

(3) 社会資源一覧

A 予防

認知症を完全に治す方法は、今のところ見つかっていません。だからこそ、ならないように予防することが最も重要です。



①認知症啓発事業

認知症の知識を学ぶことで、生活を振り返り認知症の予防に努める。また、地域の見守りを担っていく。

認知症サポーター養成事業 (詳細は P12 参照)	介護福祉課 (玉里総合支所内)	上玉里 1122	48-1111 (内線 3111・3112)
認知症出前講座			

②ふれあい給食サービス

65歳以上の一人暮らしの方を対象に、毎月1回食事会を行い、交流することで、仲間づくりや生きがいづくりをする。

社会福祉協議会 本所 (玉里保健福祉センター内) ※小川・玉里圏域合同で開催	上玉里 1122	37-1551
社会福祉協議会 美野里支所 (四季健康館内)	部室 1106	36-7330

③介護予防事業

さまざまな生きがい活動を提供し、認知症や閉じこもりの予防、運動・口腔機能の維持・向上のための活動を行う。

美野里ともいきプラザ	介護福祉課 (玉里総合支所内)	上玉里 1122	48-1111 (内線 3111・3112)
各種介護予防教室 (詳細は広報紙に掲載します)			

④ふれあい・いきいきサロン、老人クラブ

身近な地域で、気軽に集える仲間づくりの場。

(実施場所などの詳細は下記にお問い合わせください)

ふれあい・いきいきサロン 単位老人クラブ	社会福祉協議会 本所 (玉里保健福祉センター内)	上玉里 1122	37-1551
-------------------------	-----------------------------	----------	---------

B 気付き



認知症かどうか、また何が原因の認知症かを的確に診断することができれば、早くに治療を始めることができ、周囲の理解の中で、住み慣れた地域で暮らしていくことができます。

①認知症啓発事業

認知症の知識を学ぶことで、早期に気付き治療に結びつける。また、地域住民同士がお互いの変化に気付き、声を掛け合えるようにする。

認知症サポーター養成事業 (詳細は P12 参照)	介護福祉課 (玉里総合支所内)	上玉里 1122	48-1111 (内線 3111・3112)
認知症出前講座			

②相談先

各種相談受付、介護・福祉・予防事業の紹介を行う。

地域包括支援センター (玉里総合支所内)	上玉里 1122	58-1282
小美玉市シニア総合相談窓口 おがわ (担当地区：小川、玉里地区)	小川 2-1	58-7770
小美玉市シニア総合相談窓口みのり (担当地区：美野里地区)	部室 1106	35-7172
水戸保健所	水戸市笠原町 993-2	029-241-0100
公益社団法人 認知症の人と家族の会 茨城県支部 電話相談専用ダイヤル (受付 13 時～16 時 土・日曜日、祝祭日、年末年始を除く)	牛久市中央 3-15-1	029-828-8099
若年性認知症コールセンター (厚生労働省の認知症対策等総合支援事業)	愛知県大府市半月町 3-294	0800-100-2707 (フリーダイヤル)

③もの忘れ外来 (市内)

もの忘れを主な訴えとする人を対象に、もの忘れに関連する様々な病気や症状を診察する。

小川南病院	小川 733	58-1131
小美玉市医療センター	中延 651-2	58-2711
石岡循環器科脳神経外科病院	栗又四ヶ 1768-29	58-5211

※もの忘れ外来予定は医療機関毎に異なりますので事前にご確認ください。

C 見守り支え合う



認知症が疑われる方が、住み慣れた地域の中で生活を続けるためには、地域での支え合いが必要になります。

①地域の見守り

声掛けや地域での見守り、家族への連絡・通報。

民生委員児童委員	社会福祉課（玉里総合支所内）	上玉里 1122	48-1111
	福祉事務所小川支所 （小川総合支所内）	小川 4-11	
	福祉事務所美野里支所 （四季健康館内）	部室 1106	
認知症サポーター 養成活動促進	介護福祉課（玉里総合支所内）	上玉里 1122	48-1111 （内線 3111・3112）

認知症サポーターになろう！



ご近所の人や商店街、郵便局、銀行、交番など地域で働く人たちが、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族が困った時に手助けをしてくれると、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができます。

認知症サポーターとは？

認知症についての正しい知識を持ち、認知症の人や家族を温かく見守る応援者のことです。

サポーターになったら何かしなければいけないわけではありません。自分と家族のために認知症について学び、早期に認知症に気付くことができるようになることを目的にしています。

受講者には、認知症サポーターの目印「オレンジリング」が渡されます



認知症サポーターになるには？

「認知症サポーター養成講座」を受講してください。

- ・約1時間半の講義を受講すれば、どなたでもなることができます。
- ・養成講座は、ご要望により随時開催が可能です（5名以上から受付）。

※お申込み・開催依頼は、介護福祉課（☎48-1111 内線 3111・3112）にお問い合わせください。



一人でも多くの方が認知症の人や家族の応援者になることが、認知症になっても安心して暮らしていけるまちづくりの第一歩です！

②福祉サービス

【事業名】		【内容】	
軽度生活 援助事業	家事援助型	65歳以上の一人暮らし・高齢世帯で、要介護認定を受けていないが日常生活に支障がある方を対象に、掃除や買い物などの日常生活支援を行う。	
	屋外作業型	65歳以上の一人暮らし・高齢世帯で身体が弱く、屋外での作業が困難な方を対象に、居住地の除草などの支援を行う。	
配食サービス		65歳以上の一人暮らし・高齢世帯で、身体が弱く調理などが困難な方を対象に、週3回を限度としてお弁当を届ける。	
愛の定期便		概ね70歳以上の一人暮らしの方を対象に、安否の確認をしながら乳製品の配付を行う。	
外出支援サービス		自動車運転免許証を持っていない70歳以上、または60歳以上で下肢または視覚に障がいがあり身体障がい者手帳を所持している方を対象に、タクシーの初乗り料金助成券を発行する。	
緊急通報システム		65歳以上の一人暮らし・高齢世帯で身体が弱い方を対象に、急病時に消防本部と通じる通報装置を貸し出す。	
さわやか出前理美容		65歳以上の一人暮らし・高齢世帯で自力での外出が難しい方を対象に、理美容師を派遣する。	
徘徊高齢者 早期発見ステッカー		徘徊のおそれがある市内在住の高齢者または若年性認知症の方を介護している方を対象に、茨城県おかえりマークを配付する。	
【問い合わせ】	介護福祉課 (玉里総合支所内)	上玉里 1122	48-1111 (内線 3111・3112)
	福祉事務所小川支所 (小川総合支所内)	小川 4-11	48-1111 (内線 2111・2112)
	福祉事務所美野里支所 (四季健康館内)	部室 1106	48-1111 (内線 4008・4009)

③在宅福祉サービスセンター事業

住民同士の自発的な参加と協力を得て、有償で家事援助等を提供する助け合いのサービス。

社会福祉協議会 本所 (小川・玉里圏域にお住まいの方)	上玉里 1122	37-1551
社会福祉協議会 美野里支所 (美野里圏域にお住まいの方)	部室 1106	36-7330

④ふれあい・いきいきサロン

身近な地域で気軽に集える場。(実施場所などの詳細は下記にお問い合わせください)

社会福祉協議会 本所 (玉里保健福祉センター内)	上玉里 1122	37-1551
社会福祉協議会 美野里支所 (四季健康館内)	部室 1106	36-7330

⑤認知症カフェ

認知症の方とその家族・地域住民が気軽に参加できる交流の場。

オレンジカフェ	美野里ともいきプラザ ランチ&カフェ木もれ陽	羽鳥 2673-3	28-7721
オレンジカフェ	ウエルシア薬局小美玉玉里店	田木谷 212-1	【問い合わせ】 48-1111 (3112・3114)

⑥かいごの知恵袋教室

地域に役立つ、家族に役立つ、自分自身に役立つことをテーマとして介護等の勉強会を年3回程度開催。

社会福祉協議会 本所（玉里保健福祉センター内）	上玉里 1122	37-1551
-------------------------	----------	---------

⑦事業所との連携（見守り協定）

事業者が日常業務の中で高齢者等の見守りを行い、日常とは明らかに異なる状況に気付いた場合には、市に通報して連携する。

生活協同組合パルシステム茨城	水戸市梅香 2-1-39	029-227-2225
いばらきコープ生活協同組合	西郷地 1703	48-3243
常陽銀行 小川支店	中延 134-1	58-2421
常陽銀行 美野里支店	羽鳥 2661-2	46-3111
石岡郵便局	石岡市府中 1-7-28	0299-22-2406
小川飯前郵便局	飯前 228-2	53-0039
下吉影郵便局	下吉影 1455	53-0001
橘郵便局	与沢 937-1	54-0001
常陸小川郵便局	小川 1632	58-4348
堅倉郵便局	堅倉 1443-1	48-0249
竹原郵便局	竹原下郷 178	47-0871
羽鳥郵便局	羽鳥 2588-3	46-0430
玉里郵便局	上玉里 1125	58-2948
湖北水道企業団	石岡市田島 2-6-4	0299-24-3232
第一環境株式会社 湖北事務所	石岡市田島 2-6-4 湖北水道企業団内	0299-24-5558

⑧日常生活自立支援事業

判断能力が不十分な方を対象に、福祉サービスの利用手続き、日常生活に必要な事務手続き、お金や通帳などの大切な書類の管理を援助する。

社会福祉協議会 小川支所（小川・玉里圏域にお住まいの方）	小川 2-1	58-5102
社会福祉協議会 美野里支所（美野里圏域にお住まいの方）	部室 1106	36-7330

⑨住まいの確保（サービス付き高齢者向け住宅）

60歳以上の方が居住できる賃貸等のバリアフリー構造の住まい。主に自立あるいは軽度の要介護状態の方を受け入れている。

サービス付き高齢者向け住宅 ハウス デア ダマリス	下玉里 2014-1	57-3111
---------------------------	------------	---------

D 介護分野相談先

家族が認知症で介護が必要になったとき、また、認知症高齢者を介護して困ったときなどは、一人で悩まず、専門家や同じ境遇の方に相談しましょう。



①地域包括支援センター

65歳以上の高齢者の様々な相談に応じ、必要な援助や支援を行う。

地域包括支援センター（玉里総合支所内）	上玉里 1122	58-1282
小美玉市シニア総合相談窓口 おがわ （担当地区：小川、玉里地区）	小川 2-1	58-7770
小美玉市シニア総合相談窓口 みのり （担当地区：美野里地区）	部室 1106	35-7172

②保健所

認知症の相談や健康相談に応じる。

水戸保健所	水戸市笠原町 993-2	029-241-0100
-------	--------------	--------------

③精神保健福祉センター

精神保健福祉相談や診療を行う。相談は原則として予約制。

茨城県精神保健福祉センター	水戸市笠原町 993-2	029-243-2870
---------------	--------------	--------------

④介護者の集い

寝たきりや認知症の高齢者を家で介護している方々が交流・学習し、リフレッシュする。

介護者のつどい	社会福祉協議会 本所 （玉里保健福祉センター内）	上玉里 1122	37-1551
認知症「つくばのつどい」 （第一金曜日 13時～15時）	公益社団法人 認知症の人と家族の会 茨城県支部	つくば市役所 つくば市研究学園 1-1-1	029-828-8089

⑤かいごの知恵袋教室

地域に役立つ、家族に役立つ、自分自身に役立つことをテーマとして介護等の勉強会を年3回程度開催。

かいごの知恵袋教室	社会福祉協議会 本所 （玉里保健福祉センター内）	上玉里 1122	37-1551
-----------	-----------------------------	----------	---------

⑥電話相談

認知症の人や家族が、日頃の悩みや不安を相談できる。

公益社団法人 認知症の人と家族の会 茨城県支部 電話相談専用ダイヤル (受付 13 時～16 時 土・日曜日、祝祭日、年末年始を除く)	牛久市中央 3-15-1	029-828-8099
---	--------------	--------------

⑦居宅介護支援事業所（市内）

介護を必要とされる方が、自宅で適切なサービスを利用できるように、ケアマネジャー（介護支援専門員）が心身の状況や生活環境、本人・家族の希望等に沿ってケアプランを作成し、介護サービスの連絡・調整などを行う。

小川南病院 居宅介護支援事業所	小川 733	58-1131
居宅介護支援事業所 ルミエ・デ・ソレイユ	山野 707-13	56-5588
居宅介護支援ハート 24 小川事業所	野田 576-3	56-7818
ケアプランセンター みどりの風	幡谷 204-60	58-7780
サポート虹総合福祉	中延 1175-2 パストラルヌマタ 102 号	56-5307
百里サンハウス 居宅介護支援事業所	下吉影 2437-109	54-0029
小美玉社協 ケアプランセンター美野里（四季健康館内）	部室 1106	48-2005
居宅介護支援事業所みのり	橋場美 24-1	48-3933
居宅介護支援ハート 24 小美玉事業所	中台 148	56-5181
居宅介護支援事業所 ほのか	中台 145-4	36-8071
ケアプランセンター希望	江戸 571-12	56-6712
ケアプランセンター こうぼう	羽鳥 2727-11 2F 大地テナント羽鳥	57-2772
ケアプランセンター スマイルハート	羽刈 638-26	28-8003
指定居宅介護支援事業所 サンホーム竹原	竹原 405-6	49-1929
小美玉社協 ケアプランセンター玉里 (玉里保健福祉センター内)	上玉里 1122	58-0511
指定居宅介護支援事業所 サン・テレーズ	栗又四ヶ 1752-1	37-1117

※小川・美野里・玉里の生活圈域別に五十音順で掲載



医療分野相談先（市内）



認知症の症状や薬のことなど、医療に関することは、まずかかりつけ医に相談しましょう。かかりつけの病院がない方は、近くの医療機関に相談してみましよう。

（掲載の承諾を得られた医療機関を掲載）

小川南病院	（もの忘れ外来あり）	小川 733	58-1131
小美玉市医療センター	（もの忘れ外来あり）	中延 651-2	58-2711
白河診療所		飯前 589-3	53-0014
長島内科		小川 823-3	58-4866
おみたまクリニック		羽鳥 2663-61	46-7800
希望ヶ丘ひきクリニック		中台 843-10	36-8101
新澤医院		堅倉 995	48-0034
羽鳥医院		羽鳥 2732-8	46-2551
美野里病院		西郷地 1462	48-2118
石岡循環器科脳神経外科病院	（もの忘れ外来あり）	栗又四ヶ 1768-29	58-5211
大津内科クリニック		田木谷 935-107	37-0292
つくば病院		高崎 2032-6	26-1271
やまぐち医院		栗又四ヶ 1747-10	37-1055

※小川・美野里・玉里の生活圈域別に五十音順で掲載

外来予定などは医療機関毎に異なりますので事前にご確認ください。

知っておきたい！

せいねんこうけんせいど 成年後見制度

認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力が十分でない方が、消費者被害や相続・売買などの法律問題、施設入所などの契約が必要になった時に、家庭裁判所が選任した「後見人」などが経済的な不利益にならないよう本人を保護し、支援する制度です。



◆例えばこんなとき…

認知症のおばあちゃん
が、お金の管理ができな
くなったみたい…

子どもがいないので、
将来認知症になった時
の財産管理が不安…

※詳細は、「P11②相談先」に掲載の地域包括支援センターにお問い合わせください。

F 認知症疾患医療センター



県の指定を受けた専門医療機関で、認知症の鑑別診断、医療機関等への紹介、問題行動への対応についての相談受付などを行う。

筑波大学附属病院（基幹型センター）	つくば市天久保 2-1-1	029-853-3645
汐ヶ崎病院	水戸市大串 715	029-269-9017
石崎病院	東茨城郡茨城町上石崎 4698	029-293-7165
日立梅ヶ丘病院	日立市大久保町 2409-3	0294-35-2764
志村大宮病院	常陸大宮市上町 313	0295-58-8020
栗田病院	那珂市豊喰 505	029-298-1396
鹿島病院	鹿嶋市平井 1129-2	0299-82-2167
豊後荘病院	石岡市部原 760-1	0299-36-6007
とよさと病院	つくば市田倉 4725	029-847-9581
池田病院	龍ヶ崎市貝原塚町 3690-2	0297-64-6582
宮本病院	稲敷市幸田 1247	0299-94-3080
三岳荘 小松崎病院	筑西市仲館 69-1	0296-24-2410
古河赤十字病院	古河市下山町 1150	0280-23-7121

※事前にお問合せください。

G 精神科医療機関など

（認知症疾患医療センターを除く）



認知症の行動・心理症状が悪化した場合の診療
（掲載の承諾を得られた医療機関を掲載）

茨城県立中央病院	笠間市鯉淵 6528	0296-77-1121
茨城県立こころの医療センター	笠間市旭町 654	0296-77-1151
独立行政法人国立病院機構 水戸医療センター （入院対応不可）	東茨城郡茨城町桜の郷 280	029-240-7711
つくば病院	小美玉市高崎 2032-6	0299-26-1271
桜井病院	石岡市半田 1886	0299-42-3922
丸山荘病院	石岡市柿岡 3787	0299-43-0079
土浦厚生病院	土浦市東若松町 3969	029-821-2200

※事前にお問合せください。

H 介護サービス（市内）



介護保険制度によって利用できるサービスです。介護保険を利用するときは、要介護認定の申請が必要です。要介護度に応じて、利用できるサービスや介護保険で認められる月々の利用限度額などが違います。

※小川・美野里・玉里の生活圏域別に五十音順で掲載

①居宅サービス

在宅での介護を中心にしたサービス

a. 訪問サービス

ホームヘルパーや専門職が自宅に伺い、身体介護や日常生活の援助を行う。また、リハビリ専門職が身体機能訓練を行う。

訪問介護	小美玉社協 ヘルパーセンター小川 (小川保健相談センター内)	小川 2-1	37-1988
	サポート虹総合福祉	中延 1175-2 パストラルヌマタ 102号	56-5307
	百里サンハウス 訪問介護事業所	下吉影 2437-109	54-0029
	小美玉社協 ヘルパーセンター美野里 (四季健康館内)	部室 1106	36-7330
	株式会社県央福祉サービス	中野谷 565	36-8550
	ニチイケアセンター小美玉	中野谷 501-14 メゾン石塚-C号	56-2158
	ヘルパーステーション ほうせんか	橋場美 25-1	48-3610
訪問リハビリ	小川南病院	小川 733	58-1131
	介護老人保健施設 小美玉敬愛の杜	中台 148	56-5181
訪問看護	(市内になし)		

b. 通所サービス

デイサービスセンターで入浴や体操・レクリエーションなどの各種サービスを提供し、高齢者の自立や家族の負担軽減を支援する。

通所介護	通所介護事業所 せせらぎ荘	中延 676-7	37-1732
	デイサービス ルミエ・デ・ソレイユ	山野 707-13	56-5588
	デイサービスセンター スマイルハートおがわ	小川 415-1	56-5600

通所介護	百里サンハウス 通所介護事業所	下吉影 2437-109	54-0029
	介護の里 七福家	羽鳥 2735-1	56-3861
	デイサービスセンターよつば	羽鳥 2727-11	56-2855
	通所介護事業所 サンホーム竹原	竹原 405-6	47-1526
	デイサービス あいおんの里羽鳥	羽刈 653-7	56-3123
	デイサービスセンター スマイルハート	羽刈 638-15	28-8000
	デイサービスセンター青丘園	橋場美 13	57-6077
通所リハビリ	介護老人保健施設 小川敬愛の杜	野田 576-3	56-7131
	介護老人保健施設 小美玉敬愛の杜	中台 148	56-5181
	介護老人保健施設 サン・テレーズ	栗又四ヶ 1752-1	37-1115

c. 短期入所サービス（ショートステイ）

在宅で介護を受けて暮らしている人が、一時的に施設などに入所して受けるサービス。

短期入所生活介護	ショートステイ ルミエ・デ・ソレイユ	山野 707-13	56-5588
	短期入所生活介護事業所 百里サンハウス	下吉影 2437-109	54-0029
	短期入所生活介護事業所 せせらぎ荘	中延 676-7	37-1732
	ショートステイ あいおんの里羽鳥	羽刈 653-7	56-3123
	ショートステイ青丘園	橋場美 519-1	48-3266
	ショートステイほのか	中台 145-4	36-8071
	短期入所生活介護 サンホーム竹原	竹原 405-6	47-1526
	ショートステイ晴風園	高崎 2032-8	26-7000
短期入所療養介護	介護老人保健施設 小川敬愛の杜	野田 576-3	56-7131
	介護老人保健施設 小美玉敬愛の杜	中台 148	56-5181
	介護老人保健施設みのり苑	橋場美 21	48-3556
	介護老人保健施設 サン・テレーズ	栗又四ヶ 1752-1	37-1115

d. 入居型居宅サービス

特定施設入居者生活介護	介護付有料老人ホーム ハートワン小川	野田 1339-1	58-1112
ケアハウス	ほうせんか	橋場美 25-1	48-3610

②施設サービス

施設に入所して受けるサービス

a. 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

寝たきりや認知症などで、常に介護が必要で自宅での生活が難しい方のための施設。入所により、日常生活上の介護、機能訓練、健康管理、療養上の世話などが受けられる。

特別養護老人ホーム	百里サンハウス	下吉影 2437-109	54-0029
特別養護老人ホーム	ルミエ・デ・ソレイユ	山野 707-13	56-5588
特別養護老人ホーム	あいおんの里羽鳥	羽刈 653-7	56-3123
特別養護老人ホーム	サンホーム竹原	竹原 405-6	47-1526
特別養護老人ホーム	青丘園	橋場美 519-1	48-3266
特別養護老人ホーム	ほのか	中台 145-4	36-8071
特別養護老人ホーム	晴風園	高崎 2032-8	26-7000

b. 介護老人保健施設

リハビリテーションを中心としたケアを提供し、家庭への復帰を目指す。

介護老人保健施設	小川敬愛の杜	野田 576-3	56-7131
介護老人保健施設	小美玉敬愛の杜	中台 148	56-5181
介護老人保健施設	みのり苑	橋場美 21	48-3556
介護老人保健施設	サン・テレーズ	栗又四ヶ 1752-1	37-1115

③地域密着型サービス

高齢者が住み慣れた地域で尊厳を持って暮らし続けられるように支援するサービス。利用は小美玉市在住の方に限られる。

a. 小規模多機能型居宅介護

デイサービスを中心に、訪問介護やショートステイを組み合わせる在宅での生活を支援する。

小規模多機能型居宅介護事業所	はるるの郷	小川 1853	37-0015
小規模多機能型居宅介護	たまりサテライト どんぐり	川戸 1425-14	57-1515

小規模多機能型居宅介護 青い丘	橋場美 14-1	36-7077
小規模多機能型居宅介護 たまり	栗又四ヶ 2288-7	28-3353

b. 認知症対応型通所介護

認知症の人が通いながら、日常生活を送るうえで必要となる介助を受けられる。

認知症対応型デイサービス 晴風園の里	高崎 911-1	27-0111
--------------------	----------	---------

c. 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

家庭的な環境と地域住民との交流の下で、食事や入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練などのサービスを提供する。

小川ケアセンター みどりの風グループホーム	幡谷 204-60	58-7780
グループホーム もくれん	川戸 1425-14	37-0123
メディカルホーム きらら	小川 1853-1	37-0883
グループホーム こすもす	橋場美 528	36-7377
グループホーム たんぼぼ	橋場美 20-1	36-7110
グループホーム たまり	栗又四ヶ 2284-1	28-2220
グループホーム 玉里の里	高崎 1824-500	27-0002

d. 地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護

定員 29 名以下の小規模な特別養護老人ホームで、日常生活上の介護や機能訓練、健康管理と療養上の世話などのサービスを提供する。

特別養護老人ホーム 晴風園の里	高崎 911-1	27-0111
-----------------	----------	---------

e. 地域密着型通所介護

定員 18 名以下の小規模なデイサービスセンター（通所介護施設）で、食事や入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練などのサービスを提供する。

小川ケアセンター みどりの風デイサービス	幡谷 204-60	58-7780
デイサービスセンターほのか	中台 145-4	36-8071
デイサービスのうば	納場 111-6	56-3072
小美玉社協 デイサービスセンター玉里 （玉里保健福祉センター内）	上玉里 1122	58-0511
ハウス デア ダマリス デイサービスセンター	下玉里 2014-1	57-3111