

7 支援サービス一覧表（認知症ケアパス）のサービスや 社会資源を知りましょう

支援サービス（認知症ケアパス）一覧表の番号【 】をご覧ください。

主な問い合わせ先一覧表	
光市地域包括支援センター	電話 0833-74-3002
光市高齢者支援課介護保険係	電話 0833-74-3003
光市高齢者支援課高齢福祉係	電話 0833-74-3003
光市社会福祉協議会	電話 0833-74-3020
光警察署 生活安全課	電話 0833-72-0110



気軽に相談しよう（【1】～【9】）

【1】 地域包括支援センター

高齢者の総合相談窓口です。

「要支援」の認定を受けた人や介護予防事業を利用する人の支援や調整を行う他、介護や福祉に関する様々な相談に応じ、関係機関等と連携することによって、住み慣れた地域で安心して暮らせるように支援します。また、高齢者の権利を守るため、虐待防止への取り組みや成年後見制度の活用に関する相談などもお受けします。

地域包括支援センターには、認知症に関わる事柄について総合的・継続的に支援を行う認知症地域支援推進員を配置しています。

問合せ：地域包括支援センター 電話0833-74-3002

光市光井二丁目2番1号

光市総合福祉センター あいぱーく光 ⑤番窓口

【2】 在宅介護支援センター

地域包括支援センターよりもさらに身近な介護等の相談窓口として各圏域に1か所（市内4か所）設置しています。

問合せ：

西部在宅介護支援センター 浅江地区担当 電話 0833-72-8080

しまた在宅介護支援センター 島田・三井・上島田・周防地区担当 電話 0833-76-0076

東部在宅介護支援センター 室積・光井 地区担当 電話 0833-79-0777

やまと苑在宅介護支援センター 大和地域担当 電話 0820-48-5588

【3】 居宅介護支援事業所・介護支援専門員（ケアマネジャー）

居宅介護支援事業所の介護支援専門員は、在宅で介護保険で受けられるサービスや福祉のサービスなどの紹介、調整（プラン作成）などを行い、要介護者が適切な支援が受けられるよう調整を図ります。

【4】もの忘れ相談日（もの忘れ相談プログラム）

もの忘れや意欲の低下が気になる人の相談に応じ、認知症やMI（軽度認知障害）の方へ早めに対応し、健康や介護予防、生活支援、医療、介護サービスについてのアドバイスを行い、認知症の予防や悪化防止を図ります。

問合せ：地域包括支援センター 0833-74-3002

【5】認知症簡易チェックサイト「これって認知症？」「わたしも認知症？」

パソコンや携帯電話、スマートフォンで簡単に認知症チェックができます。

パソコンの人は URL (<http://fishbowlindex.net/hikari/>) をご利用ください。

QRコード



光市ホームページ (<http://www.city.hikari.lg.jp/>) からアクセスできます。

【6】光市認知症を支える会（福寿草の会光）

認知症という病気に対する周囲の無理解や偏見をなくし、同じ介護をする者同士、不安や苦勞を語りあい、お互いを支えあう会です。

主な活動は、家族の集い、研修会、認知症カフェの開催などがあります。

○家族の集い 毎月1回（第1木曜日）10時30分～15時 あいぱーく光など

○おれんじカフェ 毎月1回（第3土曜日）10時～15時

※ 開催日、場所は変更になることがあります。

問合せ 会長 山下悦子 電話 0833-72-7337

地域包括支援センター 電話 0833-74-3002

【7】山口県認知症コールセンター

電話で認知症に関する相談ができます。

相談時間 土日・祝日・年末年始を除く 月・水・金曜日 10時～16時

問合せ 電話 083-924-2835

【8】公益社団法人全国認知症の人と家族の会 (<http://www.alzheimer.or.jp/>)

会員同士はげまし合い助け合って、認知症があっても安心して暮らせる社会を目指して活動している、全国組織です。

問合せ 山口県支部 電話相談 月～金 10～16時

電話 083-925-3731

【9】若年性認知症コールセンター (<http://y-ninchi.syotel.net/>)

電話で若年性認知症に関する相談ができます。

相談時間 年末年始祝日を除く 月～土曜日 10時～15時

問合せ 電話 0800-100-2707（フリーコール）



認知症を理解しよう(【10】～【13】)

問合せ：地域包括支援センター 電話0833-74-3002

【10】認知症サポーター養成講座

認知症の人への正しい接し方を学び、自分のできる範囲で認知症の人とその家族をサポートする認知症サポーターの養成講座を開催します。キャラバン・メイトが講師になります。

【11】出前講座（創りんぐ光）

市の施策や制度をはじめ、健康や介護予防など、市民が希望する内容について、担当職員が講師となって出向きお話をするものです。10名程度が集まれば実施できます。

【12】認知症予防講演会

市民を対象にした、認知症や認知症予防についての講演会です。（年1回開催します）

【13】口腔機能向上講演会

市民を対象にした、歯や口など、口腔機能の向上を図るための健康講座です。（年1回開催します）



認知症の予防・悪化の防止をしよう(【14】～【18】)

問合せ：地域包括支援センター 0833-74-3002

各地区在宅介護支援センター (19ページ参照)

【14】運動器機能向上等事業（介護予防げんき倶楽部）

介護予防が必要な高齢者が、身体の運動機能、飲み込みなどの口腔機能、栄養改善、もの忘れなど認知機能の低下予防を目的とした教室です。週1回3か月間（12回程度）、機能低下を予防するための運動をしたり栄養等の知識を得ることで、介護予防を図ります。

参加料：500円～600円/回

【15】介護予防生きがいデイサービス

介護予防が必要な高齢者が、週1回、「三島温泉健康交流施設」等で、健康体操、脳のトレーニング、レクリエーションなどを行い、楽しみながら介護予防を図ります。

参加料：600円程度

【16】認知症予防教室（脳力アップセミナー）

50歳以上の市民を対象にした、脳の活性化を目的として、新しいことを学び挑戦する講座です。運動、栄養、こころの健康について学び、健康な高齢期を目指します。

参加料：無料 ※材料費等 実費負担が必要です。

【17】いきいきにこにこ教室・ふれあいの家

元気で健康な生活が送れるよう、65歳以上の方を対象にした高齢者向けの体操などを行う教室

です。

実施場所：各地区公民館・憩いの家等

実施回数：1～2回/月

参加料：無料 ※スポーツ安全会費として年会費 100円

【18】食生活改善事業（栄養料理教室、訪問栄養指導）

（栄養調理教室）光市食生活改善推進協議会や光市地域活動栄養士会が実施する調理教室で介護予防のための食事についての知識を学ぶ教室です。

参加料：無料 ※食材料費実費

（訪問栄養指導）高齢者およびその家族を対象に栄養士が家庭を訪問し、個々の状態に合わせた栄養・調理指導を行います。

利用料：無料 ※食材料費実費



出かけよう・ふれあおう（【19】～【23】）

【19】地域ふれあいサロン

地域の「仲間づくり」を行う活動で、家に閉じこもりがち、話し相手がいないといった不安や悩みを持っている人に声をかけて「楽しく」「気軽に」「無理なく」過ごせる場をつくり、地域での自主的な活動を行うことで、介護予防を目指します。

サロンの新規立ち上げについての相談支援も行っています。

問合せ：社会福祉協議会 0833-74-3020

【20】老人クラブ

地域の高齢者（60歳以上）がお互いに交流を深め、有意義な生活を送るために自主的に組織した団体です。ボランティアや各種学習会、スポーツ、趣味などのクラブ活動を通じて、積極的に生きがいづくりや健康づくりを行っています。

会員同士の見守り活動としての「友愛訪問」を行っています。

問合せ：光市老人クラブ連合会事務局（社会福祉協議会内：0833-74-3073）

【21】老人憩いの家

高齢者福祉の増進のために、高齢者の休養の場及びレクリエーション等の場として利用されています。市内には「東部憩いの家」「西部憩いの家」があり、60歳以上の人ならどなたでも、カラオケ・ヘルストロン・マッサージ器・囲碁・将棋・入浴などが利用ができます。

問合せ：高齢福祉係 0833-74-3003

西部憩いの家 0833-71-6380

東部憩いの家 0833-78-0815

【22】 認知症カフェ（おれんじカフェ えがお）

認知症の人やその家族、地域の人、専門職等の誰もが気軽に参加できる集いの場所です。光市認知症を支える会が「おれんじカフェ えがお」を、毎月1回開催しています。

問合せ：光市認知症を支える会（福寿草の会光）

山下 0833-72-7337

堀永 0833-71-1633

浜本 0820-48-3480

【23】 家族介護者交流会

在宅で生活をする要介護者を介護している家族を、介護から一時的に解放し、交流会を通して介護者相互の交流を深めることで心身の疲労回復を図り、在宅介護の継続につなげます。

問合せ：高齢福祉係 0833-74-3003



社会での役割をもと・生きがいをもと（【24】～【25】）

【24】 ひかりふれ愛ポイント事業（光市介護支援ボランティアポイント制度）

介護支援ボランティア活動により、社会貢献活動に関わり、元気な高齢者の増加及び生きがいをもって生活できることを目的としています。活動によりポイントが付与され、申請によりポイントを換金することができます。

問合せ：社会福祉協議会 0833-74-3025

【25】 公益社団法人光市シルバー人材センター

高齢者が長年培った経験や知識・技能を活かして働くことにより、生きがいを得るとともに地域社会に貢献することを目的としています。

問合せ：公益社団法人 光市シルバー人材センター 0833-71-0940



受診・療養をしよう（【26】～【32】）

【26】 かかりつけ医

体調の管理や、病気の治療・予防など、自分や家族の健康に関して、日常的に相談でき、緊急の場合にも対処してくれます。

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。必要に応じて専門の医療機関を紹介してもらえます。

問合せ：一覧表 ①：30ページ

【27】 認知症専門医療機関

精神科医療機関は、もの忘れ外来、精神科、神経科、神経内科、心療内科で、認知症の確定診断をしたり、認知症に伴って起こる精神症状（不眠や気分の不安定、暴力、興奮状態等）の治療を行っています。

問合せ：一覧表 ②：31ページ

【28】 認知症疾患医療センター

認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、問題行動への対応についての相談の受付などを行う専門医療機関です。県が指定する病院に設置しています。

問合せ：一覧表 ②：31 ページ

【29】 歯科診療所

認知症の方、受診のできない寝たきりの方、障がいのある方についての診療ができる歯科診療医療機関です。

問合せ：一覧表 ③：32 ページ

【30】 薬局

薬局では、服薬管理や残薬整理など薬に関する相談に応じています。「かかりつけ薬局」を持ち、薬についての気になることや困ったことについて相談をしましょう。

問合せ：一覧表 ④：33 ページ

【31】 訪問看護（医療）

在宅で療養している方のお宅に、医師の指示を受けた看護師が訪問し、診療補助や療養の世話をします。

【32】 救急医療情報ホルダー

救急車を呼ぶなどの「もしも」のときの安全と安心を守るものです。
自宅で具合が悪くなり、症状などを説明することができない場合に、救急隊や医療機関等がホルダーに保管された本人の医療情報や親族の連絡先を確認することで、適切ですばやい救命処置に役立っています。

問合せ：高齢福祉係 0833-74-3003



介護保険を利用しよう(【33】～【49】)

介護保険についての問合せ：介護保険係 0833-74-3003

介護保険「要介護・要支援認定」を受けている方のためのサービスです。

「あしたも笑顔 介護保険」のパンフレット及び「光市内事業所一覧」をご覧ください。

【33】 通所リハビリテーション（デイケア）

老人保健施設や医療機関等に通って（送迎も含む）、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日帰りで行います。

【34】 通所介護（デイサービス）

デイサービスセンター等に通って（送迎も含む）食事や入浴、健康チェック、日常生活訓練を日帰りで行います。

【35】 訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士等が居宅を訪問し、リハビリテーション（機能訓練）を行います。

【36】 訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴、排泄、食事などの身体介護や調理、洗濯などの生活援助

を行います。

【37】 短期入所生活介護、短期入所療養介護（ショートステイ）

短期間、介護保険施設や医療施設等に入所して日常生活上の支援や機能訓練を受けることができます。

【38】 訪問看護

疾病等により看護が必要な人に対し、看護師や保健師が訪問により診療補助や療養の世話をを行います。

【39】 居宅療養管理指導

医師又は歯科医師等が居宅を訪問し、利用者及び家族等に対する介護サービスを利用する上での留意点、介護方法等についての指導及び助言を行います。

【40】 住宅改修支給

手すりの取り付け、段差の解消、床材変更など、小規模な住宅改修について20万円を上限に償還払い（利用者が費用の全額を一旦支払い、後で市町村から費用の一部払い戻しを受ける）で費用の支給が受けられます。

【41】 福祉用具貸与及び特定福祉用具購入

入浴や排せつなどに使用する福祉用具を購入した場合、10万円を上限に償還払い（利用者が費用の全額を一旦支払い、後で市町村から費用の一部払い戻しを受ける）で費用の支給が受けられます。

【42】 訪問入浴介護

看護や介護職員が浴槽を積んだ入浴車等で訪問し、居室内へ浴槽を持ち込み、入浴の介助を行います。

【43】 認知症対応型通所介護

認知症高齢者がデイサービスを行う施設などに通い、日常生活の世話や機能訓練等のサービスを提供します。

【44】 小規模多機能型居宅介護

「通い」を中心に、利用者の選択に応じて「訪問」や「泊まり」を組み合わせたサービスを提供します。

【45】 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症高齢者が5～9人で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気の中で、介護を受けることができます。

【46】 介護老人保健施設

状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションを中心としたケアをします。

【47】 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

日常生活に常時介護が必要で在宅では介護が困難な高齢者（原則 要介護3以上）が入所して、日常生活の介護や健康管理が受けられます。

【48】介護療養型医療施設（療養病床等）

急性期の治療を終え、病状は安定しているものの、長期の療養が必要な方が対象の施設です。

【49】介護相談員派遣事業

介護相談員とは、介護保険サービスを利用している人からの苦情や不満等を聞き、サービス提供者や行政との間に立って、問題解決に向けた手助けをします。



地域で高齢者を見守ろう(【50】～【55】)

【50】民生委員・児童委員、福祉員等による見守り

民生委員・児童委員、福祉員等は、地域の中での相談役で、ひとり暮らしや高齢者ふたり暮らし等の見守りをを行います。

問合せ：社会福祉協議会 電話0833-74-3020

【51】老人クラブ 友愛訪問

老人クラブ会員が、地域の高齢者などを訪問し相談相手になります。

問合せ：光市老人クラブ連合会事務局（社会福祉協議会内：0833-74-3073）

【52】認知症に優しいお店

認知症サポーター養成講座を受講し、認知症の人に優しいまちづくりに賛同しているお店です。

問合せ：地域包括支援センター 電話0833-74-3002 一覧表⑤：34ページ

【53】市内事業所との協定による高齢者見守り活動

地域の住民と日常的に関わりをもつ民間事業者が、通常業務の中で高齢者の見守り活動を行うとともに、高齢者の異変等を発見した場合に市に連絡し、必要な対応を行います。

問合せ：地域包括支援センター 電話0833-74-3002

【54】徘徊模擬訓練

地域の中で、認知症高齢者の方が徘徊されたと想定して、認知症の方への声かけや連絡体制についての訓練を行います。

問合せ：地域包括支援センター 電話0833-74-3002

【55】ひかり見守りネット（徘徊高齢者事前登録）

徘徊の恐れのある高齢者の情報を、市地域包括支援センターに事前に登録し、日ごろの見守りを行います。その高齢者が行方不明になった場合には光警察署等と情報の活用を図り、安全を確保します。

問合せ：地域包括支援センター 電話0833-74-3002

参考：36ページ



福祉の制度を利用しよう(【56】～【65】)

【56】～【64】のサービスについては、該当要件がありますので、詳しいことはお問合せ下さい。

問合せ：高齢福祉係 電話0833-74-3003

【56】緊急通報装置の設置

ひとり暮らしの高齢者等に、急病など万一の場合にボタンを押すと消防署などへの通報や相談ができる通報装置を貸与または給付します。

地域の民生委員・児童委員にご相談ください。

【57】食の自立支援事業（配食サービス）

虚弱高齢者などで調理が困難で栄養状態の改善が必要な人に対し、栄養士の食生活指導や病状に合った夕食を自宅まで届けます。

【58】短期宿泊サービス事業

一時的に援護が必要になった高齢者に対し、養護老人ホーム等の空き部屋を利用して、短期間（1週間程度）宿泊することができます。

【59】日常生活用具給付

低所得のひとり暮らしの高齢者等に対し、日常生活に必要な用具（火災報知機、自動消火器、電磁調理器）を給付します。

【60】訪問理美容サービス

在宅で寝たきり、障害、傷病等のため理美容院に出向くことが困難な高齢者等の居宅へ訪問し、理美容のサービスを提供します。

【61】寝具乾燥消毒サービス

老衰、障害、疾病等の理由により、寝具類の衛生管理が困難な在宅の寝たきり高齢者や重度障害者に対して、寝具類の乾燥・消毒を行います。地域の民生委員・児童委員が窓口になります。

【62】在宅寝たきり老人リフト付きタクシー助成事業

在宅の寝たきり高齢者に対し、リフト付きタクシーを利用する場合、初乗り料金を助成します。

【63】介護用品給付

在宅で生活する要介護4・5に該当する高齢者を常時介護している家族等に対し、介護用品券を給付します。

【64】家族介護慰労事業

在宅で生活をする要介護4・5に相当する高齢者を過去1年間に介護保険給付を受けずに常時介護している家族に対し慰労金を支給します。

【65】 にこにこサービス

日常生活に何らかの支援を必要としている世帯へ協力会員を派遣し、低額で家事支援を行う会員制の福祉サービスです。

問合せ：社会福祉協議会 電話0833-74-3020



権利擁護のための支援を受けよう(【66】～【68】)

【66】 高齢者権利擁護啓発事業

高齢者や認知症高齢者等の権利擁護や虐待予防への理解を深めるための講演会です。年1回行います。

問合せ：地域包括支援センター 電話0833-74-3002

【67】 成年後見制度利用支援

認知症などによって、物事を判断する能力が十分でない方について、その方の権利を守る援助者(成年後見人)を選ぶことで、法律的に支援する制度です。制度についての説明や利用をするに当たっての支援を行います。

相 談 先	電 話 番 号
山口家庭裁判所周南支部	0834-21-2698
地域包括支援センター	0833-74-3002
成年後見センター・リーガルサポート 山口支部	083-924-5220
日本社会福祉会権利擁護センターぱあとなあ山口	083-928-6644
山口県弁護士会	0570-064-490
山口県法人成年後見支援センターらいふサポートやまぐち (山口県社会福祉協議会内)	083-924-2777 (代)
中国税理士会山口県支部連合会 (松田明事務所内)	083-28-3311

【68】 地域福祉権利擁護事業 (日常生活自立支援事業)

日常生活上の判断が十分でない認知症の高齢者、知的・精神に障害のある方々の不安を一緒に解決し、地域で安心して暮らしていただけるように支援するサービスです。

(例：通帳や印鑑を紛失する。訪問販売で必要のない物を買ってしまう。家賃や公共料金の支払いができないなど。)

問合せ：社会福祉協議会 電話0833-74-3020



安心して生活しよう(【69】～【72】)

施設、有料ホーム等についての問合せ：地域包括支援センター 0833-74-3002

※入居に際しては、入居条件・サービス内容・費用が、介護度や所得等により変わる場合がありますので、担当ケアマネジャー等に相談されるとよいでしょう。

【69】 養護老人ホーム

身寄りがない、または家族があっても何らかの事情があって同居できない高齢者に対して、低額で食事の提供などの生活の支援を行う施設です。

【70】 軽費老人ホーム（ケアハウス）

家庭での生活が困難な高齢者が、低料金で、食事や日常生活のサポートが受けられる施設です。

【71】 有料老人ホーム

有料老人ホームは、高齢者が暮らしやすいように配慮した「住居」となっています。有料老人ホームでのサービスや入居に際しての条件は各施設で異なりますので直接お問い合わせください。

【72】 サービス付き高齢者向け住宅

サービス付き高齢者向け住宅とは、介護・医療の連携により高齢者の安心を支えるサービスを提供するバリアフリー構造の住宅です。入居に際しての条件等は各施設で異なりますので直接お問い合わせください。