

認知症安心ガイドブック

認知症になっても住み慣れた地域で
できるだけ暮らし続けることができる町をめざして

認知症とは？

いろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障がいが起こり、生活するうえで支障が出ている状態を指します。

原因としては「アルツハイマー病」や「脳血管障害」によるものが多く、高齢者の方に多く見られますが、単なるもの忘れとは違う、脳の病気です。



＜お問い合わせ＞

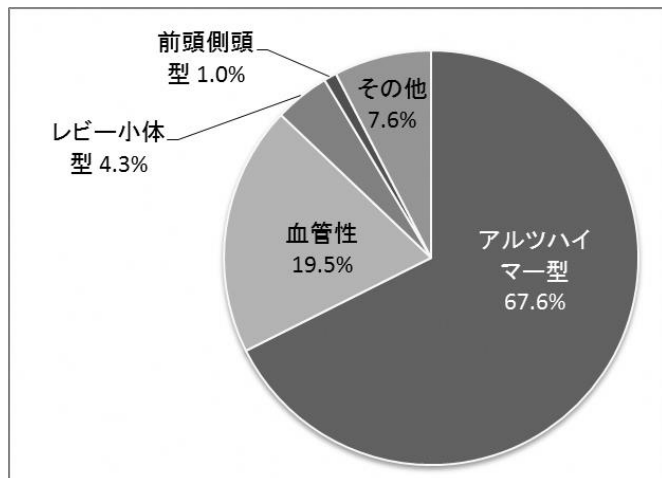
真室川町地域包括支援センター

(真室川町福祉課内)

TEL：64-1525 FAX：64-1526

認知症の基礎知識

認知症の原因となる疾病



一言で認知症といっても、原因となる疾病は様々です。進行の仕方も違います。

朝田隆：厚生労働研究費補助金（認知症対策総合研究事業「都市部における認知症有病率と認知症の生活機能障害への対応」平成23年度～平成24年度総合研究報告書）

認知症の主な症状

1. 記憶障害

物が覚えられない、思い出せない、記憶を失うなどの症状が出てきます。

2. 見当識障害

まず、時間や季節感の感覚から薄れます。さらに進行すると場所の感覚が薄れ、かなり進行すると人が分からない等の症状が出てきます。

3. 理解・判断力の障害

考えるスピードが遅くなる、二つ以上のことがうまく処理できなくなる、些細な変化でも混乱する、現実的な事が観念的な事と結びつかなくなる等の症状が出てきます。

4. 実行機能障害

計画を立てて物事を行うことが苦手になります。

5. その他

その場の状況が読めない、正しい解釈ができないことがあります。

認知症の治療

アルツハイマー型やレビー小体型は、現在治療方法はありません。しかし、進行を遅らせることができます。また水頭症やうつ病など治るものもあります。

そのため、何かおかしいなと思ったら早めに病院を受診し、診断を受けることがとても重要です。



認知症チェックリスト

家 族 用

氏名 _____ 年齢 _____ 才 _____ 記載者 _____

これは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。医学的な診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。普段と違うと思われることがあれば、項目（□）にチェックを入れて下さい。いくつか思い当たることがあれば、一度専門家に相談してみることがよいでしょう。

もの忘れがひどい

- ☐ 今聞いたばかりなのに電話の相手の名前を忘れる
- ☐ 同じことを何度も言う・問う・する
- ☐ しまい忘れ置き忘れが増えいつも探し物をしている
- ☐ 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

判断・理解力が衰える

- ☐ 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- ☐ 新しいことが覚えられない
- ☐ 話のつじつまが合わない
- ☐ テレビ番組の内容が理解できなくなった

場所・時間がわからない

- ☐ 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ☐ 慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる

- ☐ 些細なことで怒りっぽくなった
- ☐ 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- ☐ 自分の失敗を人のせいにする
- ☐ 「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

- ☐ ひとりになるとこわがったり寂しがったりする
- ☐ 外出時持ち物を何度も確かめる
- ☐ 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- ☐ 下着を替えず身だしなみをかまわなくなった
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ☐ ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる



*家族が作った「認知症」早期発見のめやす（認知症の人と家族の会作成）

気になる症状ありましたら自由にご記入下さい。

もの忘れチェックリスト

本人用

氏名 _____ 年齢 _____ 才 _____

思い当たることはありませんか？

日常生活でこのような出来事がいくつみられるときには、一度かかりつけ医などの医療機関に相談してください。

受診の際は、思い当たる項目（□）にチェックを入れて持参してください。

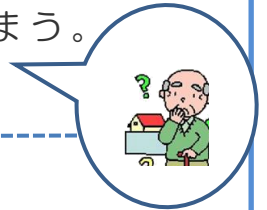
忘れている

- ☐ 少し前のことが思い出せない
- ☐ 同じことを何度も言う・問う・する。
- ☐ 大切な物をなくしたり、置き忘れたりする。
- ☐ 物の名前がでにくく、「あれ」「これ」と言うことが多い。
- ☐ 前に買ったことを忘れ、同じ物を何個も重ねて買ってくることがある。



時間と、場所

- ☐ いつも通るような慣れているところで道に迷ってしまう。
- ☐ 月、日、曜日がわからない。



判断力と理解力

- ☐ 料理、片付け、運転などのミスが多くなった。
- ☐ 簡単な計算を間違えたり、小銭の計算ができなくなった。



関心と興味がなくなる

- ☐ 身だしなみを気にしなくなった。
- ☐ 人との交流が減り、外出が億劫になった。
- ☐ 今まで好きだったことに興味・関心が薄くなった。

情緒不安定・不安感

- ☐ イライラ・不安・落ち込みなど、情緒が不安定になった。
- ☐ 物を盗られたなどと、被害的になることがある。



真室川町の状況

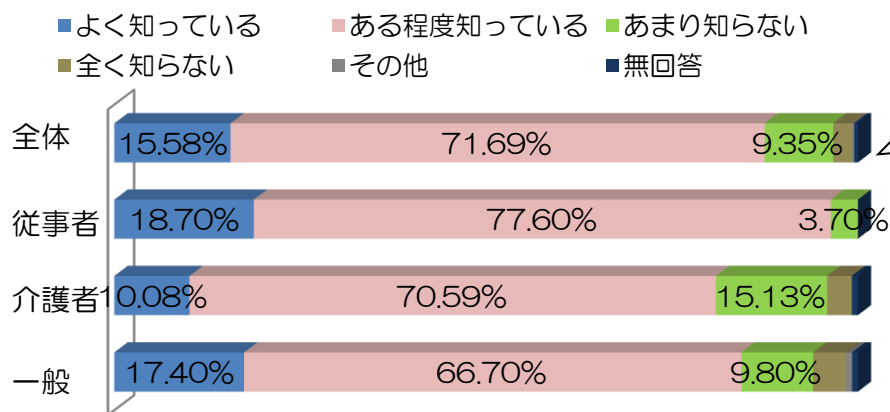
真室川町の認知症高齢者の割合

	平成20年度	平成30年度	令和5年度	令和6年度
真室川総人口	9,784人	7,897人	6,786人	6,585人
65歳以上	3,025人	3,021人	2,885人	2,873人
高齢化率	30.9%	38.3%	42.5%	43.6%
認知症高齢者数 (日常生活自立度Ⅱ以上)	328人	422人	380人	357人
高齢者認知症の割合	10.8%	14.0%	13.2%	12.4%

(福祉課調べ)

認知症についての理解度

(平成24年度実施の町アンケート結果より)



「よく知っている」・「ある程度知っている」人が8～9割を占めています。しかし、「ある程度知っている」と言う方が7割を占めており、認知症についての知識の普及がもっと必要です。



認知症を正しく理解する

もの忘れと認知症の違い

加齢によるもの忘れ	認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	経験したこと全体を忘れている
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたこと自体を忘れている
約束をうっかり忘れてしまった	約束したこと自体を忘れている
物覚えがわるくなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある

加齢によるもの忘れの特徴は「体験の一部を忘れていること」です。何かの拍子に思い出すこともあります。

一方、認知症の記憶障害は「体験の全体を忘れていること」が特徴です。もの忘れとは全く別物として区別する必要があります。



認知症の方への接し方

【認知症の方への対応心得】

“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

【具体的な対応ポイント】

・まずは見守る

- ・時間や体に余裕を持って対応する
- ・声をかけるときは一人で
- ・正面から声をかける

- ・目線の高さを合わせ優しい口調で
- ・穏やかに、はっきりした滑舌で
- ・言葉に耳を傾けゆっくり対応

・否定しない。周囲は間違いだと分かるが、本人はそう感じている。まずは「んだなが」。

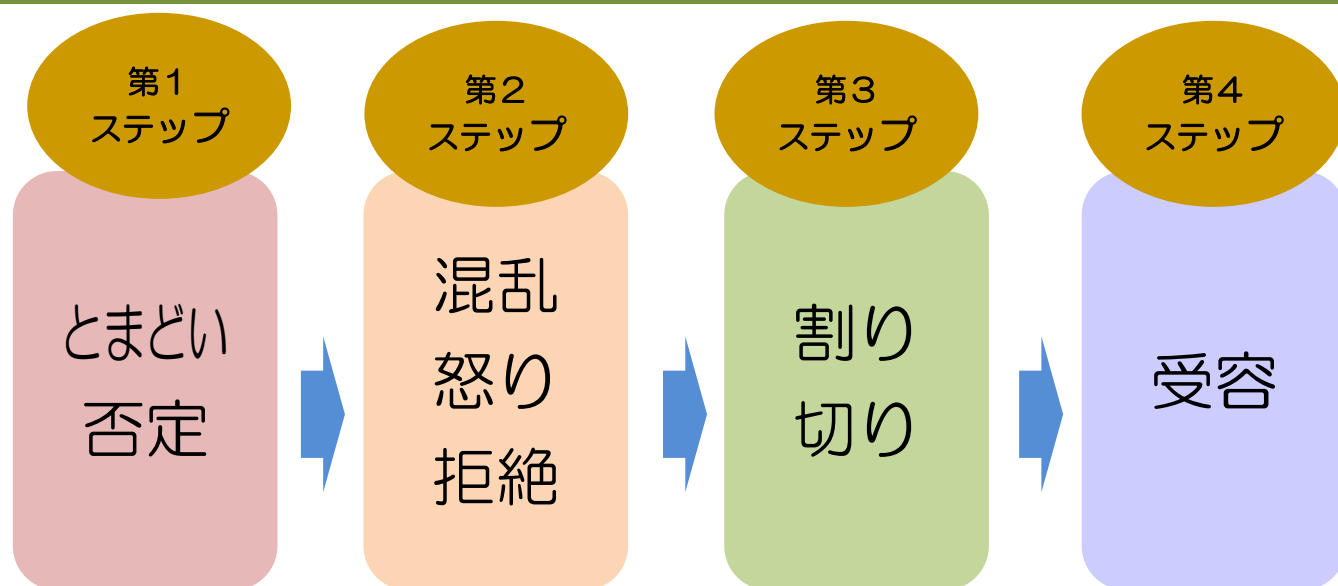
介護者の気持ちを理解する

介護者が困っていること

(平成 24 年度実施の町アンケート結果より)

- 1 位 ストレスや精神的負担が大きい 36.5%
- 2 位 家を留守にできず自由に行動できない 34.0%
- 3 位 睡眠時間が取れないなどの肉体的負担が大きい 15.1%

認知症介護をしている家族の気持ち



介護者へ周りの人が出来ること

認知症の人の「あるがまま」を受け入れられるようになるためには、介護者の気持ちの余裕が必要です。介護者の気持ちの余裕は、認知症本人や家族に対する周囲の理解や、介護サービスの適切な利用などによって得られます。

高齢者への虐待は、介護を一人で抱え込んでしまうことによる負担感から発生することもあります。周りの人が認知症を理解し、見守り、ちょっと手を貸してあげることで、介護者の負担感を少なくすることにつながります。

○介護負担の軽減に役立った言葉（言われてうれしかった言葉）

- 1. 介護者の体調への気遣い
- 2. サービス利用の提案
- 3. 介護方法の助言
- 4. 介護者への気遣い
- 5. 励ましやねぎらい

認知症の方の介護では、介護に対する精神的なねぎらいが少ない

平成 24 年度 認知症介護
研究・研修仙台センター調査
(344 家族に対する調査)

介護のワンポイント

ポイント1 同じ話を何度もする

食事を済ませてから「**食べていない**」と言い張り、何度も食事を要求される方がいます

「今食べたでしょう」と言っても、ご本人に食事の記憶がなく、ひどい時には「家族が食べさせない」と近所に訴えるような事態になってしまいます。



⇒「**今準備をしていますから、お茶やお菓子でも飲んで待っていて下さい**」と気を逸らすことは有効です。食事の後片付けをしばらくしないで、そのまま皆で団らんすると食事の記憶がとどまりやすいようです。

ポイント2 物盗られ妄想

金品などを盗まれたと思い込みます。しまい忘れたり、置き忘れたりした財布や眼鏡などの身の回りの物を人に盗まれたと思ってしまいます。

＊物盗られ妄想が起こる前に、一緒に物をわかりやすい見える場所に置くなど環境を整えておくことが大切です。



⇒「**そうですか。困りましたねえ**」など相打ちしながら訴えを聞き、**否定もせず、肯定もしない態度で聞き取ることが大切です。**

介護者が妄想の対象となり、ご本人が激しく混乱したり、介護する方に極度に負担がかかっている場合は、**介護を別の人に代わってもらったり**、精神科を受診したり、施設や病院の入所・入院などを利用し、一時環境を変えてみることも有効な手段です。

ポイント3 はいかい 徘徊

「**ここは私の家ではないから、家に帰らなくて**は」

「**子供が学校から帰ってくるので間に合うようご飯を作らなくて**は」

「**早く会社に行かなくて**は」など、その方なりの強い理由があって歩いているケースには、無理に外出をとめようとすると、興奮が強くなることがあります。



⇒安全のために、服装は明るめの色を。服の裏や襟裏、靴の側面に連絡先を書いたり、財布等に連絡先を書いた**カード**を入れておくことも大切です。

「その服では外へでられませんから、上に着るものを探しましょう」

「**食事を作るのでしたらお米や野菜を用意**しましょう」

「**会社に行くのに手ぶらではいけません。もっていくものを一緒に探して**下さい。」

というように声かけし、**外出しないで済む用事に関心**を向けてもらいましょう。

それでも出て行かれる場合は、しばらく**一緒につきあって**下さい。

それから、「**少し疲れ**ました。お茶でも飲みましょう」とか「**夜になって**きましたから、今日はここで泊まりましょう」と**促**します。

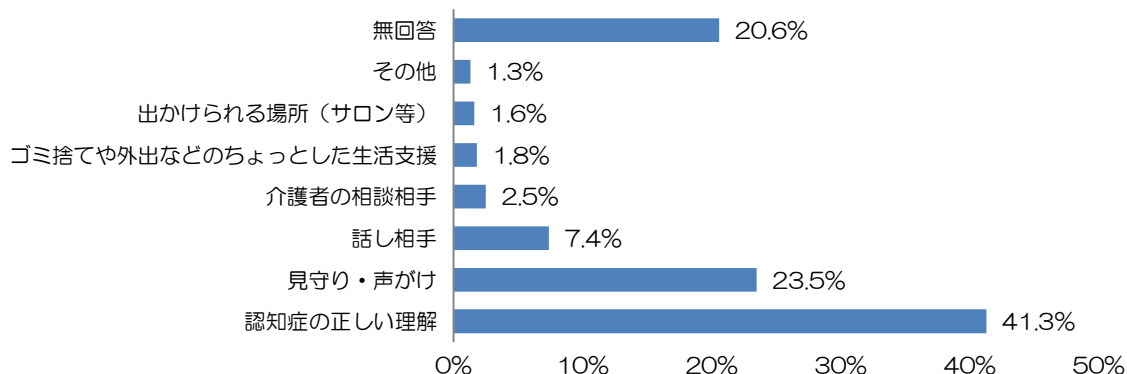
地域で認知症の方を支える

地域で認知症の方が困っていたら・・・

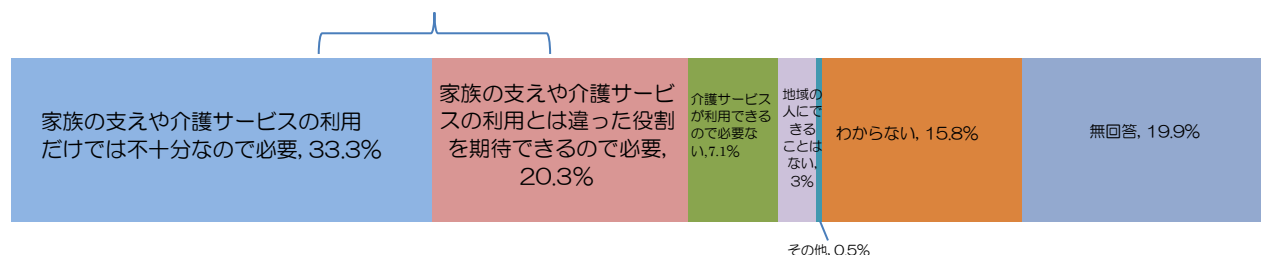
- ◆「何かお手伝いすることはありますか？」と一声かけてみましょう。
- ◆家族には、「大変ですね、お互い様ですから、お気遣いなく」といったねぎらいの言葉が介護の負担感を和らげます。
- ◆商店やスーパーでは、急がせず、認知症の人のペースで対応しましょう。
- ◆バスや電車で、どこに降りて良いかわからなかったり、困っている時は声掛けや運転手に話しをしたり、自宅に連絡してあげることも大切です。
- ◆銀行・郵便でも、ATMの引き出し等手間取っている高齢者もいます。また、詐欺の被害で多額に引き落としをしていないか、職員の方は目配りをして対策を講じていることもあります。時間がかかっている様子があったら、職員の方に対応をお願いしてもらいましょう。

<町のアンケートの結果より H26.2 実施>

- 地域の人には、1位 認知症の正しい理解をしてほしい
2位 見守り・声がけしてほしい
3位 話し相手になってほしい



○地域の人との協力が必要と 53.6%と考えている。



あなたも認知症サポーターになりませんか？

町では、一般住民の方や企業の方などを対象に、「認知症サポーター養成講座」を開催しています。



認知症サポーターは、特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人や、家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。認知症を理解した認知症の人への「応援者」です。

養成講座では、認知症についての基礎知識や接し方のポイントなどを学ぶことができます。地域や職場の集まり、学校などに講師が出向いて講座を行うこともできますので、養成講座を開催したいという方は、地域包括支援センター（TEL0233-64-1525）までご連絡ください。



認知症サポーターの目印
『オレンジリング』

～ 住み慣れた地域で暮らし続けるために ～

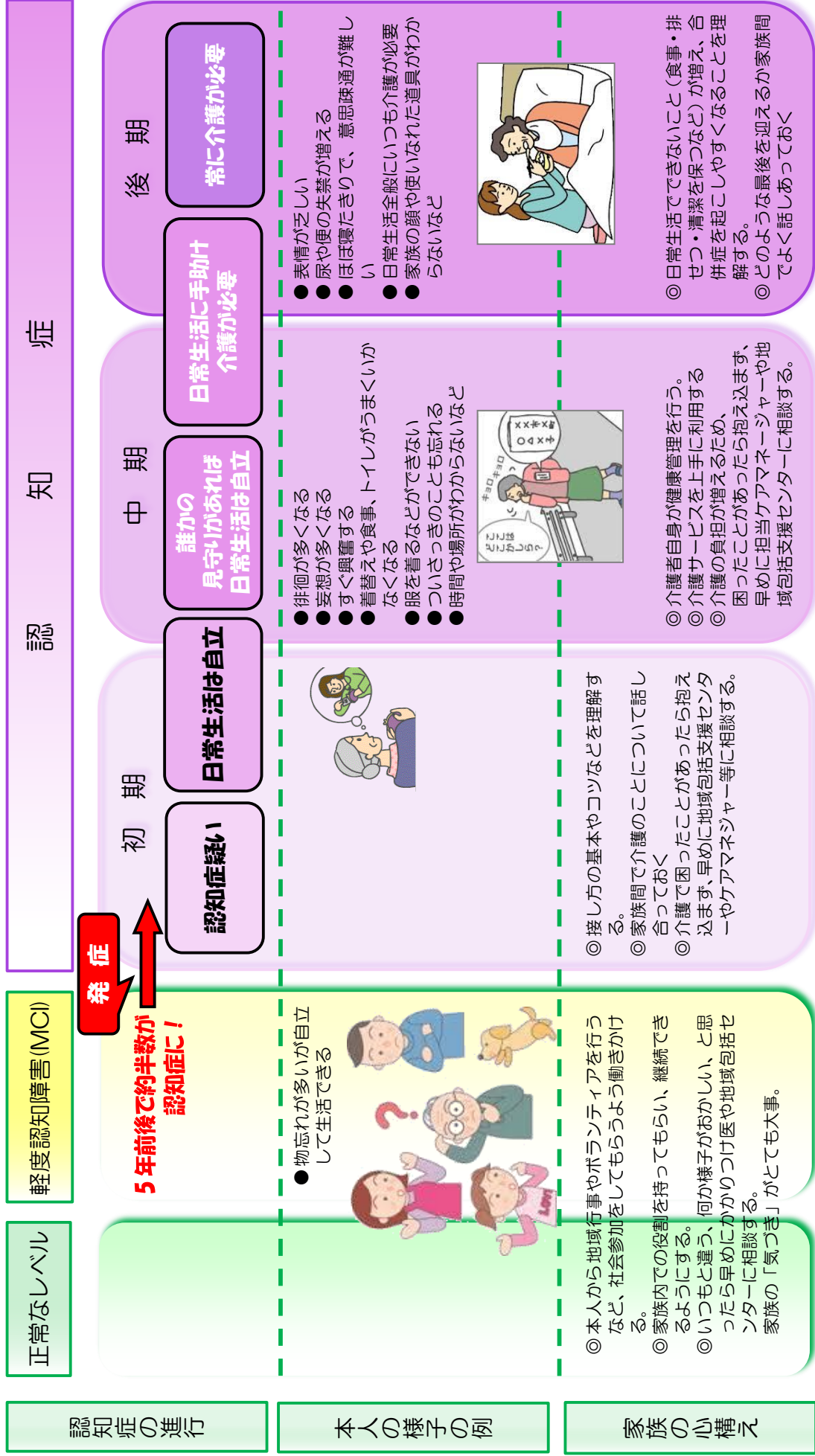


認知症の進行と主な症状の例

認知症は少しずつ進行し、症状が変化していきます。
家族や周囲が認知症を理解し、進行に合わせて対応していくことが大切です。

症状の現れ方には個人差があります

代表的なアルツハイマー型認知症の進行の例（右に行くほど発症から時間が経過し、進行していく様子）



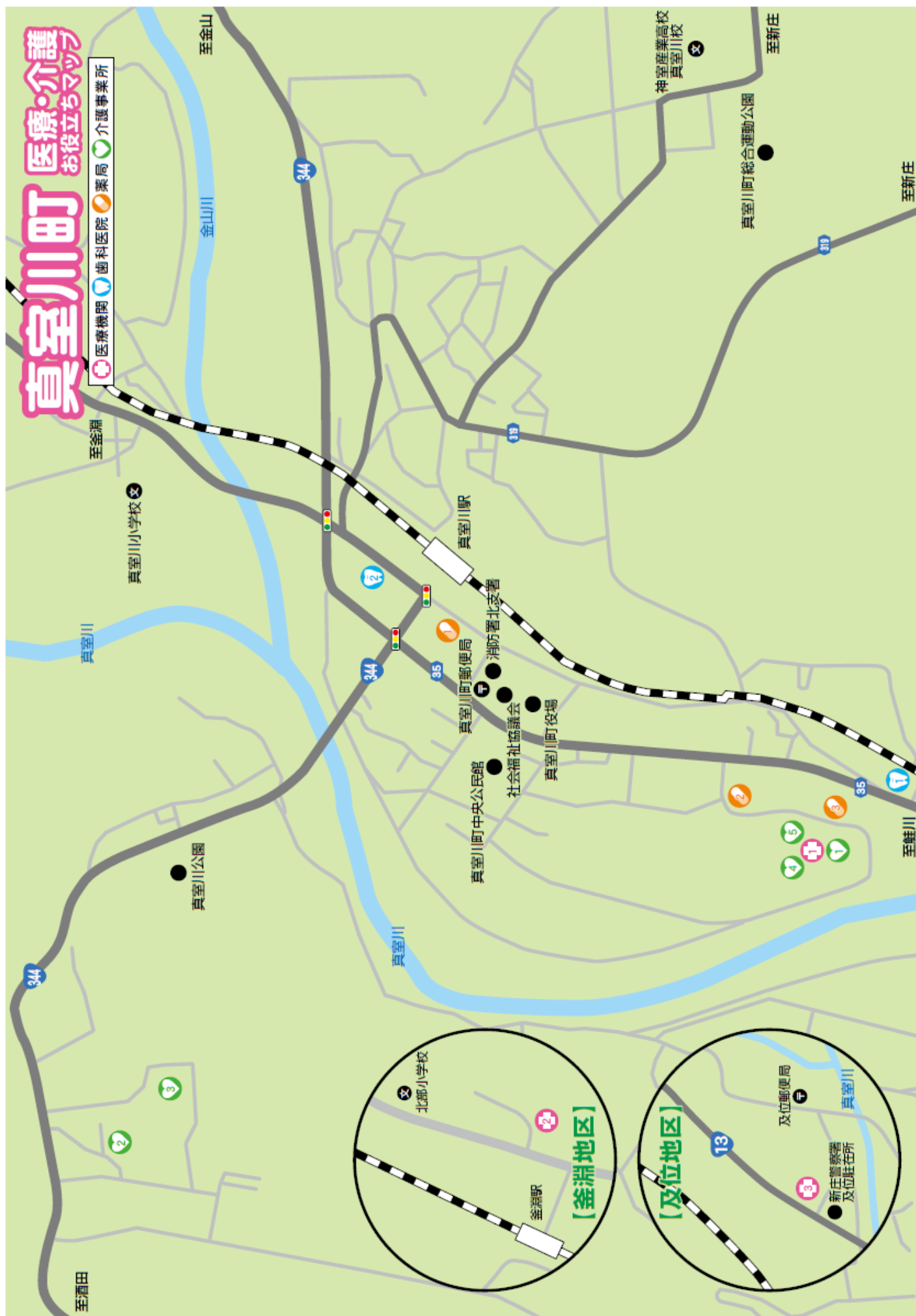
真室川町認知症対策の具体例

認知症の進行に合わせ受けられる介護保険サービスやその他の支援の例

認知症の進行

介護保険サービス・公的サービス
その他の支援

主 な サ ー ビ ス の 例					
相 談	認知症疑い	日常生活は自立 (Ⅰ)	誰かの見守りがあれば 日常生活は自立 (Ⅱ)	日常生活に手助け・ 介護が必要 (Ⅲ)	常に介護が必要 (Ⅳ)
介護予防・ 悪化予防	福祉課・地域包括支援センター・認知症初期集中支援チーム				
	福祉課・地域包括支援センター・ケアマネジャー				
	認知症カフェ				
安否確認・見守り	サロン・老人クラブ等				
	いきいきシニアクラブ等介護予防事業・ミニデイサービス・あべあべ・おんदै				
	認知症サポーター・見守り活動等				
生活支援	介護保険居宅サービス (訪問介護・通所介護・短期入所等)				
	介護保険施設サービス (老人保健施設・特別養護老人ホーム等)				
	ボランティアによる支援	町の福祉事業 (紙おむつ支給等)			
身体介護		町の福祉事業 (介護激励金等)			
		介護保険居宅サービス (訪問介護・通所介護・短期入所等)			
		介護保険居宅サービス (訪問入浴介護)			
医 療	かかりつけ医・認知症疾患医療センター (PFC HOSPITAL)				
	かかりつけ歯科医 かかりつけ薬局				
		訪問看護			
権利を守る	福祉サービス利用援助事業	成年後見制度			
家族支援	認知症相談 (福祉課 地域包括支援センター)				
		認知症介護者のつどい・介護のつどい			
	認知症カフェ	徘徊高齢者等安心登録事業			
住まい	自宅				
	高齢者向け住宅・有料老人ホーム等				
	介護保険施設サービス (グループホーム・介護老人保健施設・介護老人福祉施設)				



【真室川町】

医療機関

No	医療機関名	診療科目	診療時間	電話	住所
1	町立真室川病院	内科	月～金 8:30～12:00 14:00～17:00	62-2211	真室川町大字新町 469-1
		整形外科	月～金 8:30～12:00 14:00～17:00		
		耳鼻科	火金 8:30～12:00		
2	釜淵診療所	内科	火 木 8:30～11:00 13:30～16:00	65-2235	真室川町大字釜淵 818-31
3	及位診療所	内科	月 8:30～11:00	66-2112	真室川町大字及位 424-19

歯科医院

No	医療機関名	診療科目	診療時間	電話	住所
1	真室歯科医院	歯科	月～金 9:00～13:00 14:30～18:00 土 9:00～12:00	62-2058	真室川町大字新町92
2	伊藤歯科医院	歯科	月～金 9:00～13:00 14:45～18:00 土 9:00～13:00	62-2338	真室川町大字新町141

薬局

No	薬局名	営業時間	電話	住所
1	高宮薬局	月～金 8:00～19:00 土 9:00～18:00	62-2010	真室川町大字新町 128-20
2	真室川薬局	月～金 9:00～18:00	62-4970	真室川町大字新町 408-2
3	ふれあい薬局	月～金 8:30～18:00	62-2870	真室川町大字新町 475-5

介護事業所

No	事業所名	提供サービス	電話	住所
1	悠悠(ゆうゆう)	居宅介護支援 訪問介護 通所介護 短期入所生活介護 地域密着型 特別養護老人ホーム 特別養護老人ホーム	62-3431	真室川町大字新町469-5
2	福寿荘	短期入所生活介護 特別養護老人ホーム	62-2396	真室川町大字木ノ下 1101-1

No	事業所名	提供サービス	電話	住所
3	梅花苑	通所リハビリテーション 短期入所療養介護 老人保健施設	32-0505	真室川町大字木ノ下字 片淵山1125-286
4	訪問看護ステーション 新庄サテライトまむろ川	訪問看護	29-8433	真室川町大字新町469-1
5	真室川町 地域包括支援センター	介護予防支援	64-1525	真室川町大字新町469-1

認知症の方を支える機関

認知症の受診先

かかりつけ医がいる場合は、かかりつけ医に相談しましょう。

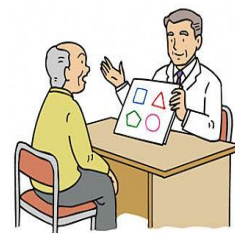
かかりつけ医がない場合は、専門の病院を受診されることをお勧めします。

◆専門病院 認知症疾患医療センター

PFCHOSPITAL

所在地：〒996-0053 新庄市大字福田 806

電話番号：0233-22-2125



認知症についての相談窓口

◆真室川町地域包括支援センター TEL 0233-64-1525 平日 8:30~17:15

電話相談も受け付けております

◆若年性認知症（64歳以下）コールセンター

社会福祉法人 仁至会 認知症介護研究・研修大府センター

TEL 0800-100-2707（通話料無料）月曜日～土曜日 10:00～15:00

令和5年4月より水曜日のみ 10:00～19:00（年末年始、祝日除く）

◆やまがた認知症コールセンター 認知症の人とその家族の会

TEL 023-687-0387 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く） 12時～16時

家族会・カフェ（交流の場）

- ◆認知症カフェ
 - ◆介護者の集い
- } 開催日等は広報にてお知らせしています。

問い合わせ：真室川町地域包括支援センター

◆山形県認知症相談・交流拠点さくらんぼカフェ 認知症の人と家族の会山形県支部

認知症の人と家族の会山形県支部が行う、相談できる交流の場。電話相談も受け付けています。

場所：山形市小白川町 2-3-30 山形県小白川庁舎 2 階

開催日：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

時間：12時～16時

電話番号：023-687-0387

◆若年性認知症の人と家族の集い「なのはな」

問合せ：山形県認知症相談・交流拠点さくらんぼカフェまで（TEL 023-687-0387）

※カフェとは

認知症の方や家族、専門職、地域住民などの集いの場です。交流を目的としたものや認知症の学習をするものなど、さまざまな特色を持つ認知症カフェの取り組みが県内各地に広がっています。

見守りネットワーク

商店等

	商店等	地区	電話番号	分 類	備 考
1	川又理容室	新田平岡	62-3067	理容	地区内・病院なら訪問可（カット・顔そり）
2	小嶋ふとん店	本町	62-2575	寝具店	店に来て注文の場合は配達しております。訪問販売はしていません。
3	近岡商店（株）	本町	62-2348	商店	商店（米・食料品・酒・灯油等） L P ガスメーター検針 バリアフリー・座って休む椅子有り
4	大沢呉服店	栄町	62-2467	衣料店	衣料品の配達 座って休める場所有り 車の送迎サービス（予約）
5	竹川屋商店	栄町	62-2002	雑貨屋	買って貰った商品の配達 電話での注文の品の配達 座れる椅子有り
6	共栄商事(株)	栄町	62-2101	文具店	本・文具・事務用品の配達（要相談） 座って休める椅子有り 愛用品をできるだけ用意
7	阿部農機店（株）	新橋通り	62-2651	農機店	座って休む椅子有り
8	セブンイレブン真室川新橋店	新橋通り	62-2506	コンビニ	食料品や雑貨の配達（要相談） 必要に応じて椅子を。
9	佐藤コヨシ商店	曙町	62-2631	食料品店	食料品・仕出しなどの配達 座って休む椅子有り
10	高橋鮮魚店	曙町	店舗まで	食料品店 仕出し	鮮魚の移動販売
11	理容コマツ	曙町	62-2782	理容	旧真室川地区なら訪問してのカット可（洗面台あればシャンプーも）
12	（有）洋品呉服のはまや	末広町一	62-2547	衣料店	女性衣料品（くつ下・下着類含）のお届け バリアフリー タオル、他贈答品のご相談・お届け 座る場所有
13	理容ミウラ	末広町1	62-2104	理容	旧真室川地区なら訪問してのカット・シェービング可
14	理容フジ	東町2	62-3887	理容	旧真室川地区なら訪問してのカット・シェービング可（土・日以外） 店内での休憩スペース有り 近所送迎の配慮
15	理容やなせ	新町	62-2654	理容	旧真室川地区なら訪問してのカット可
16	美容室ヘアージュア	宮町1	62-8232	美容	店舗バリアフリー 店内に座る椅子、休憩スペース有り
17	産直あさひ	砂子沢	63-2083	産直・コンビニ	ご注文いただいた商品の配達 店内に座って休む椅子有り
18	高橋なか商店	砂子沢	63-2010	商店	家電の修理点検 座って休む椅子・テーブル有り・茶も提供 商品の配達設置
19	小野魚店	砂子沢	63-2048	商店	食料品・仕出し・弁当の配達 座って休む椅子有り
20	Hairroom Yamada	砂子沢	63-2382	理容	あさひ小学区内なら訪問可（カット・シェービング）店舗バリア フリー・休める椅子有り
21	佐藤商店	新及位	66-2100	山菜加工商店	買い物したものを配達 座って休める椅子有り 灯油配達
22	高橋三治商店	旧及位	66-2010	商店	必要に応じて注文された品物を届ける 座って休める場所有り
23	ビューティサロン サトウ	釜淵5	65-2864	美容	自宅まで送迎
24	松泉堂	釜淵5	65-2027	菓子店	注文された品物を配達する 店内に座って休める椅子有り

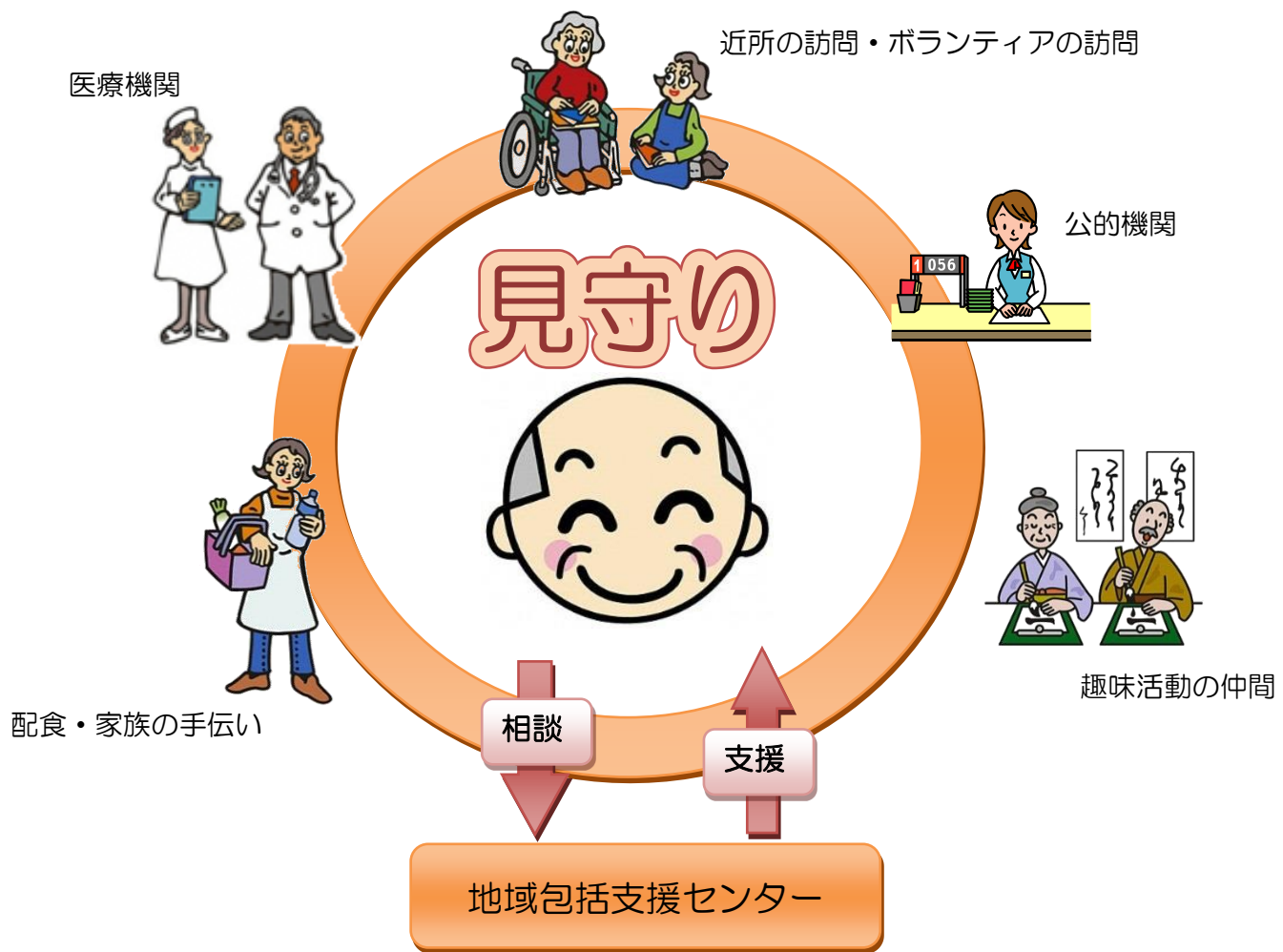
金融機関等

	金融機関等	地区	電話番号	分 類	備 考
1	真室川郵便局	新栄町	62-2160	郵便局	郵便配達 局内バリアフリー お客様ロビーに椅子有り
2	山形銀行真室川支店	末広町一	62-2531	金融	職員、認知症サポーター養成講座受講店
3	J Aおいしいもがみ真室川支店	安久土	62-2326	金融	職員、認知症サポーター養成講座受講店
4	安楽城郵便局	大向	63-2150	郵便局	局内バリアフリー お客様ロビーに椅子有り 職員、認知症サポーター養成講座受講店
5	釜淵郵便局	釜淵5	65-2300	郵便局	局内バリアフリー お客様ロビーに椅子有り 認知症サポーター養成講座受講職員有
6	及位郵便局	新及位	66-2300	郵便局	局内バリアフリー お客様ロビーに椅子有り 貯金・保険関連で訪問 認知症サポーター養成講座受講職員有

建築・ガス・水道等

	建築・ガス・水道等	地区	電話番号	分 類	備 考
1	(有)渡部塗装	東町1	62-2215	塗装店	家の塗装工事 見積もり集金等で訪問
2	安藤商会	本町	62-2360	GS・ガス	灯油等配達 ガスメーター検針 燃焼器具取付修理 店内座って休める椅子有り
6	小野商店サンソ屋	砂子沢	63-2306	GS・ガス	灯油・ガス等配達 ガス・水道メーター検針 燃焼器具取付修理 水道工事 バリアフリー
4	まるい商店	新及位	66-2137	GS・ガス 灯油等	灯油・ガス配達 ガス料金など集金 ストーブ器具など修理 大きいものは配達する
5	佐藤建築工務所	大向	63-2731	工務店	リフォーム工事 家の修理(屋根・外壁等) 雪下ろし・雪片付け IHヒーターへの変更等

	医療機関等	地区	電話番号	分 類	備 考
1	町立真室川病院	新町	62-2211	病院	
2	真室歯科医院	新町	62-2058	歯科医院	
3	伊藤歯科医院	本町	62-2338	歯科医院	
4	柴田接骨医院	新橋通り	62-3852	接骨院	自立歩行等困難な場合の往診 骨折・打撲・脱臼・捻挫等の応急手当
5	釜淵診療所	釜淵5	65-2235	診療所	
6	及位診療所	新及位	66-2112	診療所	
7	高宮薬局	栄町	62-2010	薬局	
8	真室川薬局	新町	62-4970	薬局	
9	ふれあい薬局	新町	62-2870	薬局	バリアフリー・車椅子や杖・椅子など用意・表示を大きくしている。



住み慣れた地域で永く生活できるよう
地域の支援も活用しましょう。

発行：真室川町役場福祉課

(平成27年3月発行、平成31年3月改訂、令和6年12月改訂)

制作協力：真室川町地域ケア会議（認知症部会）