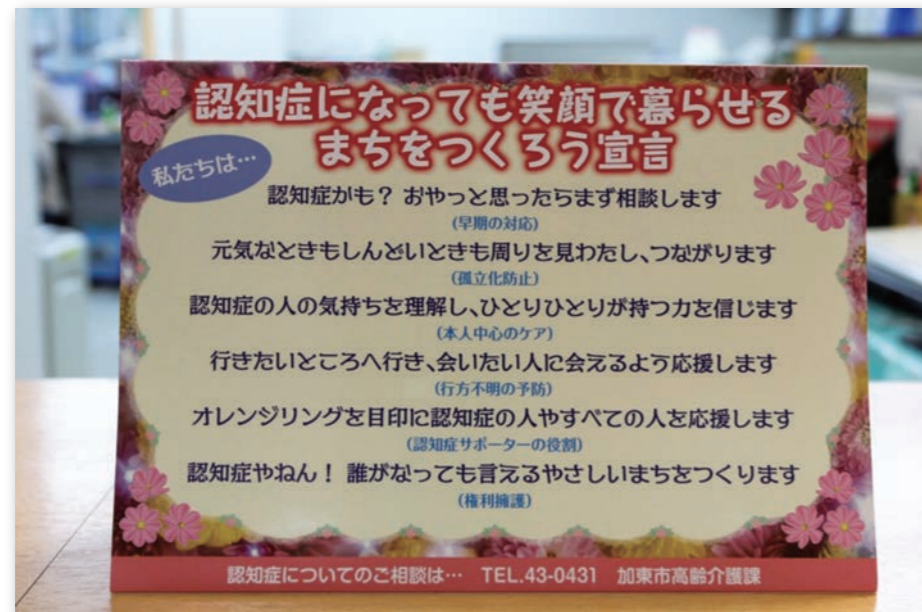


認知症ケアネット 地域資源マップ



発行
加東市健康福祉部高齢介護課
〒673-1493 加東市社 50 番地
TEL.0795-43-0431 (直通)
FAX.0795-42-1735

2026.4.1 改訂



～新しい認知症観～

認知症になっても、できること、やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながり、希望を持って自分らしく暮らすことができます。

認知症の人が、自分らしくあたりまえに暮らし続けるために、認知症の正しい知識や地域資源等をまとめた本冊子を作成しました。

ぜひ皆様の暮らしにお役立てください。

も く じ

- つくる！できる！認知症になっても笑顔で暮らせるまち加東 1
- 【認知症について知りましょう】
- 認知症って、どんな病気？ 2
- 年齢相応のもの忘れとのちがいは？ 3
- 気になるこんな症状はありませんか？ 4
- 「あれっ?!」と思ったら・・・まずはかかりつけ医に相談を 5
- 【本人・家族の人のために】
- これから介護をする家族のために 6
- 私たちのまわりには相談先がたくさんあります 7
- 介護疲れはないですか？ 8
- 加東市の相談窓口
- 認知症相談センター・認知症疾患医療センター 9
- 【認知症の経過と対応法について】
- 加東市認知症ケアネット（認知症の経過と対応法） 10
- 認知症を予防するポイント 12
- かとうまちかど体操教室 13
- 物忘れ予防カフェ 14
- 若年性認知症&認知症の本人と家族の会 15
- 物忘れ相談プログラム・認知症初期集中支援チーム 16
- ふまねつと運動・回想法・わんわんパトロール 17
- ひとり外出見守り・SOSネットワーク 18
- どこシル伝言板・おでかけ安心GPS事業 19
- 医療機関・歯科医院・保険薬局マップ 20
- 医療機関の一覧 22
- 歯科医院の一覧 24
- 保険薬局の一覧 25
- 介護保険サービス事業者のマップ 26
- 介護保険サービス事業者の一覧 28

つくる!

認知症になっても笑顔で暮らせるまち加東

できる!

認知症の人と家族を支えるためには、予防・早期発見・医療・ケア等を行うマンパワーや、拠点等の「地域資源」のネットワークが重要です。

加東市では、住民と専門職が互いに協力しながら、周囲の理解と支援とつながりによって、認知症になっても生き活きとその人らしく暮らせるまちを目指していきます。



本人や家族が…

- ☆認知症について早い段階で相談し、適切な診断や治療を受けている
- ☆認知症であることをオープンにし、地域の中で、生活に必要な支援を受けている
- ☆介護する家族に相談や情報交換ができる場があり、精神的・身体的な負担軽減を図ることができる

多くの市民が…

- ☆認知症によって生じる生活上の困難はあっても、わかること、できることがあることを知っている
- ☆認知症の本人が、様々な不安、混乱の中でも自分なりの生活を継続しようとすることを応援できる

それぞれの役割

地域での生活の場面で…

- ☆商店街や店舗・駅などに、認知症の人や家族に対して、小さな気配りをできる人がいる
- ☆まちで困っている認知症（かもしれない）の人に地域の人が声をかけたり、さりげなく見守ってくれている
- ☆認知症の人が道に迷ったり行方不明になった時の連絡先等が用意されている

介護や医療の現場で…

- ☆認知症等の状況・能力や心身の状況に応じて、できる限り自立し、尊厳ある生活を続けるためのケアや医療が提供されている
- ☆介護保険の事業者等が、地域の住民と連携しながら本人や家族を支援する方法を考え、実践する拠点となっている



認知症サポーター養成講座は、地域包括支援センターへ!

認知症になっても安心して暮らせるまちをつくるために、地域や企業・団体、学校などからの依頼を受けて、講師（キャラバン・メイト）が出向いて認知症についての勉強会「認知症サポーター養成講座」を行っています。この講座は専門的知識を学ぶのではなく、認知症についての基本的な知識を学ぶための講座です。講師料は無料です。会場と参加者を確保していただくだけで開催できます。 ※ご連絡お待ちしております【TEL.0795-43-0431 月～金 8:30～17:15】

認知症の人や家族の応援団になってください

認知症サポーターとは特別な活動をするわけではありません。認知症を正しく理解し認知症の方やその家族を温かく見守る「応援者（サポーター）」です。認知症の方への声かけやちょっとした手助けだけでかまいません。

認知症サポーターのしるしである認知症サポーターカードを配布します。



年齢相応のもの忘れとのちがいは？

認知症は、老化による単なるもの忘れと区別が付きにくい病気です。本人や家族が「年のせいでしょ」と思うような日常の些細な変化が、認知症のサインかもしれません。見逃さないようにしましょう。

年齢相応のもの忘れの場合



■体験の一部を忘れる
ごはんを食べた後、食べたものを忘れることがある。



■もの忘れの自覚がある
忘れていたことに自分で気がつくことができる。



■親しい人やよく行く場所は忘れない
毎日一緒にいる家族や自宅の場所などを忘れることはない。

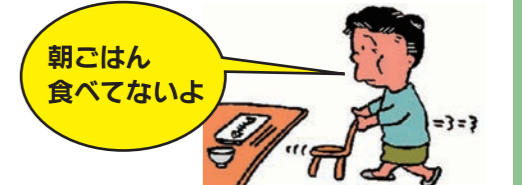


■性格は変わらない
態度に変化はない。



■自分の今いる場所や時間がわかる
自分がどこにいるのかわからなくなったり、昼と夜の区別がつかなくなったりする。

認知症のもの忘れの場合



■体験のすべてを忘れる
ごはんを食べた後、食べたこと自体を忘れてしまう。



■もの忘れの自覚がない
忘れていることを理解できなくなる。



■親しい人やよく行く場所がわからなくなる
家族のことや自宅の場所がわからなくなる。



■性格に変化がある
怒りっぽくなったり頑固になったりする。



■自分の今いる場所や時間がわからなくなる
自分がどこにいるのかわからなくなったり、昼と夜の区別がつかなくなったりする。

認知症って、どんな病気？

色々な原因によって脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりするため、さまざまな障害が起こり、生活する上で支障が出ている状態（およそ6か月以上継続）のことを「認知症」といい、いろいろなタイプがあります。



アルツハイマー型認知症

認知症を引き起こす病気のうち、最も多く、脳の神経細胞がゆっくりと死んで脳が小さく委縮してしまうために症状が出るタイプです。発症の時期ははっきりせず、症状もゆっくりと進行します。

特徴的な症状の例

- 同じことを何度も聞く
- 物事の段取りが悪くなる
- 日にちがわからなくなる／約束を忘れる など

介護のワンポイント

- 否定や怒ったりせず、本人の自尊心や感情を大切にケアを心がけましょう。

脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などのために、細胞に栄養や酸素が行かなくなり、その部分の脳細胞が死んだり働きが悪くなるために症状が出るタイプです。部分的な知能障害が現れることが多いのが特徴です。脳梗塞等の再発作のたびに進行しますが、発作を防げば進行も防ぐことができます。

特徴的な症状の例

- 意欲が低下する／手足のしびれがある／物忘れがあるわりにはしっかりしている（まだら認知症） など

介護のワンポイント

- 本人のペースに合わせ、気分や感情を十分観察したうえで、落ち着いて対応しましょう。
- 高血圧や糖尿病、高脂血症等の治療を継続し、再発を予防することが大切です。

レビー小体型認知症

身体の動きが緩慢になり細かいふるえがきたり、小刻み歩行などパーキンソン様の症状と現実的で詳細な内容の幻視の訴えがあります。

特徴的な症状の例

- 子どもや虫が見えると言う
- 夢を見て反応し大声を出す
- 物忘れは軽い など

介護のワンポイント

- 幻視に対しては、頭ごなしに否定せず、受け止めるよう心がけ、安心できる声かけを行いましょう。
- 調子の良い時間帯を選んで活動を促し、調子の悪いときは見守りを優先しましょう。

前頭側頭型認知症

前頭葉や側頭葉に限定した神経細胞が少しずつ壊れていくことにより、人格変化や行動異常をおこすのが特徴です。

特徴的な症状の例

- 同じ時間に同じ行動をとる
- 同じ食品を際限なく食べる
- 周囲を顧みず自己本位な行動が目立つ など

介護のワンポイント

- 本人の様子をよく観察し、繰り返す行動を無理に抑止せず、より良い行動に置き換えて習慣化するように努めましょう。



気になるこんな症状はありませんか？

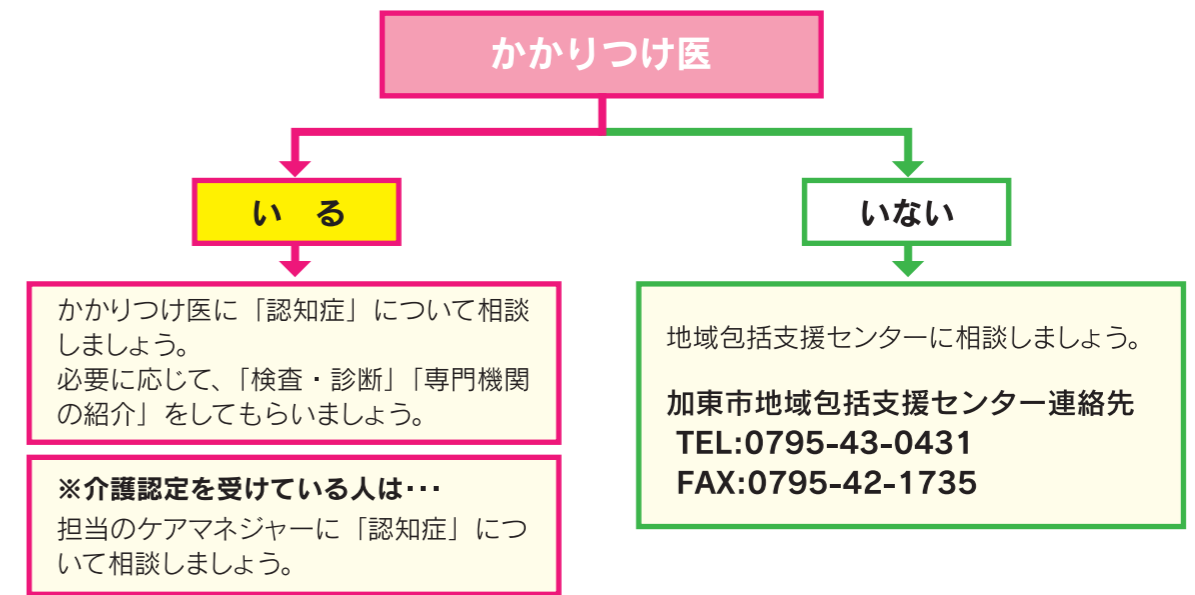
もの忘れ がある	<input type="checkbox"/> 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる <input type="checkbox"/> 同じことを何度も言う・問う・する <input type="checkbox"/> しまい忘れ、置き忘れが増え、いつも探し物をしている <input type="checkbox"/> 財布・通帳・衣類など盗まれたと人を疑う
判断・理解力が 衰える	<input type="checkbox"/> 料理・片付け・計算・運転などもミスが多くなった <input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない <input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない <input type="checkbox"/> テレビの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	<input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違えるようになった <input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある
人柄が変わる	<input type="checkbox"/> 些細なことで怒りっぽくなった <input type="checkbox"/> 周りへの気づかいがなくなり頑固になった <input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする <input type="checkbox"/> 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
不安感が強い	<input type="checkbox"/> ひとりになると怖がったり寂しがったりする <input type="checkbox"/> 外出時、持ち物を何度も確かめる <input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える
意欲が なくなる	<input type="checkbox"/> 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった <input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった <input type="checkbox"/> ふさぎ込んで何をするのも億劫がり、嫌がる



「あれっ?!」と思ったら…まずはかかりつけ医に相談を

認知症はだれにでもおこりうる病気です

- メリット 1** 早期治療で改善も期待できる
認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し早期に治療をはじめることで、改善が期待できるものもあります。
- メリット 2** 進行を遅らせることができる
認知症の症状が悪化する前に適切な治療やサポートを行うことによって、その進行のスピードを遅らせることができる場合があります。
- メリット 3** 事前にさまざまな準備ができる
早期発見によって、症状が軽いうちに本人や家族が話し合い、今後の治療方針を決めたり、利用できるサービスを調べたりする「認知症に向き合うための準備」ができます。

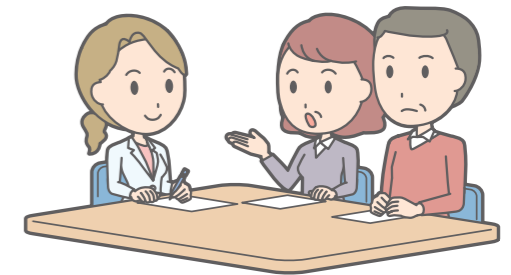


本人が受診を拒むこともあります

「自分が認知症かもしれない」という不安はとても大きなものです。そのため家族など周囲が受診をすすめても、本人がかたくなに拒むといったこともあります。そのような時は、まずは家族だけでかかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談しましょう。

地域包括支援センターでは、受診の必要性を判断し受診ができる手立てをご家族と一緒に考えていきます。また、かかりつけ医では、必要に応じて適切な処置や病院の紹介もしていただけます。

受診日は、病院での問診などで正確に症状を伝えるためにも、できるだけ家族が付き添いましょう。



「軽度認知障害（MCI）」の発見と対処が重要です

認知症になる前段階の状態を、「軽度認知障害（MCI）」と言います。軽い物忘れなどがあっても基本的には日常生活は大きな支障なく送れる状態です。この段階で発見して適切に対処すれば、特にアルツハイマー型認知症への移行を予防、または先送りできると言われています。ちょっとした異変のサインを見逃さないようにしましょう。

これから介護をする家族のために

私たちのまわりには相談窓口がたくさんあります

●本人・家族のために

●本人・家族のために

認知症の初期には、家族以外の人にはしっかりと対応されるので、症状が見えず、家族は周囲から理解されない状況におかれます。「介護者が上げすぎる、家族のかかわりが良くないから・・・」と非難されることもまれではありません。

認知症の症状を理解することで、かかわる人たちの混乱を最小限にして、ストレスの少ない介護を見つけていくことが大切です。

認知症の人への対応の心得

“3つの「ない」”

- 1 驚かせない
- 2 急がせない
- 3 自尊心を傷つけない



認知症の人とのコミュニケーションのポイント

やさしくゆったりと

本人の今、内的世界を理解する
相手の気持ちを感じながら
わかりやすい、なじみのある言葉を使う
一度にたくさんを伝えない
相手を敬い、丁寧に伝える
非言語コミュニケーションを有効に
説得ではなく納得を

病気や介護についての正しい知識を持ちましょう
(介護教室・講演会・研修会)

励まし、助け合う仲間を持ちましょう
(介護経験者・介護者のつどい)

家族の他のメンバーや友人や地域の人からの支援を受けましょう

趣味や楽しみの時間を持ちましょう

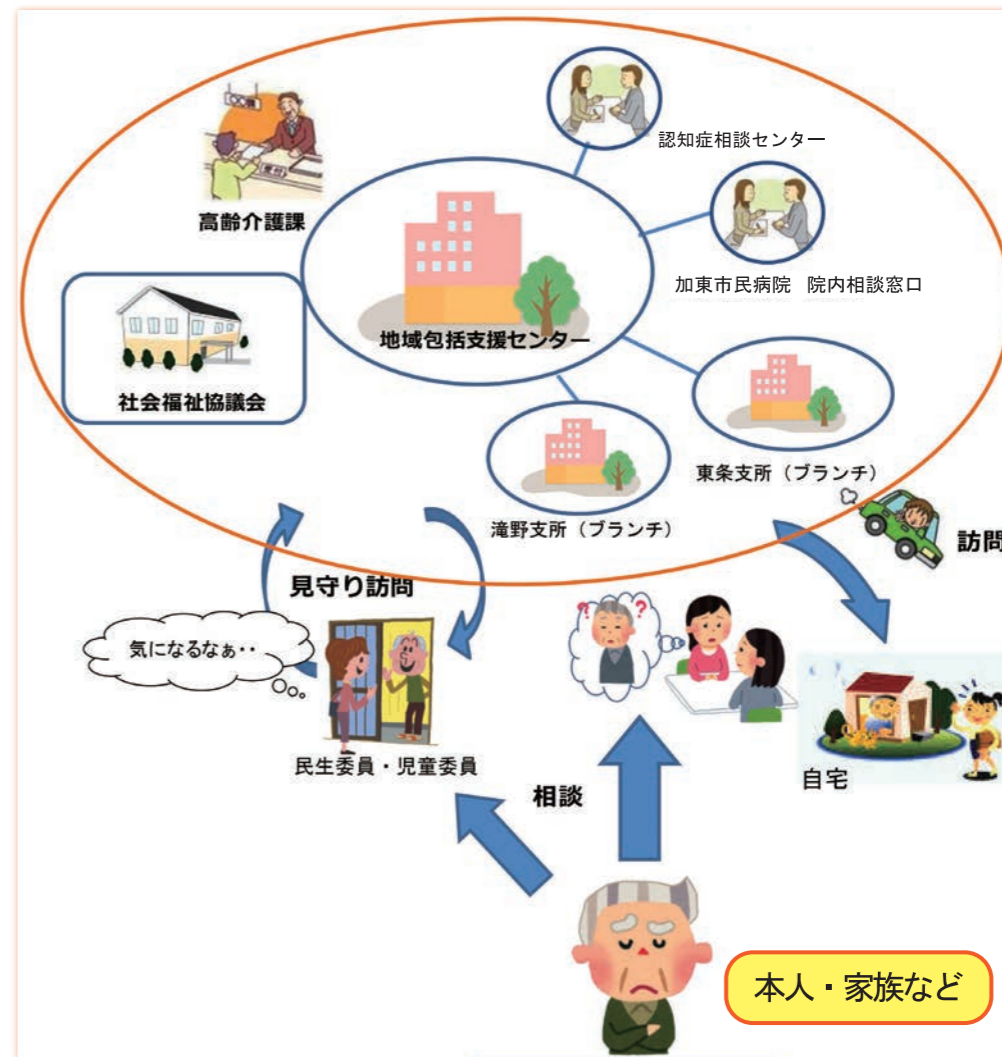
介護者自身の健康管理に気をつけましょう

公的サービスを利用しましょう
(介護保険・障害者制度など)

気負いすぎず、上手に割り切りましょう。一生懸命介護すればするほど、疲れてイライラしてしまいます。発想の転換を!

過去にとらわれず、現実を見つめましょう

家族介護には限界もあります。在宅介護がすべてとせず、本人の状況や家族の状況に応じて介護環境を考えましょう



加東市地域包括支援センター (健康福祉部高齢介護課)

〒673-1493 加東市社 50 番地
TEL.43-0431

ランチ (支所)

滝野支所 (はびねす滝野内)

〒679-0212
加東市下滝野 1283 番地 1
TEL.48-0800

加東市民病院 院内相談窓口

〒673-1451 加東市家原 85 番地
加東市民病院 1 階
TEL.42-5523

東条支所 (とどろき荘内)

〒673-1323
加東市岡本 1571 番地 1
TEL.46-0911

介護疲れはないですか？

認知症の介護をする人は、ストレスを感じていてもうまく発散できなかつたり、ストレスがたまっていることに気が付かないことがあります。しかし、ストレスの蓄積は、こころや体のさまざまな変調となって現れます。下記の項目に該当していないかチェックしてみましょう。

こころが...

- イライラする
- 訳もなく悲しい
- 不安感がある
- やる気が起きない

体が...

- うまく眠れない
- 頭痛や肩こりがある
- 胃腸の調子が良くない
- 体重が減った

普段の行動が...

- 服装に気を使えなくなった
- 外出しなくなった
- 食欲がない・食べ過ぎる・飲みすぎる
- 好きなものに興味がわかなくなった

当てはまるものが多いほど、こころの病気になっている可能性があります。できるだけ早く心療内科などの医療機関を受診しましょう。

介護の負担を軽くするために

介護サービスを利用する

ひとりですべてを背負わず、介護サービスを上手に利用しましょう。無理なく介護を続けられる体制を築くことが大切です。



介護教室に参加する

勉強会などに参加して介助のコツを学んだり、同じ介護の悩みを抱える仲間と気持ちを相談してみましょう。(P15)



睡眠時間を確保する

家族が夜中に起きてうまく眠れない場合は、日中に昼寝をする時間を設けましょう。



自分の健康管理をおろそかにしない

介護者が健康でなければ、決して介護はできません。介護中は介護者の健康管理が後回しになりがちですが、休養、睡眠、食事をしっかりとるように工夫しましょう。



自分なりの気分転換をする

好きな音楽を聴く、散歩をする、好きな飲み物を飲むなど、少しでもリラックスできる時間を作りましょう。

●介護疲れは虐待につながります

認知症介護の過重な疲労やストレスは、介護をする人の冷静な判断力を奪い、要介護者への虐待につながる場合があります。虐待をしてしまっている当事者は、自分が虐待しているという自覚がないことが少なくありません。また、「相手のために」と思ってやっていることが、虐待につながっている場合もあります。

◆認知症相談センター

兵庫県では、県独自の取組として、各市町に認知症相談センターの設置を進められています。認知症の相談や介護保険、生活支援サービスの利用支援を行っております。

加東市にも6ヶ所の認知症相談センターがあります。お気軽にご利用ください。

施設名	住所	電話番号
加東市地域包括支援センター	加東市社 50	0795-43-0431
愛の家認知症家庭介護相談所	加東市南山 3-23-27	0795-47-6510
しんじょ介護なんでも相談所	加東市新定 559-1	0795-46-2100
こみなみうれし野介護なんでも相談所	加東市山国 574	0795-42-7777
マイハウスみのり介護なんでも相談所	加東市河高 2538-1	0795-48-0600
フロイデ滝野介護なんでも相談所	加東市下滝野字高倉 1283-37	0795-48-1726

◆消費者被害・多重債務の相談

加東市 市民協働部 生活環境課 消費生活センター

相談日：月曜日～金曜日 時間：8時30分～17時15分

《問い合わせ先》TEL：0795-43-0502



◆公益社団法人 認知症の人と家族の会（本部）「認知症の電話相談」

電話無料相談 … ☎0120-294-456（フリーダイヤル）

相談日：月曜日～金曜日（土日祝日を除く） 時間：10時～15時

◆ひょうご若年性認知症生活支援相談センター（兵庫県社会福祉協議会）

電話相談…TEL：078-242-0601

相談日：月曜日～金曜日（年末年始・土日祝日を除く）




時間：9時～12時 13時～16時

◆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。兵庫県のホームページに一覧が掲載されています。

	病院名	住所	電話番号
兵庫県 指定	北播磨総合医療センター	小野市市場町 926-250	0794-88-8800
	独立行政法人国立病院機構 兵庫中央病院	三田市大原 1314	079-563-2121 (内線 862)
	地方独立行政法人加古川市民病院機構 加古川中央市民病院	加古川市加古川町本町 439	079-451-8650
	兵庫県立はりま姫路総合医療センター	姫路市神屋町 3丁目 264	079-263-8319
	医療法人公仁会 姫路中央病院	姫路市飾磨区三宅 2丁目 36	079-235-7353
	社会医療法人恵風会 高岡病院	姫路市西今宿 5丁目 3番 8号	079-293-0290
	医療法人敬愛会 大塚病院	丹波市氷上町絹山 513	0795-82-4874
神戸市 指定	医療法人財団光明会 明石こころのホスピタル	明石市藤江 1315	078-923-0877
	※兵庫県のホームページをご参照ください。 https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf29/n_medicalcenter.html		

加東市認知症ケアネット（認知症の経過と対応法）

認知機能の段階	発症前認知症予備群	認知症はあるが日常生活は自立	誰かの見守りがあれば日常生活は自立	日常生活に手助け・介護が必要	常に介護が必要
本人の様子	<ul style="list-style-type: none"> ●探し物が多くなる ●予定や約束を忘れてしまうことがある <p>本人も「なんだかおかしいということに気づいていて、不安でいっぱいになっている場合がある。そのことを認めたくない気持ちから、周囲からの指摘や叱責に過剰に反応する場合がある</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●慣れている家事でも時間がかかるようになる ●何度も同じことを聞いたり言う ●イライラして怒りっぽくなる ●わからなくても話を上手に合わせる 	<ul style="list-style-type: none"> ●お札で支払うので小銭が増える（お金の計算ができなくなる） ●料理の手順がわからず、作れなくなる ●電気製品の使い方がわからなくなる ●今日が何日かわからなくなる ●約束をしたことを忘れる ●「物を盗られた・なくなった」の訴えが多くなる <p>できない体験がたくさん積み重なると、自信を失い、辛い思いばかりが後に残る認知症を疑いはじめる</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●季節に合わせた服を選ぶのが難しくなる ●一人で外出して家に帰れなくなることが増える ●昼夜逆転しやすくなる ●ひとりで買い物に行けない ●家族の顔がわからなくなる 	<ul style="list-style-type: none"> ●着替え、入浴、身の回りのことなどに全面的に手助けが必要 ●物事への関心が少なくなり、表情が乏しくなる ●家の中でも迷うようになる ●要求をすることが難しくなる ●本人からの訴えが少なくなってくる <p>「気持ちいい」、「おいしい」はいつまでも残る感情である</p>
生活のポイント	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症の予防のための生活習慣を心がける（運動やバランスのよい食事など） ●地域の行事に参加する、社会交流をもつようにする、趣味を楽しむ 	<ul style="list-style-type: none"> ●メモを取る ●規則正しい生活パターンを作る ●日頃の会話に季節や日付を感じる内容を入れる ●日光を取り込み、明るさからも昼夜の区別がつくようにする（昼夜逆転の予防） 	<ul style="list-style-type: none"> ●本人にはまだまだできることがある ●昔覚えた事、体で覚えたことは忘れにくいといわれている ●得意なことは本人に任せ、苦手なことを手助けする 	<ul style="list-style-type: none"> ●特に危険な行為は緊急に止める必要があるが、そうでない場合は、なぜそのような行動をするのかの根本的な原因を考え、家族だけでわからない場合は、ケアマネジャーやかかりつけ医等と十分に話をしてみる 	<ul style="list-style-type: none"> ●本人の気持ちを察して介護する必要がある ●話をすることが難しくければ、手を握ってあげるのもよい
家族の気持ち	STEP1 戸惑い・否定	STEP2 混乱・怒り・拒絶	STEP3 割り切り	STEP4 受容	
ご家族へ	<p>認知症の疾患や介護について理解しましょう 間違った対応や介護は、本人の症状を悪化させる原因にもなります。認知症を正しく理解し、関わる人がうまく対応することで、穏やかな経過をたどることも可能です。 →認知症サポーター養成講座を受講しましょう。 いつもと違う、何か様子がおかしいと思ったら早めにかかりつけ医などに相談しましょう</p>	<p>近い親戚家族や本人の親しい友人に病気のことを伝えておきましょう 記憶障害の影響で、約束を忘れたり、電話の要件が伝えられないこともあります。また、病気のことを知らないために、心もとない言葉かけられ、本人が傷ついている場合もあります。病気であることを理解してもらうことが大切です。 本人にまだまだできることがあります 得意なことは本人に任せ、苦手なことを手助けし、できるだけ失敗を防ぎ、本人が傷つかないようにしましょう。</p>	<p>介護サービスを利用したり、家族の集いの場などを利用しましょう 薬の管理や入浴、リハビリなど、介護保険制度を利用できます。家族が休息する時間をとったり、ご本人が家族以外の人への介護に慣れておくと、いざというときに戸惑わずに済みます。 戸惑う様な出来事が重なって、家族が最も苦しむ時期です。介護職員の力や経験者の知恵をうまく借り、負担を抱え込まないようにしましょう。</p>	<p>認知症が進行した後の心づもりと備えを 最期の時期をどこで迎えるか、延命措置や栄養補給、医療をどの程度行うか、入院するかなどを、本人の視点に立って相談しておきましょう。</p> 	
予防と気づき	元気な時にやっておくこと	ホットミーティング 認知症サポーター養成講座 (P.1)			
交流の場	交流を持つ	認知症を予防するポイント (P.12) 物忘れ相談プログラム (P.16)			
見守り家族支援	普段から挨拶しあう関係を創る	かとうまちかど体操教室 (P.13) 物忘れ予防カフェ (P.14) 回想法 (P.17)			
在宅で利用できるサービス	ゴミ出しを声かけながらする	物忘れ予防カフェ (P.14)			
住まい		若年性認知症・認知症の本人と家族の会 (P.15) ふまねつと運動 (P.17) 認知症家族介護者のつどい (P.15)			
医療	かかりつけ医を持つ	わん わんパトロール (P.17) ひとり外出見守り・SOSネットワーク (P.18) どこシル伝言板・おでかけ安心GPS事業 (P.19)			
相談先	隣人や別居家族とつながっておく	各種総合事業サービス 居宅介護支援事業所・各種介護保険サービス (P.26～29)			
		デマンド型交通・タクシー利用券助成事業・日常生活用具給付・配食サービス・緊急通報システム・人生いきいき住宅助成事業 介護用品の支給事業			
		有料老人ホーム・サービス付き高齢者住宅 認知症対応型共同生活介護・介護老人保健施設・介護老人福祉施設 (P.26～29)			
		医療機関・歯科医院・保険薬局 (P.20～25) 認知症疾患医療センター (P.9)			
		地域包括支援センター・ランチ (P.7) 認知症相談センター (P.9) 認知症初期集中支援チーム (P.16) 認知症の人と家族の会・ひょうご 若年性認知症生活支援相談センター (P.9)			

●認知症の経過と対応法について

●認知症の経過と対応法について

認知症を予防するポイント

その1 食事



栄養の低下は、老化を早めます。
* 脳のためにも、食後の口腔ケアを忘れずに

糖尿病、高血圧症、高脂血症などの持病はきちんと治療しましょう。必要なら服薬を欠かさないうこと。定期的に受診すること。

糖バランスのよい食生活を。偏った食事をしない。食べ過ぎないこと。魚や野菜・海藻を中心に。

その2 運動



身体を動かしましょう!

手足を動かしながら、頭を使うと効果がありますので、計算やしりとりをしながら散歩をしましょう。
楽しく勇躍体操でストレッチしましょう。
* 大きな深呼吸をすると肺炎も予防できます

規則正しい生活をしましょう。
早寝早起き。
昼寝は短時間で。
散歩や外出しましょう。

その3 交流



玄関から、庭先に出て季節を感じましょう。
* 外へ出るために、服装を整えることは、脳に刺激を与えることにつながります。

趣味、人づきあい、家事、旅行など、積極的な生活をしましょう。運動も効果的。

よく動き 早寝早起き
バランスの良い食事を腹八分目
自分でできることは自分でする

かとうまちかど体操教室

毎週1回、ビデオ (DVD) を見ながら取り組むだけ! 誰でもカンタン筋力アップ!

あなたも参加しませんか?

まちかど体操教室は、高齢者の方の筋力アップや認知症・閉じこもり予防を目的に、グループで毎週1回、体操を続けていただくものです。市では、定期的なサポートを行っています。

運動指導士・理学療法士・栄養士・歯科衛生士・保健師・看護師などの専門職がアドバイスします!

KCVで

(加東ケーブルビジョン)
月～土曜日: 7時・11時・15時・19時・23時
日曜日: 10時・19時に「体操の時間」を放送しています。

① 楽しく勇躍体操 (3分)

加東市応援歌に合わせて体を伸ばすストレッチ体操

② いきいき百歳体操 (23分)

歩行や階段の上り下り、布団からの起き上がりなどに使う筋肉に効果的な体操で、転倒予防になります!

テレビ (DVD) を観ながら、ゆっくりと音楽に合わせて行う体操です。イスに座りながら、1つ 200gのおもりを自分に合った数だけ手首や足首に巻きつけて行います。



かとうまちかど体操教室
実施グループの拡がり

65ヶ所で実施中!

※令和8年1月現在

※参加ご希望の方は、市役所まで連絡ください。
加東市健康福祉部高齢介護課 TEL.0795-43-0440
※高齢介護課に詳細を記載したチラシがあります。

社地域

1. 明治館①
2. 社1区公民館
3. 社4区公民館
4. 大門公民館
5. 梶原公民館
6. 平木公民館
7. 窪田隣保館
8. 明治館②
9. 上田公民館
10. 屋度公民館
11. 西古瀬公民館
12. 東実公民館
13. 東古瀬公民館
14. 下久米公民館
15. 上三草公民館
16. 西垂水公民館
17. 上中公民館
18. 喜田公民館
19. 上久米公民館
20. 山国公民館
21. 家原公民館
22. 久米公民館
23. 上鴨川公民館
24. ひろのが丘公民館
25. 出水公民館
26. 野村公民館
27. 鳥居公民館
28. 湖翠苑
29. 社ショッピングパーク Bio

滝野地域

30. さんあいセンター
31. 下滝野公民館
32. 高岡コミュニティセンター
33. 河高交流センター
34. 上滝野公民館
35. 曾我公民館
36. 穂積地区集落センター
37. 北野コミュニティセンター
38. 多井田公民館
39. 稲尾地区集落センター
40. 新町研修センター
41. 光明寺地区集落センター

東条地域

42. 東条公民館①
43. 天神公民館
44. 横谷公民館
45. 吉井公民館
46. 南山活性化支援施設
47. 新定公民館
48. 藪公民館
49. 松沢公民館
50. 厚利公民館
51. 森公民館
52. 大畑公民館
53. 小沢公民館
54. 東垂水公民館
55. 古家公民館
56. 岡本公民館
57. 嬉野東集会所
58. 森尾公民館
59. 岩屋公民館
60. 常田公民館
61. 栄枝公民館
62. 黒谷公民館
63. 西戸公民館
64. 東条公民館②
65. 長谷公民館

物忘れ予防カフェ

厚生労働省は、認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）で、「認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくり」の推進を掲げています。

加東市の「物忘れ予防カフェ」は、「認知症の人を介護する家族の負担の軽減を図るため、認知症の人とその家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき集える場」。認知症の本人や家族が地域で悩みを相談したり、認知症ではないかと不安を抱く人や初期の認知症の人や家族が気軽に立ち寄り交流できる場として、地域の公民館や事業所、民家等で広がってきています。

つながれ！かとうの輪

超高齢化社会の進展に備えて、誰にとっても居心地のいい場所をあなたの身近な地域にみんなで作っていきましょう…



地域	カフェの名称	電話番号	場所・住所	日時	その他
社	①物忘れ予防カフェ「窪田」	43-0431 市高齢介護課	窪田隣保館	毎週第3水曜日 9:30~11:00	
	②物忘れ予防カフェ「西古瀬」	43-0431 市高齢介護課	西古瀬公民館	毎週木曜日 9:30~11:00	
	③物忘れ予防カフェ「山国」	43-0431 市高齢介護課	山国公民館	毎週第4木曜日 13:30~15:30	
	④物忘れ予防カフェ「池之内」	43-0431 市高齢介護課	池之内公民館	毎月第2月曜日 13:30~15:00	
	⑤絆カフェ すみれ	43-0222	社すみれ園	毎月2回	※送迎あり
	⑥絆カフェ たんぼぼカフェ	43-0431 市高齢介護課	個人宅	毎月第1・3木曜日 13:30~15:30	参加費 300円
	⑦絆カフェ ~Smile(スマイル)~	43-0431 市高齢介護課	平木公民館	毎月第3月曜日・第2土曜日 10:00~12:00	
滝野	⑧絆カフェ マイハウスみのり「オレンジカフェ」	48-0600	加東市河高2538-1 マイハウスみのり	毎月第3火曜日 14:00~16:00	
	⑨「気ままカフェふらっと」※若年性認知症予防カフェ	42-4583	加東市沢部613 JAみのり加東ケアセンター	毎月第2日曜日 14:00~16:00	参加費 200円
	⑩喫茶サロン「こもれび」	48-1726	加東市下滝野 字高倉1283-37 フロイデ滝野	毎月最終金曜日	参加費 300円
	⑪絆カフェ エンゼルみわちゃんカフェ	38-7633	加東市上滝野2418-2 つだ薬局滝野店	毎月第4木曜日 14:00~16:00	
東条	⑫絆カフェ 愛の家	47-6510	愛の家グループ ホームとうじょう	毎月第2水曜日 14:00~16:00	
	⑬絆カフェ しんじょカフェ	46-2100	新定公民館	2~3カ月に1回 火曜日 10:30~11:30	参加費 100円

若年性認知症 & 認知症の本人と家族の会

若年性認知症・・・

認知症は加齢とともに発症するリスクが高くなる病気のため、高齢者の病気だと思われがちですが、65歳未満で発症する場合があります「若年性認知症」と呼びます。働き盛りの40～50歳代で発症することで、経済的・心理的影響が大きく、心身の負担があることが特徴です。仕事の継続や退職については、ご本人や家族・かかりつけ医や産業医と十分に相談しながら考えていきましょう。また、利用できる福祉制度もあります。

「認知症かも？」と気づいた場合は、かかりつけ医にまず相談することが大切です。また、住民一人ひとりが若年性認知症についての知識や理解を深め、本人や家族が暮らしやすい地域をつくっていきましょう。

●介護者のつどい

介護者のつどいは、介護している方や介護経験者が集まり、介護に関する悩みや経験を共有し、情報交換や交流を行う場です。悩みや不安をひとりで抱え込まずに、一緒に考えてみませんか。共感できる仲間が心の支えになることもあります。

名称	電話番号	活動場所	活動内容
「気ままカフェ ふらっと」 ※若年性認知症予防カフェ	42-4583 (JAみのり加東 ケアセンター)	沢部613	近況報告や情報交換
介護者のつどい	42-2006 (加東市社会福祉協議会)	社福祉センター 社26	近況報告や情報交換

集まれ！ かとうの絆



物忘れ相談プログラム

物忘れ相談プログラムを活用しましょう

自分の「物忘れ」を自分でチェックすることで、適切な健康管理や必要な診断治療に結びつくきっかけとなるよう「物忘れ相談プログラム」を活用しています。この結果を参考に、認知症予防についての保健指導を受けたり、介護予防教室に参加するなど日頃の自分の健康管理にお役立てください。

操作は簡単!
画面に手を
ふれるだけ

5分で
終了

無料
です



【物忘れ相談プログラムの設置場所】

- 常に設置しています
 - ・地域包括支援センター相談窓口を設置
 - ・加東市民病院に設置
- イベント等で体験していただけます
 - ・まちぐるみ総合健診等で設置

貸し出しや持ち出しの希望があれば、地域包括支援センターにお問い合わせください。

年に1回以上は自己チェックをしましょう。



認知症初期集中支援チーム

認知症初期集中支援チームとは、認知症のサポート医師と保健師、看護師、作業療法士、社会福祉士などの専門職がチームを組んで、本人が落ち着いて自宅で過ごせるように、生活や介護などの相談に応じます。

●対象者：40歳以上で、自宅で生活しており、認知症（かもしれない）症状などでお困りの方

例えば、このようなこと（症状）で困っていませんか？

- ・物忘れが急に進んできたように感じ、今後のことが心配です。
- ・見えない物が見えたり、夜間、寝ないでゴソゴソしています。
- ・お医者さんに診てもらいたいけれど、本人が病院に行きたがりません。

●費用：無料

●支援の流れ

- ①相談者から対象になる方の状況や相談内容を聞き取りします。
- ②聞き取った内容を基に、対象になる方を訪問します。
- ③認知症初期集中支援チームで話し合い、適切な介護サービスや医療機関を紹介したり、支援します。



お気軽にご相談ください

加東市地域包括支援センター（高齢介護課内）
TEL (0795) 43-0431

ふまねっと運動



ふまねっと運動では、大きな網の目を踏まないようにゆっくりと慎重に歩きます。自分のペースで行え、歩行時のバランスの改善や認知機能の改善が期待できる簡単な介護予防運動です。

※出前講座を行いますので、加東市健康福祉部高齢介護課までお問い合わせください。

回想法



昔の懐かしい思い出を語り合うことで脳が刺激され、認知症の予防に役立つと言われてます。回想法は、認知症高齢者を前向きな気持ちに導く心理社会的介入方法の技術の一つです。

加東市では、平成23年度から「回想法」を取り入れ、地域や介護保険施設等で実践しています。

地域に職員を派遣したり、話題づくりとなるよう懐かしい昔の道具を貸し出しています。

地域や施設等で回想法をしたい団体は、高齢介護課までご相談ください。

WAN WAN

わんわんパトロール

わんわんパトロールは、「お互いさま」の地域をつくるために、毎日の愛犬との散歩中に、できるだけ温かい目配りや気配りをお願いするものです。もし、ご近所で気になる方を見かけられたら、温かい声かけをお願いします。そして、心配に思われた場合は、ぜひ加東市健康福祉部高齢介護課までご連絡ください。



愛犬とお散歩ついでに見守りをお願いします!

生活環境課が実施している飼犬の狂犬病予防注射受付時に、案内チラシと啓発グッズ（見守り声かけ啓発のキャッチコピーを印字した軍手）をお渡しします。



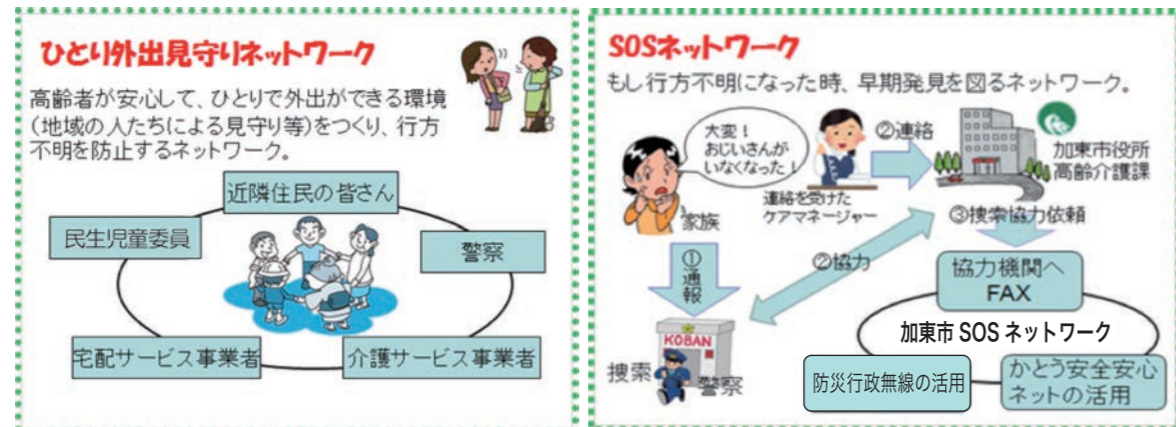
ひとり外出見守り・SOSネットワーク

加東市では、認知症の（かもしれない）人が安心・安全に外出することを支援するため「ひとり外出見守りネットワーク・SOSネットワーク」を運用しています。

また、行方不明が発生したときに、早期発見に繋がるしくみを構築しています。

「道に迷ってしまう」「家の場所が分からなくなる」等の心配のある方は、ぜひご登録ください。

【ひとり外出見守りネットワーク・SOSネットワークの目的】



【ひとり外出見守り・SOSネットワークへの登録方法について】

担当の介護支援専門員（ケアマネジャー）、加東市地域包括支援センター職員、または、市高齢介護課にご連絡ください。

加東市ひとり外出見守りネットワーク個人票を作成

【事前登録内容】

氏名（旧姓）、生年月日、住所、緊急連絡先、身体的特徴（身長、体重、足のサイズ、ほくろの位置等）、最近の写真（顔と全身）、血液型、外出コース など

【裏面 見守り支援連絡票】

家族・親族、立ち寄り先協力依頼、店舗・近隣住民、介護サービス事業者 など

【その他】

地図や関連情報を添付

関係者で話し合い（ネットワークの目的と協力機関の確認）

本人と地域とのつながりを把握します。

本人や家族の理解を得た上で、散歩ルートやよく行く場所、外出の目的を確認するとともに、その周辺のお店や施設の人、近所の人などに見守りや声かけ、異変（様子がおかしい、いつものルートと違うなど）を感じた場合に家族への連絡をお願いするなど、一人ひとり地域の見守り体制を検討します。

登録

市高齢介護課

情報提供

市社会福祉協議会

民生児童委員

市防災課

加東警察署・駐在所

担当介護支援専門員

▶どこシル伝言板（QRコード付き見守りシール）

認知症等で見守りが必要な方を対象に、QRコード付き見守りシールを1人につき30枚、無料で交付しています。ひとり外出見守り・SOSネットワーク登録と同時に申請することをおすすめします。見守りシールは、服、帽子、鞆、杖などに貼ります。



動画で確認!

このシールに気づいてください。
あなたの支援が必要な方です。



対象者が行方不明になった際に、発見者がスマートフォン等で衣類などに貼った見守りシールのQRコードを読み取ると、「どこシル伝言板」につながり、かつ家族等介護者へ瞬時に発見通知メールが届きます。発見者は伝言板に記載されている本人のニックネームや対応時の注意点を確認できます。発見者と家族等は伝言板上でやりとりできるので、発見から保護まで迅速に行えます。

※発見者の個人を特定する情報は相手には表示されませんのでご安心ください。

お問い合わせ先

〒673-1493 加東市社 50 番地

加東市地域包括支援センター（高齢介護課内） ☎0795-43-0431 まで

おでかけ安心GPS事業

認知症の方やそのご家族が安心して暮らせるよう見守りに対する助成事業です。

- ・GPS機能付きの位置検索機器の購入費用の一部を助成します。
- ・認知症等により「ひとり外出」の心配がある方を見守ることで、ご家族に安心を届けます。

《対象者》下記のいずれにも該当する方を介護されているご家族

- (1) 40歳以上で加東市内に住所を有する方
- (2) 認知症による「ひとり外出」の心配がある方
- (3) 在宅で生活されている方

※ただし、対象者世帯の生計中心者の市町村民税所得割額が98,400円を超える場合は対象となりません。

《助成内容》

GPS機能付きの位置検索機器を新たに購入等される場合、その費用の一部を助成します。

※ただし、対象となる方1人につき、1回の助成となります

- (1) 機器及び付属機器の購入又はレンタル費用（初回に係る費用に限ります。）
- (2) 新規契約に必要な加入手数料又は登録手数料

※補助金額は上限78,100円（消費税込）で、対象者世帯の生計中心者の所得の状況により、助成額が異なります。

●お問い合わせ

加東市健康福祉部高齢介護課（庁舎1階） 〒673-1493 加東市社 50 番地 TEL.0795-43-0440

●認知症の経過と対応法について

●医療機関●

(☆: 小野市・加東市医師会の協力により作成)

番号	医療機関名	住所	電話番号	標榜科目	設備			
					スロープあり	段差なし	EVあり	車いす対応トイレあり
☆ ①	井上医院	沢部 174-1	42-1190	内・小児・リハ	○	○		○
☆ ②	うらべ耳鼻咽喉科医院	上中 2-24	42-5537	耳	○	○		
☆ ③	嬉野診療所	山国 2014-239	42-8477	内・外・リハ	○			○
☆ ④	加東市民病院	家原 85	42-5511	内・神内・呼内・消内・ 循内・小児・外・整外・ 泌・皮・婦・眼・耳・放 ・リハ・麻	○	○	○	○
☆ ⑤	坂本医院	上中 3-29	42-6660	内・呼内・消内・循内 ・糖内	○	○		
☆ ⑥	曾野医院	東古瀬 20-1	42-6299	内・小児・リハ	○	○		○
☆ ⑦	ふるもとクリニック	社 105-6	40-0202	内・消内・外		○		○
☆ ⑧	松原メイフラワー病院	藤田 944-25	42-8851	内・外・整外・リハ・ リウマチ	○	○	○	○
☆ ⑨	まつむら泌尿器科	上中 3-48	42-7830	泌	○	○		○
☆ ⑩	森下クリニック	社 512-1	42-0024	内・小児	○	△		○
☆ ⑪	門田眼科医院	上中 3-56	43-0101	眼	○	○		○
☆ ⑫	山形整形外科	上中 2-73	42-3215	整外・リハ・リウマチ ・麻	○	○	○	○
☆ ⑬	吉川医院	社 823	42-0105	内				
☆ ⑭	加茂病院	北野 713	48-3208	心療内科・精神科	○	○	○	○
☆ ⑮	田淵医院	新町 180	48-0160	内・呼内・消内・循内 ・小児・リハ	○	○		
☆ ⑯	ますむら医院	上滝野 613-1	48-0704	内・神内・心内・外・ 脳外・リハ	○	○		○
☆ ⑰	青山医院	吉井 696-1	46-0321	内	○	○		○
☆ ⑱	神医院	森 878-1	47-0144	内・小児		○		○
☆ ⑲	東条診療所	新定 559-1	46-0048	内・呼内・循内・外・ リハ	○	○		○
☆ ⑳	やすらぎの森診療所	新定 707-1	40-8100	内・循内・小児・整外 ・泌・皮・眼	○	○		○

△ = (場所によって一部段差あり)

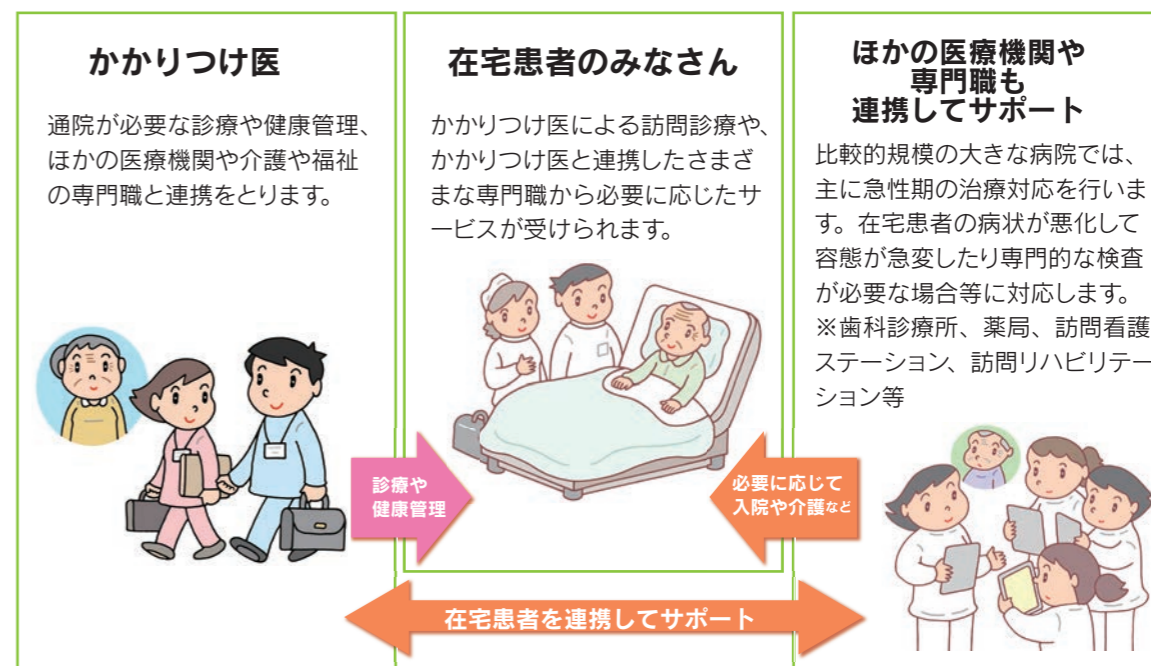
※訪問診療・訪問看護については、かかりつけ医にご相談ください。

番号	医療機関名	住所	電話番号	標榜科目	設備			
					スロープあり	段差なし	EVあり	車いす対応トイレあり
☆ ㉑	サンスマイル診療所	北野 55-1	48-5852	内		○		○
☆ ㉒	さくら内科クリニック	下久米 580-1	44-1588	内・循内・糖内・小児	○	○		○
㉓	社田仲クリニック	東古瀬 98-1	42-8515	内・整外・人工透析		○	○	○
☆ ㉔	こざる皮膚科クリニック	社 117-1	40-2121	皮・アレルギー	○	○		○
☆ ㉕	たきの眼科クリニック	上滝野 2406	48-9000	眼	○	○		○
☆ ㉖	こどもとおとなの M&Hクリニック	上滝野 2418-1	48-1192	小児・内・循内		○		○

わがまちの 目指す姿

医療や介護が必要になっても つながりのある住み慣れた場所で
安心して自分らしい暮らしを続けられるまち

高齢になってもわが家で安心して医療を受けられる仕組みが「在宅医療」です。



～かかりつけ医を持ちましょう～

「かかりつけ医」はみなさんの病歴や状態を把握しているので、病気の際はもちろん、普段の健康管理や服薬管理など、継続した医療の面での支えとなってくれます。

● 歯科医院 ●

(☆: 小野加東歯科医師会の協力により作成)

番号	医療機関名	住所	電話番号	標榜科目	訪問診療	設備			
						スロープあり	段差なし	EVあり	車いす対応トイレあり
☆ ①	磯貝歯科医院	木梨 1134-252	42-1345	一般・小児・ 口腔外科・ 矯正・審美	○		○	○	○
☆ ②	小野歯科医院	社 903-1	42-7781	一般・小児・ 矯正・審美	○	○	○		
☆ ③	栗林歯科医院	社 1546-1	42-0431	一般・小児	○	○	○		
☆ ④	服部歯科医院	社 102-9	40-2471	一般					
☆ ⑤	原歯科医院	社 478-1	42-0274	一般	△		○		
☆ ⑥	ふくおか歯科	社 378-25	42-6405	一般・小児・ 口腔外科・ 矯正・審美	○	○			
☆ ⑦	藤原歯科医院	沢部 623	42-1065	一般・小児	○	○			
☆ ⑧	うちだ歯科医院	北野 161	48-4884	一般・小児・ 審美	○	○	○		
☆ ⑨	まりん歯科	下滝野 5-23	48-0223	一般・小児・ 口腔外科・ 審美	○	○	○		
☆ ⑩	藤原歯科クリニック	新町 298-3	40-5353	一般・小児		○	○		○
☆ ⑪	本荘歯科医院	高岡 675-1	48-5552	一般・小児	○				
☆ ⑫	網田歯科医院	天神字鳥居/内 446-1	47-1158	一般					
☆ ⑬	はりま天神歯科医院	天神 251-4	47-0901	一般・小児	○				
☆ ⑭	山田歯科医院	喜田 254-1	42-6302	一般・小児・ 口腔外科・ 審美	○	○	○		
☆ ⑮	津田歯科医院	上滝野 835	48-5088	一般・小児・ 口腔外科・ 矯正・審美	○	○		○	○
☆ ⑯	ミライノデンタルクリニック	上中 3-5	公式LINEから お願いします	一般・小児・ 口腔外科・ 矯正	○	○			

△ = (要相談)

● 保険薬局 ●

(☆: 小野市加東市薬剤師会の協力により作成)

番号	保険薬局名	住所	電話番号	業務内容	在宅 対応	設備			
						スロープあり	段差なし	EVあり	車いす対応 トイレあり
☆ ①	アスナロ調剤薬局	上中3-30-2	42-8600	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	○	○			
☆ ②	アスナロ調剤薬局南店	上中3-55	43-0255	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料	△	○	○		
☆ ③	さつき薬局	上中2-23	42-8741	保険調剤 一般医薬品販売			○		
☆ ④	佐保堂調剤薬局	社508-2	42-8107	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	△	○			
☆ ⑤	社・神野調剤薬局	上中2-72	42-8511	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料					
☆ ⑥	オレガノ薬局	藤田944-26	40-2626	保険調剤 医療材料	○	○			
☆ ⑦	フロンティア薬局加東店	家原86-5	42-8110	保険調剤 一般医薬品販売	○	○			○
☆ ⑧	あんず薬局	社96-1	43-8311	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	○		○		○
☆ ⑨	ライフ薬局東条店	新定559-1	40-8555	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	○	○	○		○
☆ ⑩	みらい薬局	上滝野612-1	40-5020	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料	△	○	○		
☆ ⑪	ウエルシア薬局 加東上中店	上中3-13	43-9062	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	○		○		○
☆ ⑫	あさひ薬局 メイフラワー店	藤田944-633	27-8688	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料	○		○		○
☆ ⑬	こもれびの森薬局	新定707-3	40-8500	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料	○	○	○		○
☆ ⑭	ウエルシア薬局 加東東条店	天神260	47-5222	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	○				
☆ ⑮	アルカ滝野薬局	上滝野2405	48-1002	保険調剤	○	○	○		○
☆ ⑯	ハートフル薬局	東実751-57	43-8234	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	○	○	○		○
☆ ⑰	つだ薬局 滝野店	上滝野2418-2	38-7633	保険調剤・一般医薬品販売 医療材料・地域の総合相談窓口 多職種連携・認知症早期発見4DAS ヘルスプロモーション	△		○		○
☆ ⑱	あかね薬局 下久米店	下久米579-4	20-1987	保険調剤 医療材料 高度医療機器	△		○		○
☆ ⑲	イオン薬局 社店	社1126-1	39-0009	保険調剤 一般医薬品販売 医療材料 高度医療機器	○	○	○	○	○

△ = (要相談)

● 医療機関・歯科医院
・ 保険薬局

● 医療機関・歯科医院
・ 保険薬局

●介護保険サービス事業者●

施設の種類	番号	事業所名	住所	電話番号
訪問介護	①	JAみのり 加東ケアセンター	沢部 613	42-4583
	②	加東市社会福祉協議会訪問介護事業所	社 25	21-9024
	③	ライヴリフードサポート きよふく	社 1536-1	38-7072
	④	訪問介護ステーション だいだい	上滝野 2331 明和会館 2 階	48-5888
	⑤	伽の里ホームヘルプサービス	天神 608	47-5502
	⑥	Get 訪問介護 岡本	岡本 1538	40-8388
	⑦	訪問介護ステーション きらっと	天神 535	20-2191
訪問看護	⑧	よつば訪問看護ステーション	下久米 1344-1	20-8188
	⑨	加東市訪問看護ステーション	家原 85 加東市民病院内	42-4164
	⑩	訪問看護ステーションえん	社 1140	42-5569
	⑪	いりり訪問看護ステーション	下滝野 1 丁目 136	38-8749
	⑫	訪問看護ステーションでいご加東	山国 2014-79 アルファ嬉野 104 号	27-8585
	⑬	かかりつけ訪問看護ステーション にこっと	天神 535	20-2191
	⑭	さくら訪問看護ステーション	上三草 958-81	27-7067
訪問リハビリ	⑮	サンスマイル北野 (訪問リハビリ)	北野 55-1	48-2666
	⑯	松原メイフラワー病院 (訪問リハビリ)	藤田 944-25	42-8851
通所介護	⑰	メイフラワーデイサービス	屋度 736-262	42-1083
	⑱	社すみれ園デイサービスセンター	藤田 944-27	43-0222
	⑲	はびねす滝野通所介護事業所	下滝野 1283-1	21-9034
	⑳	フロイデ滝野デイサービスセンター	下滝野 1283-37	48-1726
	㉑	加東市東条デイサービスセンター	岡本 1571-1	46-0913
	㉒	伽の里デイサービスセンター	天神 608	47-5500
通所リハビリ	㉓	ケアホームかとう (通所リハビリ)	家原 130	42-5177
	㉔	サンスマイル北野 (通所リハビリ)	北野 55-1	48-2666
	㉕	松原メイフラワー病院 (通所リハビリ)	藤田 944-25	42-8851
短期入所生活介護	㉖	社すみれ園 (短期入所生活介護)	藤田 944-27	43-0222
	㉗	フロイデ滝野 (短期入所生活介護)	下滝野 1283-37	48-1726
	㉘	伽の里ショートステイサービス	天神 608	47-5500
短期入所療養介護	㉙	ケアホームかとう (短期入所療養介護)	家原 130	42-5177
	㉚	サンスマイル北野 (短期入所療養介護)	北野 55-1	48-2666
福祉用具	㉛	まつおか	社 1183-2 マワツ社 102 号	42-1294
	㉜	ももふく	下滝野 1285-23	20-0030

施設の種類	番号	事業所名	住所	電話番号
地域密着型通所介護	①	デイホームあやとり	野村 894	42-6320
	②	みくさ介護ステーション	上三草 958-81	40-2777

施設の種類	番号	事業所名	住所	電話番号	
地域密着型通所介護	③	四つ葉さがし通所介護事業所	下久米 1344-1	44-3585	
	④	リハ&ケアステーション ハッピースマイル	下滝野 1285-23	20-0031	
	⑤	デイサービス ふく福	社 1536-1	38-7062	
	⑥	デイハウス憩い	新町 231	45-9511	
	⑦	デイサービス大樹	黒谷 1206-193	47-5016	
	⑧	四つ葉さがし南山通所介護事業所	南山 5-19-6	21-1497	
	認知症対応型共同生活介護	⑨	社すみれホーム	藤田 944-27	43-0222
		⑩	愛の家グループホームとうじょう	南山 3-23-27	47-6510
小規模多機能型居宅介護	⑪	小規模多機能ホーム こみなみうれし野	山国 574	42-7777	
	⑫	在宅支援小規模多機能 マイハウスみのり	河高 2538-1	48-0600	
	⑬	小規模多機能型居宅介護事業所 しんじょ	新定 559-1	46-2100	
定期巡回・随時対応型訪問看護	⑭	JAみのり 加東ケアセンター	沢部 613	42-4583	
	⑮	定期巡回こみなみうれし野	山国 574	42-7777	

施設の種類	番号	事業所名	住所	電話番号
介護老人福祉施設	①	特別養護老人ホーム 社すみれ園	藤田 944-27	43-0222
	②	特別養護老人ホーム フロイデ滝野 (地域密着型含む)	下滝野 1283-37	48-1726
	③	高齢者総合ケア福祉施設 伽の里	天神 608	47-5500
特定施設入居者生活介護施設 (サービス付き高齢者住宅)	④	緑陽館	北野 55-2	45-9070
介護老人保健施設	⑤	加東市介護老人保健施設 ケアホームかとう	家原 130	42-5177
	⑥	介護老人保健施設 サンスマイル北野	北野 55-1	48-2666

番号	事業所名	住所	電話番号
①	JAみのり加東ケアセンター	沢部 613	42-4583
②	介護の杖 おりこ	木梨 1356-243 サンライフMII 203 号	080 1445-8924
③	メイフラワープラン	屋度 736-262	42-1085
④	みくさ介護ステーション	上三草 958-81	40-2777
⑤	居宅介護支援事業所 社すみれ園	藤田 944-27	43-0222
⑥	居宅介護支援事業所 chouEtte (シュエット)	社 1443-4	43-8162
⑦	四つ葉居宅介護支援事業所	下久米 1344-1	20-9410
⑧	健陸会居宅介護支援事業所 (フロイデ滝野)	下滝野 1283-37	48-0010
⑨	サンスマイル北野居宅介護支援事業所	北野 55-1	45-9072
⑩	ケアプラン大樹	黒谷 1206-193	47-5019
⑪	伽の里介護相談センター	天神 608	47-5503
⑫	オリーブ加東居宅介護支援事業所	社 1213-4 駒ビル 1 階	27-7371

●介護保険サービス事業者

居宅サービス

地域密着型サービス

施設等

居宅介護支援事業所

●介護保険サービス事業者