症状が現れているのか、知る必要があるからです。中には適切な治療を受けることで改善するものもあります。かかりつけ医がいる場合は、最初にかかりつけ医に相談し、適切な医療機関(専門医)を紹介していただきましょう。紹介状があると専門医への受診や連携がスムーズです。

❷ 医師にどのように伝えたら良いですか？

▲ あなたが不安や心配になっていることを伝えてください。受診前に、不安に思うことを具体的にメモにしておくといいでしょう。家族も、本人の前でどうしても言いにくいことはメモにして、あらかじめ受付に伝えておくといいでしょう。

認知症本人の声・家族の声



何か変だと思ったり、他人から指摘された時は不安でしたが、診察を受け、今後どのように生活ができるのか知り、認知症が心配なあなたや家族が孤立しないことが大切です。

最初に母の認知症に気づいた時、母に「何でもなければいいから」と父と一緒に病院で検査を受けてもらいました。気づく前から話題を出し、早めに検査に行かれると良いと思います。



2 病院について

① かかりつけ医

かかりつけ医はこれまでの病歴や生活状況など、あなたのことを知ったうえで診察や治療をしてくれます。また、必要な医療機関へ紹介する役割も担っています。



② 認知症サポート医

認知症の人の診断に習熟し、かかりつけ医等への助言やその他の支援を行います。また、地域の認知症にかかる地域医療体制の中核的な役割を担っています。



③ 愛知県認知症疾患医療センター

県から指定されている医療機関で、認知症に関して様々な相談ができます。

医療法人松崎病院 豊橋こころのケアセンター

※受診希望の場合は事前にご連絡ください。

住 所 ▶ 豊橋市三本木町字元三本木20-1

電 話 ▶ ①0532-45-1372 ②0532-45-1324 (豊橋こころのケアセンター 医療相談室)

電話相談 ▶ ①(月)～(金) 午後1時30分～午後4時30分 ※祝日を除く
②(月)～(金) 午前8時30分～午後5時 ※祝日を除く

医療法人義興会 可知記念病院

住 所 ▶ 豊橋市南大清水町字富士見456

電 話 ▶ ①0532-26-1103 ②0532-26-1101 (代表)

電話相談 ▶ (月)～(水)、(金)、(土)及び隔週(日)の午前9時～午後5時 ※祝日を除く
※電話相談の隔週(日)は病院カレンダーに準じています。

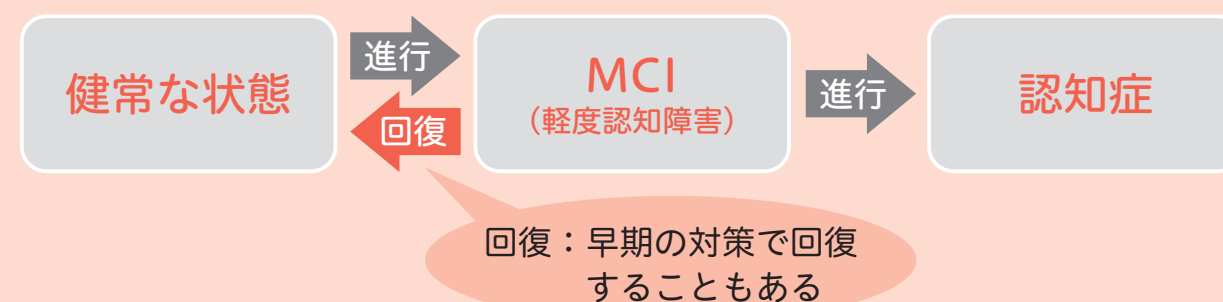
3 認知症ってなに？

認知症とは、脳の障害によって認知機能が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態のことです。また、認知症を正しく理解することが大切です。年をとって物忘れをすると「認知症かな？」と心配に思うことがありますが、加齢に伴う物忘れと、認知症による物忘れは違います。

加齢に伴う物忘れ	認知症による物忘れ
体験の一部を忘れる	体験の全体をすっかり忘れる
物忘れを自覚している	物忘れの自覚に乏しい
人物や場所までわからなくなることはない	人物や場所までわからなくなることがある
日常生活への支障は比較的少ない	日常生活に支障をきたす

MCI（軽度認知障害）を知っていますか？

MCI(軽度認知障害)とは、健常な状態と認知症の中間で、物忘れはありますが日常生活に支障がない状態です。MCIは放っておくと認知症に進行する人もいますが、日常生活を見直すことなどで健常な状態に戻すことや発症を遅らせることが期待できます。そのため、早期に病院にかかり対応することが重要です。



毎日の生活で認知症の本人が工夫していること

認知症になっても何もできなくなるのではなく、習慣化していたことなど、できることはたくさんあります。

メモをして、わかるようにしておく。

毎日の生活に特にこれ！ということなく陽気にマイペースで過ごしています。

3 認知症ってなに？

認知症の主な種類と特徴

◎認知症は種類によって症状が異なりますが、下記の症状はあくまで傾向です。

◎同じ種類の認知症でも、困りごとのあらわれ方は人によって違います。

アルツハイマー型 (頭頂葉、側頭葉)	・物忘れから始まることが多い。 ・できていたことがうまくできなくなったり、気候にあった服を選べない、薬の管理ができないなど。
脳血管性 (前頭葉の障が多い)	・脳卒中などの病変が起きた部位によってあらわれる症状が異なる。 ・早いうちから歩行障害が出やすい。 ・脳卒中の再発予防により進行を軽減できる。
レビー小体型 (後頭葉)	・小股で歩く。 ・顔の表情が乏しくなる。 ・幻視（人、虫、動物など）。 ・転倒など。
前頭側頭型 (前頭葉、側頭葉)	・物忘れは軽度。 ・本人の意図に関わらず社会性が乏しくなる。 ・万引きや交通違反をするなどルールが守れなくなる。

その他、うつ病、せん妄、正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症など病気の症状として認知症になることがあります。もとの病気を治療すると改善することが多いです。

Q どんな症状があらわれますか？

▲ 以前とはなにかが違う、という感覚がもっとも初期の兆候としてあります。本人が感じている代表的な症状は次のようなものがあります。

- ◎同じ話を何度もくり返す
- ◎慣れた道で迷うことがある
- ◎テレビ番組の内容が理解できなくなる
- ◎数時間前の出来事を忘れる
- ◎仕事、家事などの段取りが悪くなり、時間がかかるようになる
- ◎出来事の前後関係がわからなくなることがある
- ◎手続き等、うまくできなくなることがある

4 伝える？ 伝えない？

認知症という言葉は、よく聞くようになりましたが、認知症であることを周囲に伝えるのは簡単なことではないかもしれません。誰にどこまで、伝えるか、伝えないかは、あなたが決めて良いことです。関わる人との今後の関係を考えて、答えを出せば良いと思います。

Q 認知症であることを周りに伝えるメリットは何か？

▲ 打ち明けることの不安があるように、周囲の人を受け止める時間が必要です。早い段階で打ち明けることにより、周囲の人を受け止める準備ができ、あなたが困ったときに、きっと心強い味方になってくれます。

Q 認知症になったことをご近所や親族に伝えた方が良い？

▲ 迷いがあるときには急いで結論を出す必要はありません。あなたと家族で話し合い、気持ちに整理がついて話そうと思えた時に伝えることで相談相手になってくれる場合もあります。

認知症の本人、家族の声

親しい友達に認知症と伝えていなくても理解してサポートしてくれます。認知症になってもこれまでと同じように付き合ってくださいるので感謝そのものです。



認知症であることを本人や周りにも伝えていきます。その中で本人が前向きになれる関わりを心がけています。

無理に伝える必要はないと思いますが、家族内でお互いに承知していた方が、理解でき、誤解やストレスも少ないと思います。



5 人と交流できる場所

今までの生活と変わらず、家族や友人と一緒に過ごしたり、新しい出会いを見つけるのも良いかもしれません。人との交流を楽しみましょう。

認知症カフェ

認知症の本人やその家族、地域住民の子供からお年寄りまでどなたでも参加できる集いの場です。どのカフェにも専門職の方がいて、気軽に相談ができます。みんなでお茶をしながらの団らんや情報交換、体操などカフェによって内容は様々です。ぜひ一度、気軽にご参加ください。



認知症カフェ
二次元コード

認知症カフェの様子



虹カフェでパン作り



ポルクカフェでハンドマッサージ

認知症の本人、家族の声

認知症カフェに行っています。レクリエーションや皆で歌を歌ってとても楽しいです。面識がなかった方ともおしゃべりができて楽しいです。



環境を変えると不安になってしまうことがあるので、好きな音楽、カラオケでリラックスした時間を持つようにしています。

他にどんな交流の場所がありますか？

市内の様々な場所で集まる場があります。

① 介護予防教室

豊川市では、皆様がいつまでも健康でいきいきした生活を送るため、専門職チーム「元気応援隊」を結成し、介護予防について伝えています。フレイル予防教室、脳ちから塾、いきいき元気運動教室等の介護予防教室を実施しています。

② 元気グループ

健康づくりや介護予防の介護予防自主グループです。

◆①、②の問い合わせ先：豊川市介護高齢課 高齢者支援係
(電話 0533-89-2105)



③ ふれあいサロン

地域の人と人との交流、居場所づくり、健康づくりや介護予防を目的とした活動です。

◆問い合わせ先：お住まいの地域の福祉相談センター
電話：お住まいの地域の福祉相談センター ▶ ⑤ページへ

④ 地域生涯学習講座

中学校区ごとで行われている講座です。地域ごとに様々な内容の講座があります。

◆問い合わせ先：豊川市教育委員会 生涯学習課 (電話 0533-88-8035)

⑤ とよかわオープンカレッジ

教えたい方が講師となり、学びたい方が受講する、市民が主体となって運営する学びの場です。(受講料・教材費がかかります。)

◆問い合わせ先：とよかわオープンカレッジ事務局
(プリオビル4階 プリオ生涯学習センター内) (電話 0533-75-6667)

また、介護保険サービスの中にも元気な身体を維持するためのサービス（デイサービス等）があります。介護保険サービスについては豊川市介護高齢課またはお住まいの地域の福祉相談センターへお問い合わせください。

5 人と交流できる場所

チームオレンジとよかわ

認知症の本人、家族、地域の垣根のない活動です。豊川市では、あなたのやってみたいことを認知症サポーターや認知症地域支援推進員と共に企画しています。

◆問い合わせ先：南部福祉相談センター 電話 0533-89-8820
豊川市介護高齢課 電話 0533-89-3179

チームオレンジとよかわの様子



「おいしいものが食べたい」という声から、みんなでお米を炊いて、おむすびを食べました。「運動がしたい」という声から、秋の散策にお出かけをしました。



小学生のうちに正しく認知症を理解してほしいという想いから、チームオレンジとよかわとして、認知症サポーター養成講座を実施しています。本人のお話・サポーターによる寸劇をしています。

6 元気な身体を維持したい

健康を維持することはとても大切です。元気な身体を維持していくためには、役割を持ったり、人と交流したり、やりたいことをやり続けることが大事です。

元気な身体でいるために、生活習慣を整えましょう。

■運動

運動習慣は脳の活性化に繋がります。自分のペースで無理なく行いましょう。散歩をしながらしりとりをするなど、脳を使いながら運動するとさらに効果的です。(▶13ページ 介護予防教室)

■食事

塩分は控えめに、肉や魚、野菜もまんべんなくバランスよく食べましょう。水分も忘れずにこまめにとりましょう。

■お口の健康

よく噛むことは脳を刺激し、認知症予防につながります。歯磨き、入れ歯のお手入れで虫歯や歯周病を予防しましょう。定期的にかかりつけ歯科医院で診てもらうことが大切です。よく噛むことができるお口の状態を維持しましょう。

■睡眠

質の良い眠りは、疲れた体を修復してくれて免疫力が向上したり、記憶を整理してくれたり、生活習慣病予防につながったり、感情が安定するなどの効果が期待できます。

睡眠は脳内に溜まる老廃物を掃除してくれる役割があります。熟睡ができる環境（音や照明の工夫、室温の調整、寝具を身体にあったものにする）を整えましょう。

■毎日楽しく過ごしましょう

趣味や生きがいを見つけ、様々な人とつながり、積極的に交流するなど生活を楽しみましょう。交流することで脳の活性化につながります。

7 認知症本人の声が知りたい

認知症になったから何もできないわけではありません。認知症であってもそうでなくても、自分らしい生活が続けることができること、それまでの本人の思いや、生活する上での工夫などが紹介されています。

認知症の本人が書いた本・認知症のことがわかる本

書籍名	著者等	出版社等
認知症になってからも自分らしく！ －本人の声がひらく新しい認知症観の時代へ	藤田和子（著）	メディア・ケアプラス
認知症の私が、今を楽しく生きる理由(わけ)	丹野智文（著）	中央法規出版
ひとりじゃないき 認知症と診断された私が デイサービスをつくる理由	山中しのぶ(著)	中央法規出版
「できる」と「できない」の間の人	樋口直美（著）	晶文社
私の脳で起こったこと 「レビー小体型認知症」の記録	樋口直美（著）	筑摩書房
認知症のわたしから、10代のあなたへ	さとう みき（著）	岩波書店
記憶とつなぐ 若天性認知症と向き合う私たちのこと	下坂厚（著）、下坂佳子（著）	双葉社
認知症の私から見える社会	丹野智文（著）	講談社
麒麟模様の馬を見た 目覚めは瞬間の幻視から	三橋 昭（著） 小野 賢二郎（監修）	メディア・ケアプラス
ボクはやっと認知症のことがわかった	長谷川和夫(著) 猪熊律子(著)	KADOKAWA
認知症になっても人生は終わらない ～認知症の私が、認知症のあなたに贈ることば～	認知症の私たち(著) NHK取材班(協力)	harunosora
認知症になってもだいじょうぶ！ そんな社会を創っていこうよ	藤田和子（著）	徳間書店
笑顔で生きる 認知症とともに	丹野智文（著） 奥野修司(文・構成)	文藝春秋社
認知症とともに生きる私 ～「絶望」を「希望」に変えた20年～	クリスティーン・ブライデン （著）、馬籠久美子（翻訳）	大月書店
私の記憶が確かなうちに	クリスティーン・ブライデン （著）、水野裕（監修）、中川 経子（翻訳）	クリエイツかもがわ

書籍名	著者等	出版社等
認知症を乗り越えて生きる	ケイト・スワファー（著） 寺田真理子（翻訳）	クリエイツかもがわ
認知症の私は「記憶より記録」	大城勝史（著）	沖縄タイムス社
認知症の私からあなたへ 20のメッセージ	佐藤雅彦（著）	大月書店
認知症の人たちの小さくて大きなひと言 ～私の声が見えますか？～	永田久美子（監修）	harunosora
認知症になった私が伝えたいこと	佐藤雅彦（著）	大月書店
私は私になっていく ～認知症とダンスを～	クリスティーン・ブライデン （著）、馬籠久美子（翻訳）	クリエイツかもがわ
扉を開く人 クリスティーン・ブライデン	NPO法人認知症当事者の会 （編集）、永田久美子（監修）	クリエイツかもがわ
ぼくが前を向いて歩く理由	中村成信（著）	中央法規出版
ブログ「認知症一期一会」 ～認知症本人からの発信～	水木理（著）、社団法人認知 症の人と家族の会（編集）	クリエイツかもがわ
私は誰になっていくの？ ～アルツハイマー病者からみた世界～	クリスティーンボーデン （著）、檜垣陽子（翻訳）	クリエイツかもがわ

出典：日本認知症本人ワーキンググループお薦めの本（2025年改訂）

本人にとってのよりよい暮らしガイド

日本認知症本人ワーキンググループ（JDWG）では、平成29年度、認知症になった体験をもとに、診断を受けた後に絶望せずに、自分なりによりよい日々を暮らしていくためのヒントをまとめた「本人にとってのよりよい暮らしガイド(通称:本人ガイド)」を作成し、普及活動を行っています。



8 日常生活で困ったときに

不安や心配事を一人で抱え込まないように、あらかじめ、あなたの不安を解消してくれる団体やサービスを調べて活用したり、ご近所の方の力を借りたりするのも一つの備えです。

❶ 外出先で道に迷ってしまうのではないかと不安です。

▲ 安心して外出ができるよう、備えましょう。

●事前登録制度（高齢者地域見守りネットワーク）

行方不明時の早期発見のため、あらかじめ名前、年齢などを事前登録し、ご家族などからの依頼をもとに、協力者あてに「とよかわ安心メール」で情報を配信し、速やかに発見・保護につなげます。

◆問い合わせ先：豊川市介護高齢課 地域包括ケア推進係
(電話 0533-89-3179)

★「とよかわ安心メール」の登録方法▶



●いなりんお守り（高齢者見守りキーホルダー、またはカード）

上記の事前登録制度と一緒に申し込みができます。登録番号を記載したキーホルダーを保持することで、速やかに身元確認ができ、迅速かつ適切な対応につながります。

◆問い合わせ先：豊川市介護高齢課 地域包括ケア推進係
(電話 0533-89-3179)

●認知症高齢者等居場所検索支援事業

高齢者の見守りや行方不明時の居場所を確認するためにGPSを用いた位置情報検索サービスを利用する際の初期費用を一部助成します。

◆問い合わせ先：東三河広域連合 介護保険課
(電話 0532-26-8472)

❷ ひとり暮らしですが、日常生活で困ったときに助けてくれるサービスはありますか？

▲ 生活支援サービスを行う事業所をまとめた冊子、またシルバー人材センターが行っているちょこっとサポート事業などがあります。

●ちょこっとサポート事業

シルバー人材センターに登録する「ちょこサポ隊員」が、高齢者の「ちょっとした困りごと」をワンコイン（500円）でお引き受けし、暮らしのお手伝いをします。

◆問い合わせ先：豊川市シルバー人材センター
(電話 0533-84-1851)

❸ 介護保険、高齢者福祉サービスの利用を考えたい。

●介護保険制度

豊川市介護高齢課、お住まいの地域の福祉相談センターにて制度の案内や申請を受け付けています。

◆問い合わせ先：豊川市介護高齢課（東三河広域連合 介護保険課 豊川窓口）
(電話 0533-89-2173)
お住まいの地域の福祉相談センター

●冊子「安心のてびき」

豊川市の高齢者福祉サービスについてまとめられた冊子です。

◆問い合わせ先：豊川市介護高齢課 高齢者支援係
(電話 0533-89-2105)



8 日常生活で困ったときに

Q 薬の管理が難しくなってきた。

▲ まずは医師や薬剤師に相談しましょう。薬の管理に不安がある方には、各福祉相談センターにておくすりカレンダーを配布しています。

●おくすりカレンダー

対象者：薬の管理に不安がある方と家族
費用：無料

◆配布場所、問い合わせ先：
お住まいの地域の福祉相談センター



Q 詐欺にだまされないためには？

▲ おかしいなと思ったら、慌てず一度落ち着くのを待ちましょう。そして、ひとりで考え込まず、家族、もしくは身近な方に相談しましょう。また、下記の公的な窓口を活用しましょう。

「詐欺かな？」と思ったら、消費生活相談窓口をご利用ください。

◆東三河広域連合消費生活豊川センター（電話 0533-89-2238）

営業日及び受付時間：（月）～（金）午前9時～午後4時30分
（土日、祝日、年末年始は除く）

◆愛知県消費生活総合センター（電話 052-962-0999）

営業日及び受付時間：（月）～（金）午前9時～午後4時30分
土日は午前9時～午後4時
（祝日、年末年始は除く）

◆消費者ホットライン「188（いやや）」 電話：188（局番なし）

東三河広域連合消費生活豊川センターが開設されていない土日、休日でも利用可能です。

Q ものごとを決めることに不安がある。

▲ 認知症や障害によって判断力が低下した方に、法律に基づき裁判所が許可した人などが、あなたの状況や意思を尊重して代わりに手続きをしたり、金銭管理などを行う日常生活自立支援事業や成年後見制度について相談できる機関があります。

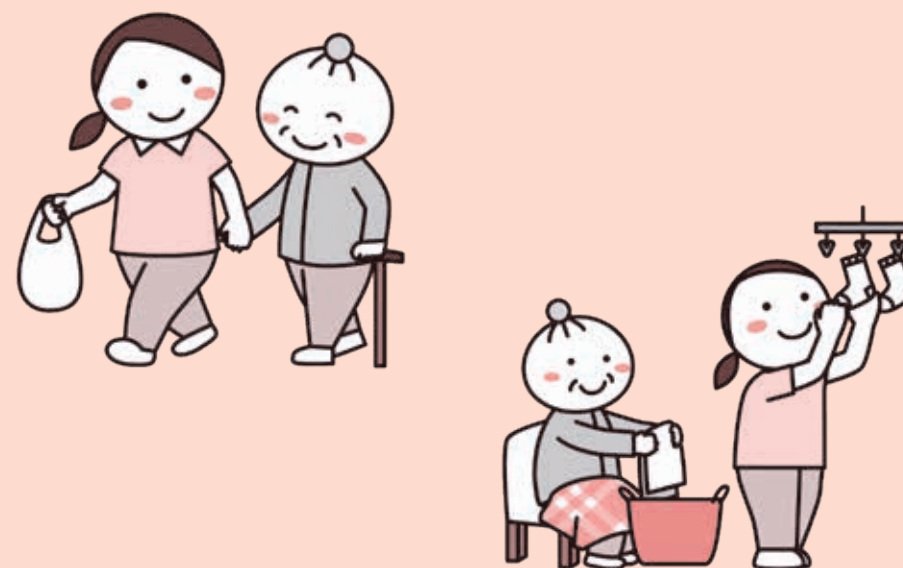
◆豊川市成年後見支援センター

電話：0533-83-6377 場所：豊川市社会福祉会館ウィズ豊川2階
営業日及び受付時間：（月）～（金）午前8時30分～午後5時15分
（年末年始、祝日除く）

◆認定特定非営利活動法人 東三河後見センター

電話：0533-80-2707 場所：豊川商工会議所3階
営業日及び受付時間：（月）～（金）午前9時～午後5時30分
（年末年始、祝日除く）

※電話相談は午前9時～午前12時、午後1時～午後4時。



9 仕事を続けたい

❓ **認知症と診断されました。仕事を続けたいのですがどうすればよいでしょうか。**

▲ まずは部署の配置や仕事内容の見直しができないか、職場に相談してみましょう。周囲に認知症であることを打ち明け、苦手なことは手伝ってもらいながら、仕事を続けている人もいます。

認知症は「障害者手帳」の要件に該当する場合があります、手帳の取得により障害に関する福祉サービスや相談機関が利用できます。また福祉サービスには就労に関する支援があり、相談に応じています。

●「障害者手帳」の申請（一般就労を継続して希望する方）

「精神障害者保健福祉手帳」を取得することにより、障害者雇用に切り替えて働くことが可能な場合があります。

◆問い合わせ先：豊川市障害福祉課 障害者支援係
（電話 0533-89-2131）

●認知症と診断された方の就労に関する相談（福祉サービスを希望する方）

※利用には診断書が必要になります。

- ・就労移行支援：就労を希望される障害のある方への職業訓練制度
- ・就労継続支援：A型 雇用契約を結んで労働者として働きながら、一般企業などへの就職を目指すサービスのこと。※年齢制限があります。
B型 一般就労が難しい方に対し、生産活動などの機会を提供したり、知識および能力向上のために必要な訓練などを行うサービスのこと。

◆問い合わせ先：豊川市障害福祉課 障害福祉係
（電話 0533-89-2159）

10 お金のことが心配

認知症と診断されて、生活費のことが心配かもしれません。お金のことは相談しづらいですが、診断されたあとに活用できるサービスもあります。まずは相談してみることが大切です。

❓ 医療費や介護費が高くなりそうで心配です。

▲ 体調管理のためには、定期的な受診がとても大切です。
医療や介護にかかる費用の負担を軽減する制度があります。

●自立支援医療制度

精神症状の治療のため継続的な通院を必要とする場合に、通院医療費の自己負担の一部を軽減します。

※ 所得が一定以上ある方は対象外となる場合があります。

◆問い合わせ先：豊川市障害福祉課 障害者支援係
（電話 0533-89-2131）

●障害者医療費の助成

障害者手帳の等級などで資格に該当される方は、医療費の保険診療自己負担額が助成されます。

※自立支援医療受給者の方は指定医療機関の精神通院の自己負担額のみ。

◆問い合わせ先：豊川市保険年金課 福祉医療係
（電話 0533-89-2164）

●介護保険負担限度額認定の申請

所得の低い方が介護保険施設入所やショートステイを利用するときに申請し基準に該当した場合、「介護保険負担限度額認定証」が交付され、居住費・食費が軽減されます。

◆問い合わせ先：豊川市介護高齢課（東三河広域連合 介護保険課 豊川窓口）
（電話 0533-89-2173）

Q 仕事をやめることになり、当面の生活費が心配です。

▲ やむを得ず仕事をやめることになったときは、失業給付などが受けられるか相談してみましょう。

●雇用保険の失業給付

◆問い合わせ先：ハローワーク豊川 雇用保険（電話 0533-86-3178）
※音声メッセージの後に「11#」を押してください。

●傷病手当金

職場の労務担当者へお問い合わせください。

●年金相談

◆問い合わせ先：豊川年金事務所 お客様相談（電話 0533-89-4042）
※音声メッセージの後に「1」を押し、その後「1」を押してください。

Q 収入が減って生活が苦しくなりました。

●生活困窮者自立支援

現在生活困窮状態にある方や今後生活困窮に至るおそれのある方のご相談に応じ、問題解決に向けて包括的相談支援を行います。

◆問い合わせ先：豊川市くらし・しごと相談支援センター
（電話 0533-89-2252）豊川市地域福祉課内

Q 小学生の子どもが2人います。仕事をやめることになったので学費が心配です。

●就学援助制度

経済的理由によって就学困難な豊川市内の小中学校に在籍する児童生徒の保護者などに対し、給食費などを援助する制度です。

◆問い合わせ先：豊川市教育委員会 学校教育課（電話 0533-88-8033）

認知機能や身体機能が継続的に低下している状態での運転は、事故を起こす可能性が高くなります。あなたとあなたの親しい人にとって良い方法を考えましょう。

Q 運転免許返納についてどのように考えれば良いですか？

▲ あなたにとっての運転の目的や意味は何かを考え、「運転のかわりとなる手段」を検討してみましょう。

●パンフレット「元気なうちにみんなで免許返納後の生活について考えまい」

誰にでもいずれ訪れる「免許返納後の生活」をイメージしていただくためのパンフレットです。運転適性チェック、自家用車の所持とタクシーの比較、免許返納に関するお役立ち情報などが掲載されています。

◆問い合わせ先：お住まいの地域の福祉相談センター



●冊子「豊川市における運転免許返納者のための社会資源一覧～配食・生活支援・外出支援サービス～」

運転免許証を返納した際に、最も生活に直結と思われる「配食」、「生活支援」、「外出支援」の3項目の情報を掲載しています。

◆問い合わせ先：お住まいの地域の福祉相談センター



11 自動車の運転が不安

運転免許証の有効期限が満了する前に、本人の意思で運転免許の取消申請ができます。

●自主返納相談窓口

詳しくは愛知県警察のホームページをご覧ください。

◆問い合わせ先：東三河運転免許センター

(電話 (代表) 0533-85-7181)

豊川警察署 交通課

(電話 (代表) 0533-89-0110)



豊川市では65歳以上の方が運転免許を自主返納された場合、特典をお渡ししています。

●運転免許自主返納支援事業

- ・特典内容：コミュニティバス回数券、タクシー券など
- ・申請に必要なもの：運転免許証の取り消し通知
(免許センターまたは豊川警察署交通課にて発行されるものです)

◆問い合わせ先：豊川市人権生活安全課

(電話 0533-89-2149)



12 住まいや施設のこと

日々の安心を支えるベースは住まいです。人生の最後の時まであなたらしい暮らしができる場所を、あなた自身が選択し、決定することはとても大切なことです。

Q 認知症と診断されたらすぐに施設に入らなければいけませんか？

▲ 認知症と診断されてからも、地域にある様々な活動や生活の工夫等により、これまでのつながりを大切にしながら、これまでどおりの生活が送れます。住む場所は自分で選ぶことができます。

Q 自宅以外での生活を考える場合に、どのような場所がありますか？

▲ 「認知症高齢者グループホーム」といった高齢者向け施設など、様々な生活の場があります。

詳しくは 冊子「高齢者のすまいの手引き」をご覧ください。

下記の問い合わせ先にて配布しています。

◆問い合わせ先：豊川市介護高齢課 高齢者支援係

(電話 0533-89-2105)

お住まいの地域の福祉相談センター



13 家族の方へ

介護をしている家族には、本人を支えようとするあまり、疲れてしまう場合があります。自分自身の健康を守りながら、頑張り過ぎないで、周囲の協力を求めましょう。

❓ 家族や周りの人が本人と一緒に暮らしていくために気を付けることはありますか？

▲ 認知症によってあらわれる記憶障害や行動の変化は目には見えない機能の障害のため、周囲からは「なぜ忘れるのか」、「なぜわからないのか」と責められがちです。しかしこれは、足にケガや病気がある人に「なぜ立てないのか」と責めることと同じことです。

見えざる障害による不自由を理解し、さりげなく補うような関わりを続けることが大切です。本人が何を不自由に思っているか、直接聞いてみるのも良いかもしれません。

❓ 介護をしている同じ立場の方同士で、話しあえる場はありますか？

▲ 介護をしている人が集まり、息抜きできる会があります。

●介護者交流会

開催日：月に1回開催

場 所：豊川市社会福祉会館 ウィズ豊川

※詳細は「広報とよかわ」または「豊川市社会福祉協議会」ホームページをご覧ください。

◆問い合わせ先：西部福祉相談センター
(電話 0533-88-8005)

❓ 介護をしている家族に向けた冊子や電話相談窓口を知りたい。

●ケアラー手帳

ケアラーとは、介護が必要な家族などを無償でケアをする方のことをいいます。ケアラー手帳は認知症の人を介護しているケアラーを支援するために作られました。体験談や介護のコツなどが掲載されています。

◆問い合わせ先：豊川市介護高齢課 地域包括ケア推進係
お住まいの地域の福祉相談センター



●公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部

6ページをご覧ください。

❓ 認知症の本人、家族とともに地域で楽しめる場はありますか。

▲ 認知症カフェやチームオレンジとよかわで行う活動は家族も一緒に楽しめます。詳しくは12ページをご覧ください。

新しい認知症観

認知症になった後も、
個人としてできることややりたいことがあり、
住み慣れた地域で仲間とつながりながら、
希望を持って自分らしく暮らし続けられる
という考え方です。

古い認知症観から新しい認知症観へ、
正しく認知症を理解しましょう。

古い認知症観

認知症だと何もわからない、
できなくなる

認知症ははずかしい、隠す
本人は支援される一方

新しい認知症観

わかること、できることは
豊富にある

認知症でも自分は自分
地域の一員として
暮らし、活躍

認知症ケアパス

私たちが認知症になったら

発行 豊川市
発行年月 令和7年9月
編集 豊川市福祉部介護高齢課
認知症地域支援推進員
住所 豊川市諏訪1丁目1番地
電話 0533-89-3179
FAX 0533-89-2137