

～いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがとう～

# 11月11日は介護の日です

介護の日は、平成20年に厚生労働省が介護に関する啓発を実施する日として定められました。

「まだ介護は必要ない」と思っている、加齢による体の不調や急病、

予期せぬ事故などにより、突然介護が必要になることがあります。

いざという時に困らないように介護の知識を身につけておくことが大切です。

介護は誰にとっても身近な問題です。この日を介護について考えるきっかけとしましょう。



## 介護が必要になったとき

Q 親が突然倒れて介護が必要になった。何から始めたらいいの？

A まず、高齢介護課やほっとあんしんネット（地域包括支援センター）に相談してみましょう。

また、介護保険サービスを利用するには、要介護認定を受ける必要があります。

### ●要介護認定とは

その人がどのくらい介護を必要とするかを判断するもので、認定の結果に応じて、対象の介護保険給付やサービスの種類が決まります。

申請窓口は高齢介護課で、本人や家族、ほっとあんしんネット、居宅介護支援事業所、介護保険施設による代行申請も可能です。詳細は右のQRコードを読み込み、ご覧ください。



要介護(要支援)認定の申請について

### ●介護保険制度パンフレット

要介護認定の手順をはじめ、介護保険制度の仕組みや介護保険サービスの種類や費用など、介護保険制度全般の情報をまとめたパンフレットを高齢介護課で配布(市ホームページにも掲載)していますので、ご利用ください。



介護保険制度パンフレット

## ほっとあんしんネットについて (地域包括支援センター)



Q ほっとあんしんネットって何？

A 高齢者が今住んでいる地域で生活できるように介護・福祉・健康・医療などのさまざまな分野から総合的に支援していくための相談窓口で、中学校校区ごとに4カ所設置しています。

### ■ほっとあんしんネット（地域包括支援センター）

名称（住所）	電話番号	担当圏域
ほっとあんしんネット梨の里 (八幡柿木垣内25-1)	982-0125	男山中学校圏域
ほっとあんしんネットやまぼと (男山金振24-1)	982-8000	男山第二中学校圏域
ほっとあんしんネット美杉会 (男山泉19)	971-3576	男山第三中学校圏域
ほっとあんしんネット有智の郷 (内里北ノ口5-1)	972-1000	男山東中学校圏域

ほっとあんしんネットには、介護分野の専門家の主任介護支援専門員、保健・医療分野の専門家の保健師、社会福祉分野の専門家の社会福祉士が配置されています。  
※詳細は右のQRコードから確認できます。



## 認知症について

Q 最近、親の物忘れが多くなって。これって認知症？

A 物忘れには、主に「加齢」による場合と「認知症」による場合に分かれます。その違いについては下表のとおりです。

加齢による物忘れの例	認知症による物忘れの例
何を食べたか思い出せない	食べたこと自体を忘れる
物を置いた場所を思い出せないことがある	置き忘れ、紛失が頻繁になる
ヒントがあれば思い出せる	ヒントがあっても思い出せない

加齢による物忘れは、体験の一部を忘れ、忘れていたことを指摘されると思い出します。

認知症による物忘れは、体験したことすべてを忘れ、物忘れの自覚がないなど、分からないが増えるので日常生活に支障が出てきます。

認知症は、早期受診や診断・治療が大切です。ひとりで抱えこまずにかかりつけ医やほっとあんしんネットに相談しましょう。

### ●「みんなで支え合う 認知症ガイドブック」

認知症の説明や診断ができる病院、困ったときに相談できる窓口の情報などをまとめた「認知症ガイドブック」を発行しています。

ガイドブックは高齢介護課や市内4カ所のほっとあんしんネットで配布、市ホームページにも掲載しています。

あわせて、認知症に関するさまざまな情報を発信しているポータルサイト「きょうと認知症あんしんナビ」も活用してください。

※詳細は右のQRコードから確認できます。



きょうと認知症あんしんナビ



認知症ガイドブック

## 看取りについて

Q 住み慣れた自宅で人生の最期を迎えたいのですが、どのようなサービスがあるの？

A 介護保険サービスや訪問診療、往診などがあります。サービスを受ける前に、担当のケアマネジャーに相談しましょう。

### ●人生の最期を考える「人生会議」

年齢を重ねるごとに、出来ることが減り、周囲の協力が必要になる場合があります。

そうなる前に、家族や友人などの近い人と自分が望む医療やケアに関する想いや状態、これから起こりうる課題を繰り返し話し合い、共有していく取り組みを「人生会議」と呼びます。

「人生会議」は、自身の希望が大切にされると同時に、信頼する人たちの負担を減らすことができます。

詳しくは厚生労働省のホームページ(右のQRコードからアクセス可)をご覧ください。

※このような取り組みは、個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。知りたくない、考えたくない人への十分な配慮が必要です。

### ■人生会議の話し合いの進め方(例)

