

ちゃーがんじゅうだより

9月は世界アルツハイマー月間です ~もっと知ろう、もっと語ろう認知症~

高齢化の進行とともに認知症の方も増加しており、今後団塊の世代の高齢化等により更なる増加が見込まれます。認知症について、正しく知って、誰もが安心して過ごせる社会が必要になってきます。



主な認知症の種類と特徴的な症状

- アルツハイマー型認知症**
 - ・同じことを何度も聞いたり言ったりする
 - ・つじつまをあわせようと抜け落ちた記憶を作り話でとりつくろうことがある
 - ・段取りがわからなくなる 等
- レビー小体認知症**
 - ・手足の震えや筋肉の硬直、小刻み歩行等
 - ・実際に見えないものが見える(幻視)
 - ・睡眠時に大声で寝言を言ったり、腕をあげて何か探す仕草や殴る等睡眠時異常行動が現れることがある 等
- 脳血管性認知症**
 - ・認知機能の低下がまだらに起こる
 - ・嚥下障害、言語障害などの症状が多くみられる
 - ・意欲が低下する
 - ・急に泣いたり怒ったりと感情のコントロールがうまくいかない 等
- 前頭側頭型認知症**
 - ・他人に配慮ができない
 - ・社会のルールが守れなくなる
 - ・物事に関心が持てない、ぼんやりする
 - ・同じ行動を繰り返す
 - ・食事や嗜好の変化

認知症かな？と思ったら 早めに受診しましょう！

治る認知症（慢性硬膜下血腫や正常圧水頭症など）が潜んでいることがあり、病気の治療をすることで、認知症状が軽快する可能性があります。また、早期に適切な治療につながることで進行を緩やかにすることが期待できます。

受診について

- ①かかりつけ医に相談しましょう。**
認知症の心配事は、まずはかかりつけ医に相談してみましょう。認知症の疑いがある場合は、適切な医療機関を紹介してもらえます。
- ②何科を受診すればいいか？**
(かかりつけ医がない場合は、) もの忘れ外来がある医療機関や精神科、神経内科、脳神経外科、老年内科などを受診するとよいでしょう。
- ③受診する時のポイント**
気になる症状について、いつ頃から、どのような変化が出てきたのか、日常生活の困りごとや病歴やあらかじめ相談したいことなどをメモしておく、伝えたいことや聞きたいことが整理できて、診療に役立つ場合があります。

若年性認知症について～高齢者だけの病気ではありません！～

18歳から65歳未満で発症する認知症のことを若年性認知症といいます。沖縄県では、若年性認知症の方の相談支援等を行っている「オレンジサポート室」が設置されています。詳しくは、ホームページをご覧ください。
【沖縄県若年性認知症支援事業 オレンジサポート室】



家族がつくった「認知症」早期発見のめやす

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な判断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。いくつかおもしろいあたることがあれば、相談してみることがよいでしょう。

- もの忘れがひどい**
 - 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
 - 2. 同じことを何度も言う・問う・する
 - 3. しまい忘れ置忘れが増え、いつも探し物をしている
 - 4. 財布・通帳・衣類など盗まれたと人を疑う
- 判断・理解力が衰える**
 - 5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
 - 6. 新しいことが覚えられない
 - 7. 話のつじつまが合わない
 - 8. テレビ番組の内容が理解できなくなった
- 時間・場所がわからない**
 - 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
 - 10. 慣れた道でも迷うことがある
- 人柄が変わる**
 - 11. 些細なことで怒りっぽくなった
 - 12. 周りへの気遣いがなくなり頑固になった
 - 13. 自分の失敗を人のせいにする
 - 14. 「このごろようすがおかしい」と周囲から言われた
- 不安感が強い**
 - 15. ひとりになると怖がったり寂しがったりする
 - 16. 外出時、持ち物を何度も確かめる
 - 17. 「頭が変になった」と本人が訴える
- 意欲がなくなる**
 - 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
 - 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
 - 20. ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

出典：公益社団法人認知症の人と家族の会

那覇市での取り組み

- アルツハイマー月間 普及啓発活動について**
那覇市役所本庁舎や県立図書館等で、本の紹介やパネル展示を実施しています。お近くの際は、ぜひお立ちよりください。(令和5年8月29日～9月22日頃まで)
- 那覇市地域包括支援センターはご存じですか？**
地域包括支援センターでは認知症地域支援推進員を中心に、認知症の方やご家族が安心して暮らせるような様々な支援・事業を行っていますので、お気軽にご相談ください。
また、社会福祉士、保健師、主任介護支援専門員等専門職がおり、生活や介護・医療サービス、虐待や権利擁護に関する相談を無料で実施しています。悩みを抱え込まず、お住まいの地区担当の地域包括支援センターへご相談ください。



センター名	担当地区	電話番号
石嶺	石嶺町2丁目・3丁目・4丁目	☎886-7987
大名	石嶺町1丁目、赤平町、儀保町、久場川町、平良町、大名町	☎886-5177
城西	池端町、大中町、金城町、寒川町、鳥堀町、当蔵町、桃原町、真和志町、山川町、赤田町、崎山町、汀良町	☎887-7700
繁多川	繁多川、識名2丁目・3丁目	☎963-6478
松川	大道、松川、三原1丁目・2丁目	☎882-1622
松島	末吉町、松島、真嘉比、古島	☎882-2266
識名	字寄宮、寄宮3丁目、長田、三原3丁目、上間1丁目、識名1丁目・4丁目	☎987-1010
安里	安里、壺屋、牧志3丁目、樋川2丁目、寄宮1丁目・2丁目	☎860-2211
古波蔵	与儀、古波蔵、樋川1丁目	☎855-6254
国場	国場、仲井真、真地、上間、字識名	☎851-9308
新都心	銘苅、天久1丁目・2丁目、おもろまち3丁目・4丁目	☎941-2252
安謝	字天久、安謝(1丁目・2丁目含む)、曙、港町	☎860-3747
泊	おもろまち1丁目・2丁目、上之屋、泊、久茂地、前島1丁目・2丁目、牧志1丁目・2丁目	☎860-5121
若狭	前島3丁目、松山、若狭、久米、辻、通堂町、西、東町	☎863-1165
城岳	松尾、楚辺、壺川、旭町、泉崎	☎863-3660
かなぐすく	奥武山町、山下町、垣花町、字鏡水、鏡原町、住吉町、当間、赤嶺、安次嶺、大嶺、金城、田原1丁目、高良3丁目、宇栄原1丁目・2丁目・3丁目	☎852-0777
小祿	字田原、田原2丁目・3丁目・4丁目、字小祿、小祿1丁目・4丁目・5丁目	☎858-0096
高良	小祿2丁目・3丁目、字宇栄原、宇栄原4丁目・5丁目・6丁目、字高良、高良1丁目・2丁目、具志、宮城	☎859-6633

要介護・要支援認定を受けている方へ

要介護状態になった場合においても可能な限り、ご自宅で日常生活を送れるよう、生活環境を整えるための住宅改修工事に対し、介護保険給付が受けられます。

20万円を上限として、費用の7～9割が住宅改修費として支給されます。

(工事費用が20万円だった場合、自己負担1割の場合2万円、2割の場合4万円、3割の場合6万円が自己負担額です。)

【対象となる工事】

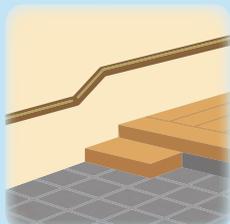
- ①手すりの取り付け
- ②段差や傾斜の解消
- ③滑りにくい・移動しやすい床材への変更
- ④開き戸から引き戸等の取り替え、扉の撤去
- ⑤和式から洋式への便器の取り替え
- ⑥その他上記の各工事に付帯して必要な工事



支給限度額／20万円まで(原則一回限り)

1回の工事で20万円を使い切らずに、数回に分けて使うこともできます。

引っ越しをした場合や要介護度が著しく高くなった場合、再度給付を受けることができます。



詳しい内容についてはホームページをご覧ください。



<https://www.city.naha.okinawa.jp/fukusi/koureisyafukusi/jigyousya/kaigokyuufu/jyukai.html>

介護マークの交付

公共トイレでの付き添いや介護者の下着購入時など、誤解や偏見を受けやすい場において、介護者の介護行為に対する周囲の理解を得ることを目的とし、介護マークを交付しています。

〈介護マーク〉



〈着用時のイメージ〉



交付対象者 介護をしている市在住者

交付場所 ちゃーがんじゅう課(本庁舎2階)、地域包括支援センター(市内18か所)

【お問い合わせ先】 ちゃーがんじゅう課 管理グループ ☎098-862-9010

介護認定の申請及び受付時間について

介護サービスを利用したい方は、事前にちゃーがんじゅう課窓口で介護認定の申請が必要です。

【受付時間】 ※月曜から金曜(祝日、年末年始除く)

午前：8時30分～11時30分
午後：1時00分～4時30分

【申請に必要なもの】

- 要介護・要支援認定申請書(窓口においてあります)
- 介護保険被保険者証
- 健康保険被保険者証
- 来課する方の身分証(免許証など)



※申請書に病院名・主治医氏名を記入する欄がありますので、事前に申請について主治医とご相談ください。

※本人、家族以外の方が申請する場合は、介護保険被保険者証もしくは委任状が必要です。

★上記の書類が揃っていても、本人の状態などにより受付ができない場合があります。申請受付にあたりご不明な点がある方は、事前に下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】 ちゃーがんじゅう課認定グループ ☎098-861-1274

保険料を納めないでいると

保険料を納めないでいると、滞納処分が行われたり、滞納していた期間に応じて保険給付が制限される場合があります。介護が必要となったときのため、そして介護保険制度の健全な運営のために、保険料は納め忘れのないようにしましょう。

納期限を過ぎると・・・

督促が行われます。また、滞納処分(差押えなど)が行われる場合があります。

1年以上滞納すると・・・

サービスを利用したときの費用がいったん全額自己負担になります。

1年6カ月以上滞納すると・・・

保険給付が一時差し止めになります。さらに滞納が続くと、保険給付から滞納保険料が差し引かれます。

2年以上滞納(時効消滅)すると・・・

滞納期間に応じて、一定期間の利用者負担が3割または4割に引き上げられます。また、高額介護(予防)サービス費、高額医療合算介護(予防)サービス費、特定入所者介護(予防)サービス費も支給されません。



那覇市地域密着型サービス事業所一覧

介護が必要な状態になっても、住み慣れた自宅または地域の中で家族や親しい人たちの身近で生活できるように提供されるのが地域密着型サービスです。(令和5年7月現在休止中の事業所を除く)

認知症対応型通所介護 (認知デイ)

認知症により日常生活に支障が生じている方に機能訓練及び入浴、食事等の日常生活上のケアを提供する日帰りのサービスです。小規模でゆったりと過ごすことができます。要支援1、2の方も利用できます。

地区	事業所名	連絡先
本庁	1 ライブリーハウス	835-4556
	2 デイサービスふれあい楚辺	987-0165
小禄	3 認知症デイサービス ひやみかち小禄	858-2111
真和志	4 認知症対応型通所介護 たけとんぼ	987-0810

認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)

認知症の方が9人(1ユニット)という少人数で、スタッフの介護を受けながら家庭的な雰囲気の中で生活をします。認知症状の進行を緩和して安心して生活できるよう支援します。要支援2の方を受け入れている事業所もあります。

地区	事業所名	連絡先
本庁	1 グループホーム 若狭の家	951-0551
	2 グループホーム ふれあい楚辺	987-0165
	3 グループホーム うえの家	951-3867
	4 生協グループホーム 安謝	943-0878
	5 認知症対応型共同生活介護 ハピユシ	868-1282
小禄	6 グループホーム さつき荘	852-1158
	7 グループホーム ひやみかち小禄	858-2111
	8 グループホーム つぼみ	996-3670
真和志	9 グループホーム めぐみ小禄南	859-7004
	10 グループホーム たかまーみの家	887-0081
	11 グループホーム 大道が丘	885-0036
	12 グループホーム たけとんぼ	987-0810
	13 グループホーム なけ〜ま原	855-8870
	14 グループホーム ファミーユ	854-5529
	15 グループホーム コスモス	855-4162
	16 グループホーム たんぽぽ	855-5378
	17 グループホーム 愛	835-4664
	18 グループホーム ももほ	868-1002
	19 三原あけぼのホーム	853-0520
	20 グループホーム ふれあい国場	833-6230
	21 グループホーム おてだま	987-0790
	首里	22 グループホーム めくめくの家・幸
23 グループホーム ノーマライ心の花 首里		887-4789
24 グループホーム かなん		886-5700
25 グループホーム サンサン丸		885-1330
26 グループホーム めぐみ首里		917-4115
27 認知症対応型グループホーム 末吉		917-1227

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

密接に連携をとっている介護職員と看護師による定期的な訪問に加え、電話をすることで訪問してもらう随時対応などのサービスが24時間対応で受けられます。要支援の方は利用できません。

地区	事業所名	連絡先
首里	1 なは定期巡回ステーション	943-1132
	2 まつりか定期巡回ステーション	885-0992

看護小規模多機能型居宅介護

利用者の状況に応じて、小規模な住居型の施設への「通い」、自宅に来てもらう「訪問」(介護と看護)、施設に「泊まる」サービスが柔軟に受けられます。要支援の方は利用できません。

地区	事業所名	連絡先
首里	1 看護小規模多機能型居宅介護末吉	917-1227
小禄	2 看護小規模多機能めぐみ小禄南	859-7004

地域密着型特定施設入居者生活介護 (介護付き有料老人ホーム)

要介護の方が入浴、食事等の介護、日常生活上の世話、機能訓練と療養上の世話を受けながら自立した生活がおくれるようにする定員29人以下の小規模な施設です。居室はプライバシーに配慮した個室です。

地区	事業所名	連絡先
本庁	1 介護付き有料老人ホーム 天久ヒルトップなは	868-2122
小禄	2 介護付き有料老人ホーム 特定施設ひまわり	851-3032
真和志	3 介護付き有料老人ホーム グランツ稲禾(とうか)	868-1009
	4 介護付き有料老人ホーム わらていーだA	996-3291
	5 介護付き有料老人ホーム わらていーだB	996-3291

地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護 (特別養護老人ホーム)

日常生活の世話や介護、機能訓練や健康管理のサービスを受けながら生活をおくる施設で、定員29人以下の小規模の施設です。要介護3~5の方が対象となります。

地区	事業所名	連絡先
本庁	1 特別養護老人ホーム 前島	894-8039
小禄	2 地域密着型特別養護老人ホーム 小禄偕生園	859-6600
真和志	3 地域密着型特別養護老人ホーム グリーンハウス国場	851-9301
	4 特別養護老人ホーム 和(なごみ)	987-7911
	5 特別養護老人ホーム 百穂苑(ももほえん)	868-1004
	6 特別養護老人ホーム 皇(すめら)	987-0790
	7 特別養護老人ホーム わらていーだ	996-3291

小規模多機能型居宅介護

一つの事業所で「通いサービス」を中心に、「訪問サービス」や「泊まりサービス」を組み合わせて利用できます。馴染みのスタッフによる安心できる細やかなケアが受けられます。要支援1、2の方を受け入れている事業所もあります。

地区	事業所名	連絡先
本庁	1 小規模多機能型ホーム 若狭	951-0550
	2 小規模多機能ケアホーム うえの家	951-3610
	3 小規模多機能ホーム 安岡	943-6388
小禄	4 小規模多機能型施設 MOMO	857-8677
真和志	5 小規模多機能型ホーム 大道	885-0018
	6 小規模多機能型居宅介護事業所 くくば原	832-9980
	7 小規模多機能型施設 はんたがわ	996-5323
	8 指定小規模多機能型居宅介護事業所 花日和2号館	851-7487
	9 小規模多機能型施設 デイ長田	854-5401
	10 小規模多機能ホーム すずらん	855-5377
	11 小規模多機能ホーム 寄宮	836-2525
	12 小規模多機能型施設 城西	885-6635
首里	13 小規模多機能ホーム はれる家	885-8068

地域密着型通所介護

通所介護施設で機能訓練及び入浴、食事等の日常生活上のケアを提供する日帰りのサービスです。定員18人以下の小規模な通所介護施設です。

地区	事業所名	連絡先
本庁	1 通所介護 こまち	863-4525
	2 デイサービス かりゆしプラザ	866-0408
	3 デイサービス楚辺の家	834-8909
	4 リハビリ特化型デイサービス リハビックス那覇店	834-9071
	5 GENK INEXT 那覇真地	851-3617
	6 GENK INEXT 那覇松島	943-2782
	7 元気広場 識名	836-6555
	8 リハビリデイサービス ポジリハ那覇店	963-9614
真和志	9 こくば愛日和デイサービス	855-1551
	10 指定地域密着型通所介護事業所 ゆくいば	851-7468
	11 デイサービス ゆめ・いきいき	836-2755
	12 デイサービス楽	987-4812
	13 リハビリ型デイサービス Fitすまいる	996-3263
	14 デイサービスセンター歩夢	851-3407
	15 まあるデイサービスセンター	854-5508
	16 リハビリ型デイサービス 息吹	975-7413
	17 リハビリデイサービス ぴたさぼ三原	835-0088
	18 寄宮偕生園デイサービスセンター	851-7750
	19 デイサービスセンターまほうの手	851-9752
首里	20 歩家デイサービス	988-9523
	21 家族の手デイサービス石嶺	884-0730
	22 デイサービス安樹	887-3232
小禄	23 通所介護事業所 デイサービス みずき	851-9130
	24 デイサービス なかゆくい処具志	952-4555

本庁・小祿コース



福祉バス(ふくちゃん号)時刻表



首里・真和志コース



福祉バスは、那覇市民で、60歳以上の方、または障がいのある方が無料で乗れるバスです。
※老人福祉センターや老人憩の家などの福祉施設利用者以外の方も利用可能です。
バスに乗る際は、所定のバス停で、手を挙げてバスを停めて乗車してください。バスから降りる際は、降りたいバス停を通過する前にブザーを押してください。時刻表やルート案内、マップについては、市役所本庁舎、各支所のほか、包括支援センター、老人福祉センター、老人憩の家、福祉バス車内に配置しております。

本庁コース(月・水・金)

令和4年4月1日より

Table with 5 columns: Stop, 1便, 2便, 3便, 4便. Lists 29 stops from Naha City Comprehensive Welfare Center to Naha City Comprehensive Welfare Center.

首里コース(月・水・金)

令和4年4月1日より

Table with 5 columns: Stop, 1便, 2便, 3便, 4便. Lists 36 stops from Mochimaru Elderly Welfare Center to Mochimaru Elderly Welfare Center.

小祿コース(火・木・土)

令和4年4月1日より

Table with 5 columns: Stop, 1便, 2便, 3便, 4便. Lists 33 stops from Naha City Comprehensive Welfare Center to Naha City Comprehensive Welfare Center.

真和志コース(火・木・土)

令和4年4月1日より

Table with 5 columns: Stop, 1便, 2便, 3便, 4便. Lists 39 stops from Manazashi Elderly Welfare Center to Manazashi Elderly Welfare Center.

※雨天・交通状況で時間のずれが生じることがありますのでご了承ください。

マップは本市ホームページを参考にしてください。

Search bar with '那覇市 福祉バス' and a search icon.

問合せ 那覇市チャーがんじゅう課 TEL 098-862-9010 内線2430