

若年性 認知症の キホン

65歳までに

もの忘れが気になったら
読むガイドブック

あなたの気になることを、ご案内します

- どこに相談したらいいの？
- 仕事や生活はどうなるの？
- 悩みや情報を共有できる仲間は見つかる？
- 65歳まででも受けられるサービスはあるの？



明石市

はじめに

この冊子は、生活や体調の変化などにより、若年性認知症について疑いをもった人が相談できる窓口や医療機関、若年性認知症の人が利用できる制度やサービス等を紹介しています。

この冊子を手にとった人が、早期の気づき・早期治療につながり、認知症の進行を遅らせたり、今後の暮らしについて安心していただけるよう願っています。

早めに医療機関や相談窓口につながると、こんなメリットがあります。

- **治療**で症状が**改善**する場合があります。
- **進行を遅らせる**ことが可能な場合があります。
- できるだけ早く診断を受けることによって、**諸制度を早く利用**することができます。
- 症状が軽い段階から、生活等の**準備**をすることができます。



このようなサインは認知症の可能性があります。

(出典 兵庫県・兵庫県社会福祉協議会発行「若年性認知症を知っていますか？」)

仕事や生活の場面での変化

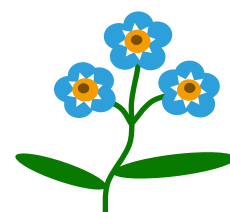
- スケジュール管理**が適切にできない
- 仕事で**ミス**が目立つ
- 複数の作業**を同時並行で行えない
- 段取り**が悪くなり、作業効率が低下する
- 取引先との書類を忘れるなど、**もの忘れ**に起因するトラブルがある
- 物を探している**ことが多くなる
- 降りる駅**を間違える
- 服の組み合わせ**がおかしくなる
- 家族との会話中**の意味を間違え険悪になる
- お金**を無計画に使うようになる

うつや体調不良と間違われやすい症状

- 夜眠れない**
- やる気**が出ない
- 自信**がない
- 運転**が慎重になった
- 趣味**への関心がうすれた
- 頭痛、耳鳴り、めまい**がする
- イライラ**する
- 考え**がまとまらない

目次

 相談・支援の流れ	4
 認知症かな？ と思ったら	6
■医療機関への相談 ■相談窓口	
 精神障害者保健福祉手帳	10
 経済的な支援等	11
■社会保障制度 ■医療費 ■その他	
 仕事に関する支援	16
■就労の継続 ■退職後の再就職、就労 ■当事者家族のための制度	
 当事者や家族が交流できる場	18
■若年性認知症家族会「ひまわり」参加者から、あなたへ	
 認知症の人と家族が利用できる制度・サービス	22
■介護保険サービス ■障害者総合支援法によるサービス	
■その他の制度、サービス	
 困ったときの相談、情報収集等	26
■相談窓口 ■パンフレット、ガイドブック等	



相談・支援の流れ

診断まで

認知症の診断を受けてから



医療機関への相談

- ・かかりつけ医への相談(P6)
- ・診断費用等の助成(P6)
- ・医療機関の受診(P7-8)



情報の収集

- ・情報の収集(P8-9,P26)
- ・パンフレット等(P27)

認知症を疑ったら



認知症と診断されたとき



各種サービスを利用するための認定・交付

- ・精神障害者保健福祉手帳の取得(P10)
- ・要介護認定(P22)



経済的な支援を受ける

- ・健康保険 傷病手当金(P11)
- ・障害年金(P12)
- ・医療費の助成、減免(P12)
- ・公共料金等の割引、税の軽減など(P13-15)



今の雇用を続けられるよう、環境を整える

- ・職場の理解を得る、障害者雇用への切り替え(P16)



当事者や家族が交流できる場

- ・若年性認知症家族会「ひまわり」(P18)
- ・ひまわりケアサロン(P18)
- ・認知症カフェ(P19)



■この表の見かた

- ・この表は、認知症の進行段階による各種サービスの例をイメージしています。
- ・実際の進行段階や必要なサービスは、人によってそれぞれ異なります。
- ・()内は、サービスを紹介しているページ数です。
- ・サービスの名称や内容などの詳細は、紹介ページを参照してください。

認知症の症状が進行してから



症状の進行



日常生活の支援を受ける

◆介護保険制度(P22-23)

- ・ホームヘルプサービス、デイサービス、デイケア、ショートステイ など
- ・グループホーム、特別養護老人ホームなどへの入所

◆障害福祉サービスなど(P23-24)

- ・外出の支援、日常生活能力を向上させるための訓練 など



権利や財産を守る

- ・日常生活自立支援事業(P25)
- ・成年後見制度(P25)



見守り・安否確認

- ・要介護者見守りSOSネットワーク(P25)



経済的な支援を受ける

- ・雇用保険失業給付(P12)
- ・医療費の助成、減免(P12)
- ・公共料金等の割引、税の軽減など(P13-15)



経済的な支援を受ける

- ・特別障害者手当(P13)
- ・住宅ローン、生命保険の契約確認(P13)



退職後の再就職、就労

- ・相談窓口での支援を受ける(P17)
- ・必要な訓練を受ける(P17)



障害福祉サービスを利用した就労

- ・就労継続支援(P17,24)



継続的に相談できる窓口

- ・認知症相談ダイヤル(P8)
- ・ひょうご若年性認知症支援センター(P8)
- ・地域総合支援センター(P9)
- ・担当のケアマネジャー(介護保険制度 P22-23)

認知症かな？と思ったら



- ▼ まずは、かかりつけ医へ相談の上、医療機関での診察を受けましょう。
- ▼ かかりつけ医がない場合や、福祉に関することなどについての専門の相談窓口があります。

? 医療機関への相談

■ かかりつけ医への相談

【概要】 認知症の治療は、ほかの病気と同じように早期の気づき、早期治療が大切です。自分や家族の中で抱え込まず、まずは、かかりつけ医(職場の産業医を含む)にご相談ください。相談できるかかりつけ医がない場合は、相談窓口(P8-9)にご連絡ください。

■ 認知症早期支援事業

【概要】 認知症の早期の気づき、早期受診につなげるため、若年性認知症の確定診断を受けた人に、診断費用の全額を助成します。また、タクシー券6,000円分か、居場所検索性端末(GPS)の基本料金1年間無料のいずれかを支給します。

【問合せ】 高齢者総合支援室 高年福祉係 ☎918-5288 FAX918-5106

■認知症の診断や治療方針の決定ができる医療機関

【概要】 認知症の診断やその治療方針を決定することができる医療機関です(明石市と明石市医師会が連名で実施したアンケート調査に基づくものです)。

(2020年度(令和2年度)時点)

名称	所在地	電話	FAX
明石こころのホスピタル	藤江1315番地	923-0877	923-8262
明石市立市民病院	鷹匠町1-33	912-2323	914-8374
明石土山病院	魚住町清水2744-30	942-1021	941-1573
あしたクリニック	大明石町1丁目3-3 エスポワ明石2F	918-2005	918-2005
いのうえメンタルクリニック	魚住町錦が丘4丁目5-1 NSビル4F	946-8666	946-8666
池永クリニック	大明石町1丁目7-4 白菊グランドビル5F	917-6880	917-6881
大西脳神経外科病院	大久保町江井島1661-1	938-1238	938-1236
大西脳神経外科病院附属 明石駅前クリニック	大明石町1-6-1 パピオスあかし3F	911-0024	911-0020
かもめクリニック	本町2丁目5番13号 玉澤ビル2F	911-1645	914-9374
かねだ心療クリニック	朝霧南町2丁目9-30 サニープレイス朝霧202	918-7712	918-7713
たかみやこころのクリニック	松の内2丁目5-2 松の内ビル5F	925-3288	-
クリニックちえのわ	東仲ノ町11-30 KTSビル5F	918-8818	918-8819
ただいメンタルクリニック	東仲ノ町6番1号 アスピア明石北館2階	917-0034	917-0035
戸田内科・脳神経内科	魚住町錦が丘4丁目5番地の1	947-5575	947-5585
中山神経内科	大明石町1-6-16 SYB21ビル8F	912-2311	912-2318
西江井島病院	大久保町西島653	947-5311	947-5131
ふじた脳神経内科	大久保町西島440-1	946-0050	946-0086
まつおか心療クリニック	西明石南町2丁目8番4号2F	926-0770	926-0775
まつい栄養&認知症クリニック	大明石町1-3-3 エスポワ明石3F・4F	915-0031	915-0032
明舞中央病院	松が丘4丁目1番32号	917-2020	914-1877
やすお脳神経外科クリニック	小久保2丁目10-1 リラシオ西明石駅前2F	925-7171	925-7172
山元神経クリニック	大久保町駅前1丁目7-5 オーシャンⅡ205号	936-1002	936-1512
山本心療内科クリニック	桜町14-17 中島ビル2F	913-7123	913-7123
田中医院	二見町西二見2032	942-1941	942-1943

■認知症疾患医療センター

【概要】 認知症の人とその家族が住み慣れた地域で安心して生活ができるための支援の一つとして、都道府県や政令指定都市が指定する病院に設置されており、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。

【明石市付近の機関】

名称	所在地	電話	FAX
明石こころのホスピタル	藤江1315番地	923-0877	923-8262
加古川中央市民病院	加古川市加古川町本町439番地	079-451-8650	079-451-5548
神戸大学医学部附属病院	神戸市中央区楠町7丁目5-2	382-6908	382-5265
神戸百年記念病院	神戸市兵庫区御崎町1-9-1	681-5551	681-5551
新生病院	神戸市西区伊川谷町潤和字横尾238-475	918-1766	919-1752
神戸市立医療センター西市民病院	神戸市長田区一番町2丁目4番地	579-1966	579-1943
いるか心療所	加古川市加古川町篠原町111-301	080-6220-8333	079-451-8311

? 相談窓口

■認知症相談ダイヤル

【概要】 認知症について気になる人やご家族からの相談を、専用電話と窓口で受け付けます。

【受付】 月曜-金曜日(祝日、年末年始を除く)8:55-17:40

【問合せ】 ☎926-2200 FAX924-9114

所在地 貴崎1丁目5-13 明石市立総合福祉センター1F

■ひょうご若年性認知症支援センター

【概要】 若年性認知症専門の相談員が、ご本人・ご家族をはじめ、関係機関等からの相談をお受けします。

【受付】 月曜-金曜日(祝日、年末年始を除く)9:00-12:00 / 13:00-16:00

【問合せ】 ☎242-0601 所在地 神戸市中央区坂口通2丁目1-1 兵庫県福祉センター内

【備考】 来所による面談相談は、電話による予約要。

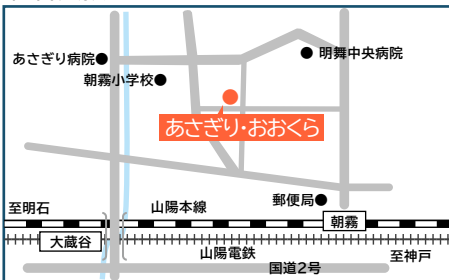
■地域総合支援センター

【概要】 認知症を含め、福祉に関する様々な相談を受け付けます。「どこに相談したらいいだろう？」と困った時は相談を。

【受付】 月曜-金曜日(祝日、年末年始を除く)8:55-17:40
夜間・休日の緊急相談専用電話 **☎924-4567**

中学校区	施設名	所在地	電話・FAX
朝霧・大蔵	あさぎり・おおくら 総合支援センター	松が丘5-7-22 (あさぎり福祉センター内)	☎915-0091 FAX915-0092
錦城・衣川	きんじょう・きぬがわ 総合支援センター	相生町2-5-15 (明石市役所 北庁舎(旧保健センター)1F)	☎915-2631 FAX915-2632
望海・野々池	にしあかし 総合支援センター	貴崎1-5-13 (総合福祉センター1F)	☎924-9113 FAX925-2799
大久保・大久保北 高丘・江井島	おおくぼ 総合支援センター	大久保町八木743-33 (夜間休日応急診療所2F)	☎934-8986 FAX934-8987
魚住・魚住東	うおずみ 総合支援センター	魚住町西岡500-1 (魚住市民センター2F)	☎948-5081 FAX948-5082
二見	ふたみ 総合支援センター	二見町東二見1836-1 (ふれあいプラザあかし西1F)	☎945-3170 FAX945-3171

あさぎり・おおくら
総合支援センター



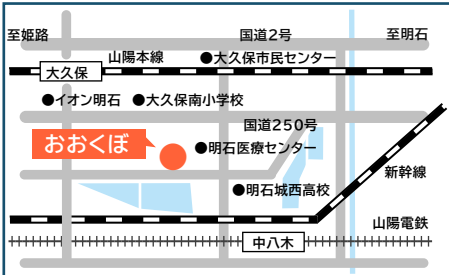
きんじょう・きぬがわ
総合支援センター



にしあかし
総合支援センター



おおくぼ 総合支援センター



うおずみ 総合支援センター



ふたみ 総合支援センター



精神障害者保健福祉手帳



- ▼ 認知症と診断されると、初診日から6か月を経過すれば申請ができます。
- ▼ 市や事業者等から、様々なサービスを受けることができます。
- ▼ 精神障害者保健福祉手帳を取得すると、雇用する上で配慮を受けられる可能性があります。

■手帳の交付について

【概要】 精神障害のため、日常生活や社会生活にハンディキャップを持つ人で、申請される本人に交付されます。程度にもよりますが、アルツハイマー型認知症等でも交付されることがあります。

【要件】 何らかの精神疾患(てんかん、発達障害などを含みます)により、長期にわたり日常生活または社会生活への制約がある人。

【手続】 障害福祉課で申請書をお渡ししますので、記入の上、医師の診断書(所定の様式、初診日から6か月以上経過した時点のもの)を添えて提出してください。手帳の判定は兵庫県が行いますので、窓口申請してから手帳の交付まで、おおむね2-3か月かかります。

※原因疾患(脳梗塞など)によって身体の機能にも障害がある場合は、身体障害者手帳についても取得できることがあります。

【問合せ】 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244

■受けられるサービスの例



●就労している場合

在職中に手帳を取得しておくことで、障害者としての雇用への切り替えなど、雇用上の配慮を受けられる可能性があります。

◆障害者としての雇用(P16) ◆雇用保険の給付(P12)



●受けられるサービス

手帳の等級やその他条件により、受けられるサービスが異なります。

◆日常生活の支援(P24) ◆税の軽減(P15) ◆公共料金等の割引(P13-14) ◆その他(P13)

経済的な支援等

- ▼ 仕事ができなくなった人を対象とする給付があります。
- ▼ 医療費の負担軽減や助成を行う制度があります。
- ▼ 公共料金等の割引や税の軽減を受けられる場合があります。



社会保障制度

■健康保険 傷病手当金

【概要】 被保険者(健康保険制度に加入している本人)が、業務外の理由でけがや病気にかかり、療養のために休業しなければならなくなった場合、給与が減少またはまったく支払われなくなって所得の保障を行うことが必要になります。この所得保障制度のひとつが傷病手当金の制度です。休業4日目から最長1年6か月、標準報酬月額 $\frac{2}{3}$ に相当する額が日割りで支給されます。

- 【要件】**
- ①「療養のため」であること
 - ②「労務不能」であること
 - ③「3日以上継続して休業」していること
 - ④給料の支払いを受けていないこと(または給料が減少したこと)
- ※詳細は問合せ先に確認してください。

【問合せ】 勤務先の担当部門(在職中に相談しましょう)、または加入の健康保険組合、共済組合や協会けんぽの窓口にお問い合わせください。

■障害年金

【概要】 公的年金(国民年金、厚生年金等)に加入中の人、または加入していた人が、65歳前に病気やけがで各年金法に定める障害程度となった際に支給される年金です。初診日の時点でどの年金に加入していたかで、請求できる年金が異なります。また、初診日以前に一定期間以上の年金保険料を納付している必要があります。

【手続】 初診日から1年6か月が経過した日から申請可能です。詳細は、年金事務所にご相談ください。

【問合せ】 明石年金事務所 ☎912-4983 FAX912-0438 所在地 鷹匠町12-12

■雇用保険失業給付

【概要】 雇用保険の加入者が、離職し、再就職するのを支援するために支給されます。支給額は加入者の賃金等により異なります。

【手続】 詳細は、住居所を管轄するハローワークにご相談ください。

【備考】 離職する際は必ず、「離職票」の交付を受けてください。「離職票」がなければ受給の手続きはもちろんのこと、失業給付も受けることができません。

【問合せ】 ハローワーク明石 ☎912-2277 FAX912-2297
所在地 大明石町2-3-37



医療費

■自立支援医療(精神通院医療)

【概要】 精神疾患の治療のため、通院される人の医療費の負担を軽減し、継続して治療を受けやすくするための制度です。健康保険を使って治療した場合に、医療機関や薬局の窓口で支払う自己負担が原則1割負担で済みます。

また、世帯の所得や治療の状況によっては、月額負担の上限が設けられ負担が軽減されます(所得制限等あり)。

【手続】 障害福祉課に相談の上、必要書類を提出してください。

【備考】 有効期間は1年間です。期間を延長する場合は、期限の3か月前から更新手続きができます。

【問合せ】 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244

■重度障害者医療費の助成

【概要】 重度の障害をもつ人に医療費を助成します。医療機関の窓口で保険証とともに「重度障害者医療費受給者証」(申請により交付)を提示すれば、保険診療費の自己負担額から一部負担金を控除した額が助成されます。

【要件】 精神障害者保健福祉手帳1、2級をお持ちの人(所得制限等あり)

【備考】 精神障害者保健福祉手帳1、2級により、医療費助成の対象となる人の助成対象医療は、精神疾患による医療を除く一般医療に限ります。

【問合せ】 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244

その他

■特別障害者手当

【支給額】月額27,350円(令和2年4月1日現在)

【要件】20歳以上で、精神または身体に著しく重度の障害があるために、在宅での日常生活で常時特別の介護を必要とする人(所得制限等あり。施設に入所している人や3か月を超えて入院している人などは対象外)。

【手続】障害福祉課までご相談ください。

【問合せ】障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244

■その他

●住宅ローン

住宅ローンの契約をする時に、途中で返済不能に備えた保険も契約している場合があります。債務弁済(保険金の請求)手続がとれないかご確認ください。

●生命保険(高度障害保険金)

高度障害に認定されれば生命保険の保険金が支払われるケースがあります。保険会社へ契約内容をご確認ください。

●子どもの修学資金

ひとり親家庭への修学資金、あしなが基金なども、親が障害者手帳の取得者である場合には、奨学金を受けられる場合があります。各奨学金等の申し込み先にお問い合わせください。

また、社会福祉協議会の生活福祉資金(教育支援資金)の貸付制度などもあり、入学時や在学中に必要な費用の貸付が受けられる場合があります。

■公共料金等の割引など

(2020年(令和2年)4月1日時点)

項目	要件	内容	窓口
国民健康保険料	障害者、離職者、所得の減少、低所得世帯等(詳細は窓口でお問い合わせください)	申請により保険料が減免される可能性があります。事由により減免額は異なります。	国民健康保険課 賦課係 ☎918-5022 FAX918-5105
NHK放送受信料	精神障害者保健福祉手帳所持者の世帯全員が市民税非課税	全額免除	障害福祉課・あかし総合窓口で証明書の交付を受けNHKへ NHK神戸放送局 営業部 ☎252-5050 FAX252-5051
	精神障害者保健福祉手帳1級所持者が世帯主かつNHK放送受信契約者の場合	半額免除	
携帯電話料金 ネット通信料	精神障害者保健福祉手帳所持者(手帳原本の提示が必要)	詳しくは、各事業者の窓口へ	各事業者の窓口で手続き
NTT番号案内 無料サービス	精神障害者保健福祉手帳所持者	無料	フリーダイヤルで相談 ☎0120-104-174 FAX0120-104-134

(次ページへつづく)

■ 公共料金等の割引など(つづき)

(2020年(令和2年)4月1日時点)

項目	要件	内容	窓口
駐車禁止除外指定車標章の交付	精神障害者保健福祉手帳1級所持者のために使用する自動車	駐車禁止除外指定車標章が申請により交付されます。	明石警察署(交通規制係) ☎922-0110 FAX924-0110
健康推進課(あかし保健所)での精神保健福祉事業	こころのケア相談 (専門医による相談 1回/月、臨床心理士による相談 2回/月) 社会適応訓練事業(一定期間事業所に通う)		健康推進課(あかし保健所) 大久保町ゆりのき通1丁目4-7 ☎918-5657 FAX918-5440
国内航空運賃	精神障害者保健福祉手帳所持者が利用する場合	各航空会社によって取扱いが異なります。	詳しくは各航空会社窓口へ
明石市障害者優待乗車券券制度 (いづれか1つを選択)	介護付バス 共通優待乗車証	精神障害者保健福祉手帳1級所持者 本人及び介護者1名が明石市内区間の神姫バス・山陽バス・たこバスに無料で乗車可。 ※本人のみでも利用可 ※乗車証がシール式になっており、障害者手帳に貼付して使用。	障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244
	福祉タクシー利用券	精神障害者保健福祉手帳1級所持者 タクシー料金の一部を助成(500円チケットを4枚×年度末までの月数分(最大48枚))	
	単独バス共通特別乗車証	精神障害者保健福祉手帳2級・3級所持者 本人のみ明石市内区間の神姫バス・山陽バス・たこバスに無料で乗車可。 ※乗車証がシール式になっており、障害者手帳に貼付して使用。	
市立文化博物館 市立天文科学館	障害者手帳所持者	障害者(介護の必要がある場合はその介護者も)が5割引	文化博物館 ☎918-5400 FAX918-5409 天文科学館 ☎919-5000 FAX919-6000
明石中央体育会館 魚住北公園、明石海浜公園	障害者手帳所持者とその介護者が利用する場合	障害者と介護者が5割引	施設、各公園へ
明石海浜プール (夏季)	障害者手帳所持者とその介護者が利用する場合 ※点検や水泳大会等で休場する場合がございますので、お問い合わせください。	障害者と介護者が5割引	明石海浜プール ☎943-7890 FAX942-4650
市立明石駅前立体駐車場 市立大蔵海岸駐車場 市立天文科学館駐車場 市立文化博物館駐車場 明石海浜公園駐車場 市立西部市民会館駐車場 市立西部図書館駐車場	障害者手帳所持者または、介護者が運転する場合	対象者は5割引	明石駅前立体駐車場 ☎913-9333 FAX913-0613 大蔵海岸公園管理事務所 ☎914-7255 FAX914-7256 天文科学館 ☎919-5000 FAX919-6000 文化博物館 ☎918-5400 FAX918-5409 明石海浜公園 ☎943-0873 FAX942-8650 西部市民会館 ☎918-5678 FAX946-2334 西部図書館 ☎918-5675 FAX947-2754

■ 税の軽減

(2020年(令和2年)4月1日時点)

種類	内容			金額
所得税	障害者控除	一般の障害者	本人、控除対象配偶者、扶養親族が精神障害者保健福祉手帳2級・3級所持者	所得控除 27万円
		特別障害者	本人、控除対象配偶者、扶養親族が精神障害者保健福祉手帳1級所持者	所得控除 40万円
		同居特別障害者	特別障害者である控除対象配偶者や扶養親族が、本人や配偶者、生計を一にする親族のどなたかとの同居を常としている場合	所得控除 75万円
	利子所得の非課税制度	○障害者等の少額預金の利子所得等の非課税制度(マル優制度)	【障害者】精神障害者保健福祉手帳等の交付を受けている人、障害基礎年金、障害年金等の受給者	元本合計額350万円までの預金等の利子等が非課税
○障害者等の少額公債の利子の非課税制度(特別マル優制度)		【その他の人(妻)】遺族基礎年金、寡婦年金、遺族厚生年金、児童扶養手当等の受給者	元本合計額350万円までの公債の利子が非課税	
住民税	障害者控除	一般の障害者	本人、控除対象配偶者、扶養親族が精神障害者保健福祉手帳2級・3級所持者	所得控除 26万円
		特別障害者	本人、控除対象配偶者、扶養親族が精神障害者保健福祉手帳1級所持者	所得控除 30万円
		同居特別障害者	特別障害者である控除対象配偶者や扶養親族が、本人や配偶者、生計を一にする親族のどなたかとの同居を常としている場合	所得控除 53万円
	前年の所得が125万円以下の障害者			非課税
相続税	相続、遺贈や相続時精算課税に係る贈与によって財産を取得した人が、日本国内に住所を有する障害者で、かつ、相続人(相続の放棄があった場合には、その放棄がなかったものとした場合の相続人)である場合(満85歳未満の人)			10万円×(85歳-障害者の年齢)の税額を控除、特別障害者の場合は20万円×(85歳-障害者の年齢)の税額を控除
贈与税	特定障害者(※)が特定障害者扶養信託契約により信託の受益権者になった場合 ※特定障害者とは、①特別障害者及び②障害者のうち精神に障害のある人をいいます。			特別障害者の場合は、6千万円、特別障害者以外の場合は3千万円までの贈与が非課税
車税(種別割) 自動車税・軽自動車	精神障害者保健福祉手帳1級所持者またはその所持者と生計を一にする人が所有し、もっぱら当該所持者のために使用する自動車			詳しくは、軽自動車については市民税課、普通自動車については加古川県税事務所にお問い合わせください。
車税(環境性能割) 自動車税・軽自動車	上記自動車を取得する場合			詳しくは、管轄の県税事務所にお問い合わせください。

【問合せ】

所得税、相続税、贈与税	明石税務署	☎921-2261	
住民税	市民税課	☎918-5013	FAX918-5104
自動車税(種別割)	加古川県税事務所	☎079-421-9271	FAX079-421-4732
軽自動車税(種別割)	市民税課	☎918-5014	FAX918-5104
自動車税(環境性能割 神戸ナンバー)	神戸県税事務所	☎441-0305	
軽自動車動税(環境性能割 神戸ナンバー)	神戸県税事務所	☎822-6050	
自動車税・軽自動車動税 (環境性能割 姫路ナンバー)	姫路県税事務所	☎079-233-8260	

仕事に関する支援



- ▼ **現在の職場で働き続けるための様々な支援があります。**
- ▼ **現在の職場で働けなくなった場合に、あなたの状態にあった再就職、就労ができるよう、支援する窓口があります。**

就労の継続

■職場の理解を得る

【概要】 いったん退職してしまうと再就職が難しい場合が多いので、本人の状況にもよりますが、できるだけ続けて働けるように相談しましょう。上司や人事担当者、産業医等と話し合い、職場の理解が得られるようにしましょう。

仕事の内容等にもよりますが、配置転換をしてもらい、仕事を続けるという方法もあります。

■障害者雇用への切り替え

【概要】 精神障害者保健福祉手帳を取得して、障害者雇用枠に切り替える方法があります。事業主等は、障害を理由とする差別が行われないよう職場環境を整え、適切な配慮をする必要があります。

■雇用継続、復職に関する支援

【概要】 自分にあった働き方が続けられるよう、支援をしています。

【内容】 医療機関などの関係機関、職場との連携に基づく雇用継続、復職に関する相談・調整
ジョブコーチ支援(本人に対して…職場に定着するための作業等の支援、困ったことへの相談/事業主や職場の上司、同僚に対して…かかわり方や作業指導の仕方などの助言、本人を理解するための助言、研修、作業内容の変更等の提案)

【問合せ】 兵庫障害者職業センター ☎881-6776 FAX881-6596

所在地 神戸市灘区大内通5-2-2

退職後の再就職、就労

■ 就労支援

● ハローワーク明石

【概要】 障害のある人の職業指導、職業紹介等を行っています。

【問合せ】 ☎912-2277 FAX912-2297 所在地 大明石町2-3-37

● 兵庫障害者職業センター

【概要】 障害者職業カウンセラー等を配置し、ハローワーク、障害者就業・生活支援センターとの密接な連携のもと、就職や職場復帰を目指す障害のある人、障害者雇用を検討しているあるいは雇用している事業主、障害のある人の就労を支援する関係機関に対して、支援・サービスを提供しています。

【問合せ】 ☎881-6776 FAX881-6596 所在地 神戸市灘区大内通5-2-2

● 明石市障害者就労・生活支援センター「あくと」

【概要】 就労支援だけでなく、働くための生活全般の相談や支援をし、仕事と生活の両立に向けてのサポートをします。

【問合せ】 ☎915-0621 FAX915-0623 所在地 東仲ノ町3-25 アスピア明石東館207

■ 障害福祉サービスの利用 (P23,24にも掲載)

【概要】 障害者総合支援法による障害福祉サービスを利用して就労支援を受けることができます。

【問合せ】 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244

● 就労移行支援

一般企業等への就労を希望する人に、一定期間、就労に必要な知識や能力の向上のために必要な訓練を行います。

● 就労継続支援 (A型=雇成型、B型=非雇成型)

一般企業等での就労が困難な人に、働く場を提供するとともに、知識や能力の向上のために必要な訓練を行います。

当事者家族のための制度

■ 介護休業制度

【概要】 要介護状態にある対象家族1人につき通算93日まで、3回を上限として分割して休業を取得することができます。有期契約労働者も要件を満たせば取得できます。

【備考】 雇用保険の被保険者が、要介護状態にある家族を介護するために介護休業を取得した場合、一定要件を満たせば、介護休業期間中に休業開始時賃金月額67%の介護休業給付金が支給されます。詳しくは、最寄りのハローワークにお尋ねください。

当事者や家族が交流できる場



- ▼ **悩みや情報を共有**できる、家族会や、認知症カフェなどの集まりがあります。
- ▼ 当事者や家族から、**体験**をもとにした**アドバイス**を受けることができます。

■若年性認知症家族会「ひまわり」

【概要】 介護を行う家族同士が交流会で悩みを相談しあい、また介護の専門家を招いて話を聞いたり、脳トレ音楽療法、健康体操を取り入れたり、介護する立場の家族のケアに取り組む活動をしています。

【対象】 若年性認知症の人と家族

【日時】 第1火曜日 10:30-15:00 (途中参加、退出可)

【会場】 アスパア明石北館8F フリースペース(東仲ノ町6番1号)

【問合せ】 ☎090-4764-0798(担当者 片山)

■ひまわりケアサロン

【概要】 若年性認知症の人とその家族の交流会。若年性認知症に関する相談や情報交換、レクリエーション等イベントの開催などを行っています。

【対象】 若年性認知症の人と家族、介護サービス事業所スタッフ等、若年性認知症に関心のある人

【日時】 概ね第4土曜日 10:00-(予定)

【会場】 明石市立総合福祉センター 新館2F(貴崎1丁目5-46)

【問合せ】 認知症相談ダイヤル ☎926-2200 FAX924-9114

■認知症カフェ

【問合せ】 高齢者総合支援室 高年福祉係 ☎918-5288 FAX918-5106

(2021年度(令和3年度)時点)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、活動の休止や開催場所・活動内容の変更がある場合がございます。

名称	目的・内容	日時・会場	活動地区
オレンジカフェ 山手台	①認知症の人が気軽に参加、自ら活動し、楽しめる場所づくり ②認知症のご家族が参加し、ご家族同士で話し合える場所づくり ③地域住民の交流や認知症への理解を深める場所づくり	毎月第3木曜日 13:30-15:30 山手台会館(大久保町山手台1丁目56)	大久保エリア
ライムカフェ 子午線	軽度認知症(MCI)の人や、その家族、あるいはその一歩手前の人 が、学習したり楽しんでお話などができる場を提供する。 ※オランダ方式(学習会、エンタメ、おしゃべり・相談会の3部構成)	原則毎月第1土曜日 14:00-16:00 大蔵会館(大蔵中町12-14)	大蔵中学校区
やすらぎ カフェ	認知症の人、そのご家族・介護者の人の交流、リフレッシュの場を提 供することを目的とする。 ①喫茶店の機能を活用し、淹れたてコーヒーを始めとする飲み物の提供 ②簡単なゲームや手遊び、歌遊びの提供 ③家族、介護者には、話し合いの場と相談の場の提供 ④認知症に関する講座の開催など	毎月第3火曜日 13:30-15:30 喫茶やすらぎ(大久保町大 窪479-1 平野ビル1F)	大久保エリア
アーバン ふれあいサロン	人と人との繋がりを大切に守秘義務を守りつつ、誰もが安心して参 加し、孤独やひきこもりを無くし、認知症の予防にもつながる友達作 りや支援を目的に楽しい時間を過ごせる場所を提供する。	毎月第4水曜日 明石アーバンライフ第1集會 室(中崎2丁目4番1)	明石アーバンラ イフを中心とし た周辺地域
喫茶 ゆっくり あつまろーね	認知症の人の集える場所づくりや、地域住民に対し認知症に関する 正しい知識の普及啓発を行う。また、茶話会形式で参加者が落ち着 く雰囲気づくりや福祉専門職から介護に関する情報提供を行う。	毎月第4木曜日 13:30-15:30 カフェ・マローネ(大久保町 駅前1丁目17-2)	大久保中学校 区エリアとその 周辺
西明石 Sカフェ	現在認知症の人、また、将来認知症になっても本人の社会参加の促 進や、つながりができることを目的に、機会・居場所を作る。 認知症の理解を深め、支え合いができる場所を提供する。	毎週火曜、木曜 13:00-16:00 西明石サポーターティングファミ リ(西明石南町2-16-2)	西明石地区 (望海中学校区 中心)
喫茶 にしき	認知症当事者は、出かける場所ができることでひきこもりの防止 に、介護する家族は、同じ立場の人に出会えることで、心の負担や孤 独感が軽減される。情報交換や相談、軽い体操など行う。	毎月第3土曜日 10:00-12:00 雅の里リハビリテーションセン ター(魚住町中尾145)	明石市内 (二見、魚住、 大久保中心)

若年性認知症家族会「ひまわり」 参加者から、あなたへ

若年性認知症は、本人だけでなく家族にも身体的・精神的・経済的に影響を及ぼします。

家族が若くして認知症になった…どうすれば？

これからの生活、どうなるんだろう…すごい不安

皆さんが抱えておられる悩み、一緒に語り合いませんか。
一人で悩みを抱えないで、気軽に参加してみてください。



ひとりじゃない、
仲間がいます。

お茶を飲みながら、あたたかい
空気が流れる会です。



情報交換会に参加、
色々なアドバイスをもらって
助けられました。



認知症の進行が心配だけど、
先輩の体験を参考に
心づもりができて良かったです。



**介護者の日々の苦勞を
分かってもらえる会**なので、
一歩踏み出してみましよう。



介護のストレス、悩みを**介護者同志、
話し合っ**て**発散**できますよ。



総合福祉センター新館で行われる
「ひまわりケアサロン」では、
若年性認知症の人も楽しめるスポーツ体験など
のレクリエーションも行っています(P18)。

認知症の人と家族が 利用できる制度・サービス



- ▼ 介護保険制度や障害福祉サービスなどを利用し、支援を受けることができます。
- ▼ 支援には、ホームヘルプや日中の居場所、施設への入居、財産管理など、様々な種類があります。

介護保険サービス

■介護保険制度について

- 【概要】** 65歳未満でも、40歳以上で若年性認知症であれば、介護保険で対象となる病気の一つ(初老期における認知症)に当たり、介護保険サービスを受けられる場合があります。介護や支援が必要な度合い(要介護度)によって、利用できるサービスは異なります。また、所得により自己負担の割合が異なります。
- 【手続】** 高齢者総合支援室(介護保険担当)または、あかし総合窓口、地域総合支援センターで要介護認定の申請をしてください。本人のほか家族でも申請ができます。居宅介護支援事業者や地域総合支援センター、介護保険施設などに代行してもらうこともできます(更新・変更申請を含む)。
- 【問合せ】** 高齢者総合支援室 介護保険担当 ☎918-5091 FAX919-4060

■介護保険サービスの例

	名称	概要
居宅サービス	訪問介護・訪問型サービス (ホームヘルプサービス)	ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事・入浴・排せつのお世話などの身体介護、調理や掃除、洗濯などの生活援助を行います。
	通所介護・通所型サービス (デイサービス)	デイサービスセンターなどに通い、日帰りで食事・入浴・リハビリなどを受けることができます。
	通所リハビリテーション (デイケア)	介護老人保健施設や病院などに通い、日帰りでリハビリなどのサービスを受けることができます。
	短期入所生活介護 (ショートステイ)	介護老人福祉施設などに短期間入所して、日常生活の介護やリハビリを受けることができます。
	福祉用具貸与 介護予防福祉用具貸与	要介護者の日常生活の便宜を図るため、車いす、スロープや歩行補助つえなどの福祉用具をレンタルすることができます。
	居宅介護住宅改修 介護予防住宅改修	生活環境を整えるための住宅改修(和式便所から洋式便所への取替え、手すりの取り付けなど)に対し、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。
地域密着型サービス	認知症対応型通所介護 介護予防認知症対応型通所介護	認知症と診断された人が食事・入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。
	小規模多機能型居宅介護 看護小規模多機能型居宅介護	小規模な住宅型の施設への「通い」を中心に、自宅に来てもらう「訪問」、施設に「泊まる」サービスを柔軟に組み合わせて利用することができます。
	(介護予防)認知症対応型共同生活 介護(グループホーム)	認知症のために介護を必要とする人が共同生活をしながら日常生活支援や機能訓練を受けることができます。
	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の定期的な訪問を受けられます。また、通報や電話などをすることで、随時対応も受けられます。
施設サービス	介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	つねに介護が必要で、自宅では介護ができない人が対象の施設です。食事・入浴など日常生活の介護や健康管理が受けられます(新規に入所できるのは、要介護3以上の人です)。
	介護老人保健施設	病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な人が対象の施設です。医学的な管理のもとで介護や看護、リハビリが受けられます。

障害者総合支援法によるサービス

■障害福祉サービス

【概要】 障害のある人が住み慣れた地域社会の中で自立して生活できるように支援します。障害の支援の度合いや勘案すべき事項を踏まえ、個別に支給決定が行われます。

【対象】 原則として、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を持っている人または難病患者等。なお、介護保険対象者は、介護保険サービスが優先されます。

【問合せ】 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244

■ 障害福祉サービスの内容

名称		概要
介護給付	居宅介護(ホームヘルプ)	自宅で、入浴、排せつ、食事の介護等を行います(身体介護、家事援助、通院等介助、通院等乗降介助)。
	重度訪問介護	重度の肢体不自由者、知的障害者または精神障害者で常に介護を必要とする人に、自宅で、入浴、排せつ、食事の介護、外出時における移動支援などを総合的に行います。
	行動援護	自己判断能力が制限されている人が行動するときに、危険を回避するため必要な支援、外出支援を行います。
	療養介護	医療と常時介護を必要とする人に、医療機関で機能訓練、療養上の管理、看護、介護や日常生活の世話をを行います。
	生活介護	常に介護を必要とする人に、昼間、入浴、排せつ、食事の介護等を行うとともに、創作的活動または生産活動の機会を提供します。
	短期入所(ショートステイ)	自宅で介護する人が病気の場合などに、短期間、夜間も含め施設等で、入浴、排せつ、食事の介護等を行います。
	重度障害者等包括支援	介護の必要性が著しく高い人に、居宅介護等複数のサービスを包括的に行います。
	施設入所支援(障害者支援施設での夜間ケア等)	施設に入所する人に、夜間や休日に入浴、排せつ、食事の介護等を行います。
訓練等給付	自立訓練(機能訓練・生活訓練)	自立した日常生活または社会生活ができるよう、一定期間、身体機能または生活能力の向上のために必要な訓練を行います。
	宿泊型自立訓練	知的障害または精神障害を有する人に、居室その他の設備を利用させるとともに、家事等の日常生活能力を向上させるための支援等を行います。
	就労移行支援	一般企業等への就労を希望する人に、一定期間、就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。
	就労継続支援 (A型=雇用型、B型=非雇用型)	一般企業等での就労が困難な人に、働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。
	共同生活援助 (グループホーム)	夜間や休日、共同生活を行う住居で、相談や日常生活上の援助を行います。

■ 地域生活支援事業

【概要】 障害者等が自立した日常生活及び社会生活を営むことができるように、市が地域の実情に応じて行う事業です。

【問合せ】 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244

(地域生活支援事業の例)

● 移動支援事業

社会生活上必要不可欠な外出や、余暇活動など社会参加のための外出時の支援を行います。利用を希望する人は、障害福祉課まで申請ください。

● 地域活動支援センター

創作的活動・生産活動の機会を提供することにより、社会との交流を促進し、自立した生活や社会参加を支援する施設です。利用できる人は、障害をお持ちで、就労等が難しい状態の人です。

その他の制度、サービス

■日常生活自立支援事業

【概要】 認知症の人、知的障害者、精神障害者など判断能力が十分でない人々が、地域で安心して暮らせるように、福祉サービスの利用援助、日常生活に必要なお金の管理、通帳や書類の保管などの支援を行います。

【問合せ】 後見支援センター(明石市社会福祉協議会) ☎924-9151 FAX924-9134
所在地 貴崎1丁目5-13 明石市立総合福祉センター内

■成年後見制度

【概要】 物事を判断する能力が十分ではなく、自分の権利や財産を守ることが困難な人に対して、後見人等の支援者を選ぶことで、ご本人の権利や大切な財産を守り、自分らしい暮らしができるように支える制度です。後見人等は裁判所が選任し、ご本人の意向や心身の状態、生活状況などに配慮しながら、主に財産管理(金銭や不動産等の管理)と身上監護(施設や介護サービスの契約等)などを行います。

後見支援センターでは、成年後見制度に関する相談や申立の支援などを行います。

【問合せ】 後見支援センター(明石市社会福祉協議会) ☎924-9151 FAX924-9134
所在地 貴崎1丁目5-13 明石市立総合福祉センター内

■要援護者見守りSOSネットワーク

【概要】 外出の際、道に迷うなどのおそれのある高齢者など、事前登録された人の行方がわからなくなった際、福祉専門職や民生児童委員、一般市民など事前に登録された協力者に一斉にメールを送信することで、できるだけ早く発見し保護するためのネットワークです。

【対象】 行方不明になるおそれのある認知症の人等の家族

【問合せ】 明石市社会福祉協議会 ☎924-9105 FAX924-9109
所在地 貴崎1丁目5-13 明石市立総合福祉センター内

困ったときの 相談、情報収集等



▼ 困ったときに相談することになる**窓口**や参考になる**パンフレット**等について一覧を掲載しました。

■相談窓口

名称／電話・FAX	概要
認知症相談ダイヤル ☎926-2200 FAX924-9114	認知症について気になる人やご家族からの相談を、専用電話と窓口で受け付けます。
地域総合支援センター (各センターへの連絡先はP9参照)	認知症を含め、福祉に関する様々な相談を受け付けます。「どこに相談したらいいだろう?」と困った時は相談を。
ひょうご若年性認知症支援センター ☎242-0601	若年性認知症専門の相談員が、ご本人・ご家族をはじめ、関係機関等からの相談をお受けします。
あかし消費生活センター ☎912-0999 FAX918-5616	契約トラブルや悪質商法による被害、クーリング・オフの方法など商品やサービスの消費生活についての相談や苦情をお伺いし、問題解決のためのお手伝いをいたします。
若年性認知症家族会「ひまわり」 (担当者 片山)☎090-4764-0798	介護を行う家族同士が交流会で悩みを相談しあい、また介護の専門家を招いて話を聞いたり、脳トレ音楽療法、健康体操を取り入れたり、介護する立場の家族のケアに取り組む活動をしています。
明石市 高齢者総合支援室 高年福祉係 ☎918-5288 FAX918-5106 介護保険担当 ☎918-5091 FAX919-4060	(高年福祉係) 認知症カフェや認知症早期支援事業、その他市の認知症施策についての窓口です。 (介護保険担当) 介護保険に関する窓口です。
明石市 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244	精神障害者保健福祉手帳、障害者の医療費や福祉サービスなどに関する窓口です。
こころのケア相談 健康推進課 ☎918-5657	こころの悩みでお困りの人及びその家族の人を対象に精神科医、臨床心理士による個別相談を実施しています。 (会場:あかし保健所3階 ※事前に予約が必要です。)

■パンフレット、ガイドブック等

名称／問合せ	概要	QRコード
認知症のキホン(認知症ケアパス) 高齢者総合支援室(高年福祉係) ☎918-5288 FAX918-5106	内容 認知症の症状の進行にあわせて、利用できるサービス、制度等の標準的な流れを示したものです。 配布 市窓口、地域総合支援センター等。 市のホームページからダウンロードできます。	
よくわかる介護保険 高齢者総合支援室(介護保険担当) ☎918-5091 FAX919-4060	内容 介護保険制度のサービス、利用方法、費用などの詳細をご案内しています。 配布 市窓口、地域総合支援センター等。 市のホームページからダウンロードできます。	
障害福祉のしおり 障害福祉課 ☎918-1344 FAX918-5244	内容 障害者等が利用できる保健・福祉サービスの概要と問合せ先を紹介したものです。 配布 障害福祉課窓口。	
若年性認知症支援ハンドブック 兵庫県認知症対策室 ☎341-7711(内線2912) FAX362-3913	内容 窓口での相談対応や地域で支援する人々の若年性認知症に対する正しい知識の理解と、役割や視点を整理したハンドブックです。 配布 兵庫県のホームページからダウンロードできます。	
若年性認知症の方が使える 社会保険ガイドブック ひょうご若年性認知症支援センター(兵庫県社会福祉協議会) ☎242-0601	内容 若年性認知症の人が使える社会保険制度(傷病手当金・障害年金・失業給付)がまとめられています。 配布 兵庫県社会福祉協議会のホームページからダウンロードできます。	
いまを生きる いまを歩く 若年性認知症とともに歩むひょうごの会 (兵庫県社会福祉協議会 ひょうご若年性認知症支援センター) ☎242-0601	内容 若年性認知症当事者の声を集めた冊子です。 配布 兵庫県社会福祉協議会のホームページからダウンロードできます。	
若年性認知症ハンドブック 認知症介護研究・研修大府センター ☎0562-44-5551 FAX0562-44-5831	内容 若年性認知症と診断された本人と家族が知っておきたいことがまとめられています。 配布 認知症介護研究・研修大府センター(若年性認知症コールセンター)のホームページ等からダウンロードできます。	



若年性認知症のキホン 2021年(令和3年) 明石市発行