

	認知機能に問題ない	認知症かもしれない 見守りがあれば自立 常に介護が必要になった		
生活のポイント	○趣味などを通じて地域とのつながりを作ることが大切です。 ○認知症について知り、支える人になりましょう。 ○将来について、家族で考える機会を持ちましょう。 	○今までやってきたことを辞めずに続けることが大切です。 ○早めにかかりつけ医に相談したり、地域包括支援センターなどの窓口を利用したりしましょう。 	○少しの手助けがあればできることがたくさんあります。 ○今できること、やりたいことを大切にしましょう。 	
相談したい	◆ 地域包括支援センター（市役所地域保健課内 Tel 81-6695） ◆ 認知症 まちかど相談室（NPO法人地域支え合いネット Tel 98-0940） ◆ 認知症疾患医療センター ◆ もの忘れ相談票 ◆ おれんじカフェ（認知症カフェ） ◆ 居宅ケアマネジャー ◆ 認知症サポート医との個別相談（申込先 地域包括支援センター） ◆ 認知のひとと家族の会 駒ヶ根（NPO法人地域支え合いネット Tel 98-0940） ◆ 警察署・安全運転相談窓口（#8080） ◆ 若年性認知症コールセンター（長野県宅老所・グループホーム連絡会 Tel 0268-23-7830）			
元気な体を維持したい	◆ 各区の通いの場（サロン）	◆ 生きがい・趣味の活動	◆ 活動量計を用いた健康づくり	
		◆ 介護予防・日常生活支援総合事業	◆ 介護保険サービス…通所介護、通所リハビリ、訪問リハビリ など	
人と交流したい 役割を持ちたい	◆ 各区の通いの場（サロン）	◆ 生きがい・趣味の活動	◆ おれんじネットボランティア（認知症サポーター）	◆ 認知症カフェ みんなが「ほっと」なる語らいの場 など
		◆ 認知症当事者交流会 「鈴の音」「うきうき会」など		
	◆ シルバー人材センター	◆ 高齢者クラブ	【ご本人の声】 認知症を自覚した方が良い。隠したところで仕方ない。胸を張った方が良い。プラス思考で、役割を持って生きたい（60代女性）	
医療について		◆ かかりつけ医	◆ 訪問看護、訪問薬剤管理指導 など	
		◆ 初期集中支援チーム	◆ 認知症疾患医療センター	◆ 認知症サポート医療機関
日常の手助けをしてほしい	◆ 地域での見守りや助け合い…通いの場・サロン、認知症サポーター、民生児童委員 など			
	◆ 生活支援…こまちゃん宅福便（市社会福祉協議会）、生活支援事業所アトム（NPO法人地域支え合いネット） など	◆ 福祉有償運送	◆ 配食サービス	
		◆ 居宅ケアマネジャー	◆ 介護保険サービス…通所サービス、訪問サービス、短期宿泊サービス、小規模多機能型居宅介護 など	
		◆ 高齢者福祉（在宅）サービス…福祉おむつ券、生活指導短期宿泊事業 など		
お金、権利擁護などのこと	◆ 金銭管理・財産保全サービス	◆ 日常生活自立支援事業	◆ 成年後見制度	【ご本人の声】 人から見たら間違っていることがあるかもしれないけど、100%出来ないと見られるのは嫌。受け入れてくれる人がいるのが有難いし、嬉しい（70代女性）
		◆ 障害者年金制度	◆ 精神障害者保健福祉手帳	
	◆ 生活保護	◆ 失業給付	◆ 介護休業給付	
住まいや施設のこと	◆ サービス付き高齢者向け住宅、有料老人ホーム、ケアハウス（軽費老人ホーム）、シルバーハウジング など			◆ グループホーム、老人保健施設、特別養護老人ホーム など