

認知症と生きる

くらしの情報集



令和6年8月発行
宇部市

～認知症と生きるくらしの情報集～



「認知症になっても、住み慣れた地域で自分らしく生活したい。」

この情報集は、そんな誰もが持つ願いを実現するために、「医療」「介護」「福祉」「地域」など様々な分野から収集したサービスや資源、相談窓口などの情報を掲載しています。

もくじ

1 認知症について

- 1) 認知症について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 2) 早期発見・早期対応の大切さ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- 3) 認知症の方への接し方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1～3

2 相談したい

- 1) 宇部市役所 高齢福祉課 高齢者支援係・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
- 2) 市内の地域包括支援センター（高齢者総合相談センター）・・・・・・ 5～6
- 3) もの忘れや認知症に関する相談窓口・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7～8
- 4) 主に若年の方 又は 65歳未満の方の相談窓口・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
- 5) 地域の相談窓口・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9

3 認知症の治療について医師に相談したい（医療機関）・・・・・・・・・・ 10～13

4 認知症の方の歯科治療について歯科医師に相談したい（歯科医院）・・・・ 14～16

5 認知症の方のお薬について薬剤師に相談したい（薬局）・・・・・・・・・・ 17～18

6 「介護で疲れている」時に相談したい（家族会）

7 自宅で生活するために使えるサービスを知りたい

- 1) 介護予防・日常生活支援総合事業・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 19～20
- 2) 介護保険サービス（居宅サービス）・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20～22

8 状況に応じて利用できる制度

- 1) 障害年金・手当等・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 23～24
- 2) 資格・認定証・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 24～25
- 3) 障害サービス・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 25

- 4) 宇部市の高齢者保健福祉サービス 25～26
- 5) その他のサービス 26
- 6) 交流の場 27～30

9 行方不明になった時のことが心配

- 1) 警察に連絡する 30
- 2) 地域であんしん・あんぜん見守り愛ネット 30～32
- 3) GPSによる見守り支援機器の費用の一部補助 33
- 4) 2次元コード入り宇部市見守りシール 34

10 自宅での生活が難しくなった時（施設入所について）

- 1) 身体機能に支障なく見守り程度で生活できる方 35
- 2) 軽度から中等度の認知症のある方 35～36
- 3) 身体機能の低下を伴う中重度の認知症の方 36
- 4) 医療での処置があり、身体機能の低下がある認知症の方 36

11 認知症の進行を緩やかにしたい

- 1) 認知症の予防方法 37
- 2) 仲間をつくる、地域の活動に参加する 37～38

12 権利・財産を守るために

- 1) 消費生活トラブルの相談 39
- 2) 金銭管理等の支援 39
- 3) 成年後見制度・任意後見制度の相談窓口 39～40
- 4) その他 41

13 運転に不安を感じたら

- 1) 運転卒業証制度 41
- 2) 安全運転相談窓口 42
- 3) 安全運転定期診断 42

1 認知症について

1) 認知症について

認知症は、脳細胞が減少したり、働きが悪くなっていく病気で、誰にでも起こりうる可能性があります。

仮に認知症と診断されても、その日から何もできなくなるわけではありません。もの忘れや、時間・人・場所の見当がつかなくなったり、理解力や判断力が低下したりしますが、周囲の方の見守りや支援で、できることもたくさんあります。

声をかけるときはゆっくりわかりやすくなど、安心できる関わり方を心掛けましょう。

2) 早期発見・早期対応の大切さ

認知症かどうかは、その時の心身の状態によって症状が違ってもあり、早期の診断は難しい時もあります。しかし、初期の段階で適切な対応をすることで、その後の生活を自分らしく組み立てることや、生活習慣の改善、薬物療法などにより認知症の進行を緩やかにできる可能性があります。

また、認知症の原因となる病気には治療可能なものもあるため、特に急に症状が悪化した場合は早めに受診することが大切です。

症状が軽く、日常生活でさほど困らないうちは相談を先延ばしにしがちですが、2ページの【「認知症」早期発見のめやす】を参照され、気になる症状等がありましたら、かかりつけ医やオレンジドクター（10ページ参照）、または、この情報集に掲載している相談窓口に早めに相談しましょう。認知症を正しく知り、適切な対応をとることで、ご本人と介護者の負担は軽くなります。

3) 認知症の方への接し方 ～ご本人の気持ちになって～

認知症になると「何も分からない」と思われがちですが、そうではありません。

ご本人は今までの自分との違いに、戸惑いや不安や悲しみ等を感じながら生活しておられます。不安やストレスは、認知症の進行と大きな関わりがあることもわかってきました。認知症の方と接する時には、安心できる関わり方を心がけましょう。

接し方の7つのポイント

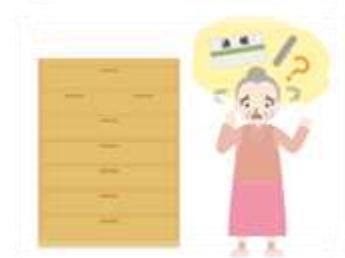


- まずは見守る
- やさしい口調で
- 余裕をもって対応する
- おだやかにはっきりした口調で
- 声をかけるときは一人で
- 会話は本人のペースに合わせて
- 背後から声をかけない

【「認知症」早期発見のめやす】

もの忘れがひどい

- ・ 今切ったばかりなのに、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



時間・場所がわからない

- ・ 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

- ・ ひとりになると怖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」とご本人が訴える

意欲がなくなる

- ・ 下着を替えず、身だしなみを気にしなくなった
- ・ 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、おっくうがりいやがる



※参考／公益社団法人 認知症の人と家族の会 作成

あなたは、知っていますか？ 認知症のこと

さあ、あなたも認知症の応援者になろう



サポーターカード

認知症サポーター養成講座を
修了した方に交付されます。



ステッカー

事業所の方には
ステッカーも進呈します。

認知症の症状は人によってさまざまで、介護も長期にわたることがあり、介護者の心身の負担はとて大きいものです。そのため、より多くの方が認知症について正しく理解するとともに、認知症の方やそのご家族を地域ぐるみで見守り支援をしていくことが大切です。

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の方やご家族を温かく見守り応援する、認知症サポーター（認知症の応援者）になりませんか？

認知症サポーター養成講座

対象者

宇部市内在住の方、または通学通勤をされている方

内容

60分～90分程度。（子ども向けは45分程度）

認知症についての正しい知識、適切な対応方法などを学びます。費用は無料です。

申し込み

宇部市役所 高齢福祉課 高齢者支援係

☎ 34-8303 FAX 22-6026



2 相談したい



1) 宇部市役所 高齢福祉課 高齢者支援係

☎ 34-8303 FAX 22-6026

市役所内に設置された高齢者の総合相談窓口です。
認知症地域支援推進員などの専門職が認知症に関する相談をお受けします。

「認知症初期集中支援チーム」を設置しています

認知症かもしれないが、専門医療や介護サービスにつながらない、もしくは診断を受け、介護サービスを利用しているものの、症状が顕著なため対応に困り、在宅生活が難しくなりつつある方のご自宅に、保健福祉専門職が直接訪問し、在宅生活が継続できるようお手伝いさせていただきます。

宇部市にお住まいの40歳以上で、以下のような状態の方が対象となります。

- ・ 認知症が疑われるが、ご本人の受診拒否等のため、診断を受けていない。
- ・ 診断は受けているが、通院、服薬が難しく継続した治療につながらない。
- ・ 継続的な介護保険サービスに結びついていない。
- ・ 医療や介護サービスを受けているものの、認知症状が著しいため対応に困っている。

認知症になっても「こ」「わ」「く」「な」「い」の5つのキーワードに基づいて状態や内容に応じた様々な支援をすすめています

- こ まったら まず相談
- わ すれても 私の居場所があります
- く るしいときは 助けあいます
- な きたいときは はきだそう
- い つでもみんなが見ています

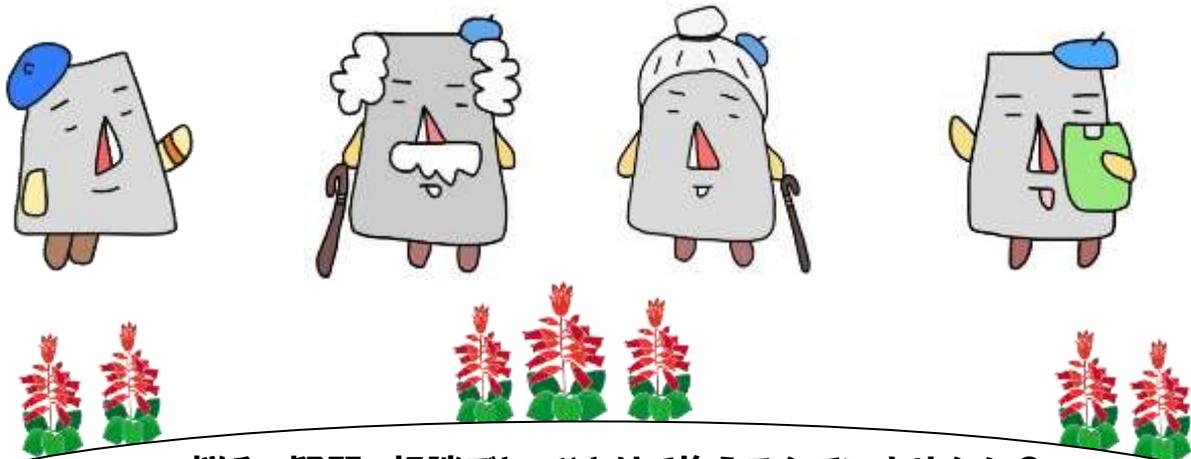


2) 市内の地域包括支援センター（高齢者総合相談センター）

地域包括支援センターは、市や介護・医療・福祉などの関係機関と協力して、地域の方々の健康・生活・財産・権利などを守るために設置された機関で、どなたでも利用できます。

高齢者の暮らしを支える専門スタッフ（保健師、主任介護支援専門員、社会福祉士）が、いろいろな相談や手続き、交流、社会参加などさまざまな活動の窓口になっています。

認知症の方やそのご家族を支援する相談業務等を行う、認知症地域支援推進員も配置されています。 ※若年性認知症の方のご相談もお受けしています。



悩み 疑問 相談ごと ひとりで抱えこんでいませんか？
地域包括支援センターは、こんなときお役に立ちます！

介護や健康のこと

- ◎事業対象者、要支援1・2の方のプラン作成
- ◎介護サービスの調整・相談
- ◎介護保険利用の申請を頼みたい
- ◎身体の機能に不安がある
- ◎今の健康を維持したい など

権利を守ること

- ◎悪質な訪問販売の被害あった
- ◎財産の管理が心配
- ◎虐待をうけている高齢者がいる
- ◎成年後見制度の利用支援
- ◎弁護士による法律相談（よりよい法律相談）

さまざまな相談ごと

- ◎家族の介護に疲れてしまった
- ◎身の回りのことに不安が出てきた
- ◎もの忘れが多くなり困った
- ◎閉じこもりぎみの高齢者がいて心配
- ◎サービス事業者への不満があるが言えない

地域のつながりを支援

- ◎生きがいづくりの場がほしい
- ◎高齢者を支える活動がしたい
- ◎地域の介護支援専門員（ケアマネジャー）の支援
- ◎さまざまな機関とのネットワークづくり

地域包括支援センター（高齢者総合相談センター）一覧

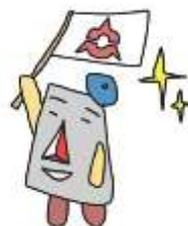
令和6年4月現在

担当 地区	センター名	電話
		FAX
東岐波 川上	東部第1地域包括支援センター (宇部市大字東岐波 4940 番地 1)	TEL: 39-6971
		FAX: 39-6972
西岐波 常盤	東部第2地域包括支援センター (宇部市大字西岐波 229 番地 105)	TEL: 39-6151
		FAX: 39-6502
西宇部 厚南	西部第1地域包括支援センター (宇部市大字際波 287 番地 1)	TEL: 45-3969
		FAX: 45-1224
黒石 原	西部第2地域包括支援センター (宇部市大字妻崎開作 470 番地 3)	TEL: 43-9307
		FAX: 43-9308
上宇部 小羽山	中部第1地域包括支援センター (宇部市中村二丁目 7 番 15 号) 令和6年10月1日移転予定 (宇部市川添一丁目 2 番 5 号)	TEL: 43-9551
		FAX: 35-9206
新川 鵜の島 藤山	中部第2地域包括支援センター (宇部市若松町 8 番 3 号)	TEL: 39-6131
		FAX: 39-8134
厚東 二俣瀬 小野	北部東地域包括支援センター (宇部市大字木田 40 番地 221)	TEL: 62-5858
		FAX: 62-5959
船木 万倉 吉部	北部西地域包括支援センター (宇部市大字船木 833 番地 3)	TEL: 67-0506
		FAX: 67-1413
恩田 岬	南部第1地域包括支援センター (宇部市東芝中町 4 番 45 号)	TEL: 38-8551
		FAX: 38-8552
見初 神原 琴芝	南部第2地域包括支援センター (宇部市寿町三丁目 2 番 26 号)	TEL: 38-3220
		FAX: 38-3221

ご相談はお住いの地区を担当する地域包括支援センターへ



体調が悪かったり、ご家族の介護などで地域包括支援センターに行けない場合は、センターの職員が訪問することもできます。
お気軽にご連絡ください。



3) もの忘れや認知症に関する相談窓口

相談機関等	相談内容	連絡先
認知症疾患医療センター	精神保健福祉士等が、ご本人・ご家族、介護・福祉関係者から様々な相談に応じるほか、保健・医療・介護機関等と連携を図りながら、認知症に関する情報提供を行います。	山口県立こころの医療センター ☎ 58-5950 FAX 58-6503 月～金/9:00～17:00 祝日・年末年始を除く
健康福祉センター	保健・医療・福祉に関する総合的な相談に応じるとともに、訪問指導や各種情報提供を行います。	山口県宇部健康福祉センター (精神・難病班) ☎ 31-3203 FAX 34-4121 月～金/8:30～17:15 祝日・年末年始を除く
精神保健福祉センター	精神科医・臨床心理士・ケースワーカー、保健師が精神保健福祉に関する相談に応じます。	山口県精神保健福祉センター (心の健康電話相談) ☎ 083-901-1556 月～金/9:00～11:30・13:00～16:30 祝日・年末年始を除く
やまぐちオレンジドクター	もの忘れや認知症に関する相談・支援等を積極的に行う医師であるオレンジドクターが相談に応じます。各医療機関にお電話でご予約の上、ご相談ください。	10 ページ参照
認知症 110 番	公益財団法人認知症予防財団が、厚生労働省の後援をうけて開設している無料の電話相談窓口です。	☎ 0120-654-874 (フリーダイヤル) 月・木/11:00～15:00 月曜が祝日の場合は翌火曜
福祉なんでも相談窓口	子どもから高齢者まで、福祉に関する様々な困りごとや悩みごとの相談に応じます。「どこに相談したらいいの?」と思ったら、どうぞ、ご相談ください。多機関と連携し、困りごとや悩みごとが解決できるよう支援します。	福祉総合相談センター (宇部市役所 地域福祉課) ☎ 34-8393 FAX 22-6026 月～金 / 8:30～17:15 祝日・年末年始を除く
心配ごと相談・福祉なんでも相談窓口	日常の様々な困りごと、心配ごとなどの相談をお受けします。	宇部市社会福祉協議会 (地域福祉課) ☎ 33-3134 FAX 22-4392 月～金 / 8:30～17:15 祝日・年末年始を除く

<p>家族・介護者の会</p>	<p>介護している人々がお互いに思いや悩みを話し合ったり、リフレッシュしたり、介護に関する勉強をしています。</p>	<p>公益社団法人 認知症の人と家族の会 ☎ 0120-294-456 携帯電話・スマートフォンからは、050-5358-6578 土・日・祝日を除く毎日 10:00～15:00 【山口県支部】 ☎ 083-925-3731 月～金/10:00～16:00 祝日・年末年始を除く</p>
-----------------	--	---

4) 主に若年の方 又は 65歳未満の方の相談窓口

相談機関等	相談内容	連絡先
<p>若年性認知症支援相談窓口</p>	<p>若年性認知症支援コーディネーターが、医療・福祉・就労等の若年性認知症に関する相談に応じます。</p>	<p>山口県立こころの医療センター ☎ 58-2212 FAX 58-6503 月～金/9:00～17:00 祝日・年末年始を除く</p>
<p>若年性認知症コールセンター</p>	<p>認知症介護研究・研修大府センターが開設している電話相談窓口です。</p>	<p>社会福祉法人仁至会 認知症介護研究・研修大府センター ☎ 0800-100-2707 （フリーダイヤル） 月～土/10:00～15:00 ただし水曜は 10:00～19:00 祝日・年末年始を除く</p>
<p>若年認知症サポートセンター</p>	<p>ご本人及びご家族が尊厳を保ち、安心して暮らせる社会の実現をめざして作られたNPO法人です。若年認知症に関する相談先、お近くの家族会の連絡先などの相談に応じます。</p>	<p>特定非営利活動法人 若年認知症サポートセンター ☎ 03-5919-4186 月・水・金/10:00～17:00</p>
<p>保健センター</p>	<p>身近な相談窓口として、保健・医療・福祉に関する総合的な相談に応じます。</p>	<p>宇部市役所 健康増進課 ☎ 31-1777 FAX 35-6533 月～金 / 8:30～17:15 祝日・年末年始を除く</p>
<p>医療機関のソーシャルワーカー</p>	<p>医療機関（総合病院）の地域連携室にいるソーシャルワーカーに相談できます。</p>	<p>医療機関の地域連携室にお問い合わせください。</p>

5) 地域の相談窓口

① 民生委員・児童委員

相談活動・・・福祉に関する悩みごとや心配ごとの相談を受け、一緒に考え、解決のお手伝いをします。

生活支援・・・ボランティアや見守り活動を行い、お互いに助け合う体制をつくります。

意見具申・・・住み慣れた地域で誰もが安心して、豊かに暮らし続けられるよう、皆さんの声を関係行政機関等に届けます。

情報提供・・・社会福祉制度や福祉サービスの内容や利用方法についてご紹介します。

※地区担当民生委員にご相談がある場合は、下記窓口に連絡してください。

問い合わせ 宇部市役所 地域福祉課 地域福祉係

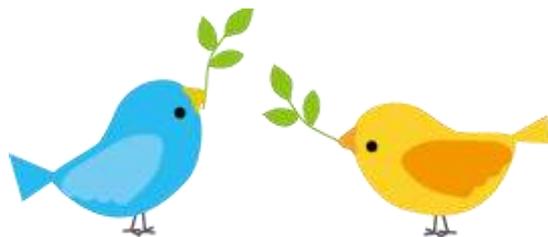
☎ 34-8325 FAX 22-6026



② 福祉委員

自治会から選出された、地域福祉活動を行う地域ボランティアです。日々の見守り活動の中から生活課題を見つけたら、民生委員・自治会長・市社会福祉協議会などの機関に連絡・相談し、自らも福祉活動の担い手となります。

問い合わせ 宇部市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎ 33-3134 FAX 22-4392



3 認知症の治療について医師に相談したい

認知症は、早期発見・早期治療・早期対応がとても重要です。お早めにご相談ください。

<表の見方>

右端の①、②、③、④、⑤、⑥、⑦、⑧の項目は、以下のとおりです。

○ のついているものが、各医療機関の対応項目です。

- ① 認知症かどうかの診断ができる医療機関
- ② 認知症と診断し、その原因診断ができる医療機関
- ③ 認知症の継続治療ができ、周辺症状（行動・心理症状）に対して専門医に相談・紹介ができる医療機関
- ④ 認知症に関わる周辺症状にも対応でき、専門的治療のできる医療機関
- ⑤ 「認知症専門外来（もの忘れ外来など）」のある医療機関
- ⑥ オレンジドクター（やまぐちもの忘れ・認知症相談医）が在籍している医療機関
- ⑦ 往診が可能（認知症に限らず）
- ⑧ 訪問診療が可能（認知症に限らず）



オレンジドクター・・・もの忘れや認知症に関する相談・支援を積極的に行う医師です。

往診・・・患者の要請により、医師がその都度、診療を行うことです。

訪問診療・・・計画的に医師が訪問し診療を行うことです。

この名簿は、宇部市医師会の協力を得て作成しました。（令和6年5月末現在）

No.	医療機関名	地区	住所	電話番号 (FAX番号)	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
1	山口宇部医療センター	東岐波	東岐波 685	58-2300 (58-5219)	○		○	○				
2	山口県立こころの医療センター	東岐波	東岐波 4004-2	58-2370 (58-6503)	○	○	○	○	○	○		
3	金沢守クリニック	東岐波	東岐波 5689-4	58-3366 (58-3330)			○				○	○
4	かわむらクリニック	東岐波	東岐波 3848-6	58-4970 (58-6187)			○					
5	波乗りクリニック	東岐波	東岐波丸尾 4327-8	59-1173 (39-7689)	○		○	○		○	○	○
6	ニシムラ内科	東岐波	東岐波 2151-2	59-2466 (59-2467)			○			○	○	○
7	西川医院	川上	西岐波下片倉	54-2525 (54-2020)	○		○				○	○
8	セントヒル病院	西岐波	今村北三丁目 7-18	51-5111 (51-9999)			○			○		
9	宇部リハビリテーション病院	西岐波	西岐波 229-3	51-3111 (51-4441)	○	○	○	○	○	○		

No.	医療機関名	地区	住所	電話番号 (FAX番号)	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
10	片倉病院	西岐波	西岐波 229-3	51-6222 (51-4440)	○	○	○	○				
11	宇部興産中央病院	西岐波	西岐波 750	51-4760 (51-9454)	○	○	○			○		
12	床波内科	西岐波	今村南一丁目 2-40-5	51-1313 (51-4863)			○				○	○
13	内田内科消化器科	西岐波	床波二丁目 5-26	51-9323 (51-9068)	○		○				○	○
14	廣重内科	西岐波	床波二丁目 3-6	51-7100 (51-7172)	○		○				○	○
15	くろかわクリニック	常盤	亀浦一丁目 2-22	37-2255 (37-1800)	○	○	○			○		
16	尾崎循環器内科	常盤	西岐波 4695-1	51-4970 (51-6669)	○		○			○		
17	ときわクリニック	常盤	西岐波 4739-2	51-3321 (51-8521)	○	○	○	○		○		
18	藤本内科・脳神経内科	常盤	則貞五丁目 5-7	29-1128 (29-1148)	○	○	○	○	○	○	○	○
19	宇部協立病院	恩田	五十目山町 16-23	33-6111 (33-6924)	○	○	○	○	○	○		○
20	三井外科医院	岬	昭和町四丁目 4-16	21-5111 (33-2483)	○		○			○	○	○
21	水木神経内科医院	見初	明治町二丁目 5-7	31-9292 (31-9292)	○	○	○	○				
22	わただ内科	神原	寿町二丁目 12-7	34-2611 (34-2331)	○					○	○	○
23	藤野内科	神原	寿町一丁目 3-33	32-1521 (21-2694)	○		○			○		○
24	尾中病院	神原	寿町一丁目 3-28	31-2133 (32-9907)	○	○	○			○		
25	山本内科	琴芝	北琴芝二丁目 12-12	21-1580 (31-2554)	○	○	○	○			○	○
26	小沢内科医院	琴芝	琴芝町一丁目 4-31	22-1515 (22-1520)	○		○	○	○	○	○	○
27	上宇部外科	琴芝	海南町 2-12	21-8888 (21-5555)	○		○				○	○
28	生協上宇部クリニック	上宇部	海南町 2-25	33-3395 (33-7995)	○	○	○	○		○	○ ※	○

No.	医療機関名	地区	住所	電話番号 (FAX番号)	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
29	にしむら内科クリニック	上宇部	山門四丁目 1-27	35-0099 (35-0250)	○		○			○	○	○
30	ひらき内科	上宇部	開一丁目 3-3	22-8808 (35-7500)	○	○	○	○	○	○	○	○
31	むべの里光栄 かわぞえクリニック	上宇部	川添一丁目 2-5	52-7762 (52-7763)			○					
32	おばやま血管心臓病 クリニック	小羽山	南小羽山町 二丁目 19-13	21-2900 (21-3176)	○	○	○					
33	たお内科クリニック	新川	島二丁目 4-11	37-3310 (37-3311)	○		○			○		
34	よしかわ脳神経外 科クリニック	新川	東小串二丁目 1-6	38-6010 (38-6011)	○	○	○	○	○	○		
35	わたなベクリニック	新川	西小串六丁目 5-50	39-7706 (39-7708)	○		○	○		○		
36	宇部記念病院	新川	上町一丁目 4-11	31-1146 (22-7118)	○	○	○	○		○	○	○
37	山口大学医学部附属 病院	新川	南小串一丁目 1-1	22-2111 (22-2113)	○	○	○	○	○	○		
38	土屋医院	鶉の島	上町二丁目 3-11	33-8116 (33-9500)	○		○	○	○	○		
39	矢野外科医院	藤山	鍋倉町 6-45	22-1001 (35-1800)						○	○	○
40	オクダ内科循環器科	厚南	厚南中央 一丁目 2-66	44-4970 (44-6143)	○	○	○	○		○		
41	末富内科クリニック	厚南	厚南中央 二丁目 2-3	41-1231 (41-5998)			○				○	○
42	きわなみ内科クリニ ック	西宇部	西宇部南 三丁目 2-15	41-1114 (45-0210)	○	○	○			○	○	○
43	西村外科医院	黒石	妻崎開作 812-1	41-5010 (41-7530)	○		○			○	○	○
44	やまもとクリニック	黒石	黒石北三丁目 1-53	45-2599 (45-2555)	○		○					○
45	くろいし内科クリニ ック	黒石	妻崎開作 503-1	45-0005 (45-0006)	○							
46	すがメンタルクリニ ック	黒石	中野開作 433-3	45-2233 (45-2345)	○			○				
47	さの脳神経内科クリ ニック	黒石	妻崎開作 107	43-6937 (43-6938)	○	○	○	○		○		

No.	医療機関名	地区	住所	電話番号 (FAX番号)	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
48	宇部第一病院	二俣瀬	木田字中山田 40-20	62-1001 (62-1074)			○				○	○
49	扶老会クリニック	船木	船木 833	67-1167 (67-1719)	○		○	○				

※ 通院中や訪問診療を行っている患者さんに限る

★ ⑦⑧については、対応可能であっても、事前の受診が必要となる場合がありますので、直接医療機関にお問い合わせください。

★ 入院については、各医療機関にご相談ください。

その他、ご不明な点がございましたら、宇部市役所高齢福祉課（4 ページ）までご連絡ください。



4 認知症の方の歯科治療について歯科医師に相談したい

日常生活に支障のある方が歯科治療を希望するときの参考にしてください。

<表の見方> 右端の①、②、③の項目は、以下のとおりです。

① 訪問診療

○	希望があれば行う
△	かかりつけの患者さんのみ行う
×	行わない



② 診療所について

○	バリアフリーである
△	段差はあるが車椅子での診療は可能
×	車椅子などの患者さんは難しい

③ 口腔ケアについて

○	行う
△	その時に応じて
×	行わない

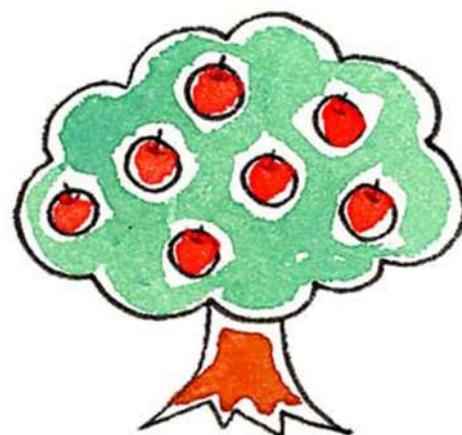
※意思疎通が困難な認知症の方の診療については、各歯科診療所にご相談ください。

この名簿は、宇部市歯科医師会の協力を得て作成しました。(令和6年4月末現在)

No.	歯科医院名	地区	住 所	電話番号 (FAX 番号)	①	②	③
1	愛歯科診療所	東岐波	東岐波 5687-5	58-5880 (58-5872)	×	△	○
2	すみかわ歯科医院	東岐波	東岐波 1052-1	58-0643 (58-0643)	○	△	○
3	きわ歯科クリニック	東岐波	東岐波 5623-1	58-6607 (58-6607)	△	△	○
4	山下歯科医院	東岐波	東岐波 3797-4	58-2500 (58-6149)	○	△	○
5	たかい歯科・矯正歯科 クリニック	西岐波	西岐波 2775-7	54-0234 (54-0235)	×	○	○
6	協立歯科	恩田	五十目山町 16-42	34-2511 (34-3495)	○	○	○
7	ひなたデンタルクリ ニック	恩田	恩田町二丁目 7-3	52-8240 (52-8241)	×	○	△
8	かねこ歯科医院	恩田	恩田町三丁目 8-19	22-0272 (22-0272)	△	△	△
9	みさき歯科	岬	岬町一丁目 9-20-1	37-2750 (37-2751)	△	○	○
10	徳久歯科クリニック	見初	松山町一丁目 7-20	37-0666 (37-0622)	○	○	△
11	神原歯科医院	神原	神原町二丁目 1-62	37-0808 (37-0818)	△	○	△

No.	歯科医院名	地区	住 所	電話番号 (FAX 番号)	①	②	③
12	高田歯科医院	神原	常盤町二丁目 7-10	21-8148 (21-0581)	×	○	○
13	田村歯科	神原	東本町二丁目 1-12	21-2312 (21-2302)	△	△	△
14	松尾歯科クリニック	神原	寿町三丁目 7-11	36-6480 (36-6480)	△	○	△
15	山根歯科医院	神原	常盤町二丁目 5-25	21-5512 (22-1370)	○	○	△
16	まつとみ歯科医院	琴芝	西梶返一丁目 2-1	35-7086 (35-7086)	×	○	○
17	しんたく歯科医院	上宇部	大小路一丁目 13-33	35-1515 (35-1515)	△	△	○
18	ばん歯科クリニック	上宇部	山門四丁目 1-1	37-2355 (38-5166)	△	△	△
19	藤田歯科医院	上宇部	沼二丁目 10-16	32-7000 (32-7000)	○	△	△
20	よねざわ歯科	上宇部	大小路一丁目 7-15-2	29-1418 (36-1363)	×	×	△
21	おかの歯科医院	新川	島二丁目 4-17-102	33-5585 (33-5585)	○	△	○
22	椋山歯科医院	新川	松島町 9-5	21-9568 (31-3883)	△	○	○
23	中務歯科医院	新川	相生町 6-23	21-2759 (21-2759)	△	×	△
24	花井歯科クリニック	新川	西小串一丁目 4-15	33-4181 (33-4333)	×	○	○
25	前出歯科医院	新川	中央町三丁目 4-5	34-4100 (34-4100)	△	×	○
26	土屋歯科医院	鶉の島	上町二丁目 3-33	34-8020 (22-8020)	×	○	△
27	もうり歯科クリニック	鶉の島	小松原町二丁目 1-23	32-2778 (38-5963)	△	△	△
28	梶井歯科医院	藤山	居能町二丁目 9-32	32-1658 (32-1658)	△	△	○
29	岡田歯科医院	原	東須恵 2936-2 ヴィラグレイス 101 号	45-4618 (45-4618)	×	○	△
30	あおき歯科クリニック	黒石	中野開作五ノ割 415-3	45-2577 (45-2566)	△	○	○

No.	歯科医院名	地区	住 所	電話番号 (FAX 番号)	①	②	③
31	黒石デンタルクリニック	黒石	妻崎開作 499-1	44-9614 (44-9614)	×	○	○
32	村田デンタルクリニック	黒石	黒石北四丁目 4-35 アバンティ・イースト1号	39-8572 (39-8572)	○	○	○
33	アップル歯科	厚南	厚南北一丁目 8-5	41-8814 (41-8814)	○	△	○
34	みすみ歯科医院	厚南	厚南北五丁目 2-32	44-0203 (44-0165)	△	○	○
35	ふたまたせ歯科	二俣瀬	木田 542-1	62-1212 (62-1211)	○	△	○
36	山崎歯科医院	船木	船木 979	67-0045 (67-0045)	○	△	○



5 認知症の方のお薬について薬剤師に相談したい



いつも利用される薬局のことを「かかりつけ薬局」といいます。

「かかりつけ薬局」を持つことで、薬について気軽に相談ができ、安心・安全な服薬につながるメリットがあります。

かかりつけ薬局では、あなたの「薬歴（くすりの服用の記録）」を作成し、管理をしてくれます。

＜表の見方＞ 右端の①、②の項目は、以下のとおりです。

- ① 薬剤師が訪問して、残薬の確認や薬カレンダーなどへの薬のセット、副作用など体調の確認(在宅服薬支援)が行うことができる。(医療保険)
- ② 薬剤師が自宅を訪問し、健康管理や指導を行うことができる。(介護保険 居宅療養管理指導)

この名簿は、宇部市薬剤師会の協力を得て作成しました。(令和6年3月末現在)

No.	薬局名	地区	住所	電話番号 (FAX 番号)	①	②
1	オリーブ薬局	東岐波	東岐波 5607 番地の 2	59-2670 (59-2671)	○	○
2	はなぞの薬局	東岐波	東岐波 1052-2	59-2347 (59-2348)	○	○
3	サン薬局	西岐波	今村北五丁目 12-1	54-4570 (54-4571)	○	○
4	かめうら薬局	常盤	亀浦一丁目 2-19	37-2580 (37-2636)	○	○
5	のはら薬局		野原一丁目 5-1	37-3731 (37-3732)	○	○
6	あおば薬局	恩田	五十目山町 15-2	35-5571 (35-5572)	○	○
7	ドレミ薬局	恩田	恩田町二丁目 23-20	35-4109 (35-7409)	○	○
8	佐村松山町薬局	岬	松山町四丁目 8-3	34-2322 (39-5811)	○	○
9	みさき薬局	岬	岬町一丁目 7-6	37-4537 (37-4538)	○	○
10	中央東薬局	見初	松山町三丁目 11-15	34-4508 (21-5638)	○	○

No.	薬局名	地区	住所	電話番号 (FAX 番号)	①	③
11	あい薬局	神原	寿町一丁目 3-18	32-6787 (31-5789)	○	○
12	こころ薬局	神原	寿町三丁目 2-25	37-0033 (37-0032)	○	○
13	トモエ薬局	神原	常盤町一丁目 4 番 2 号	22-1120 (22-1331)	○	○
14	はら薬局 寿町店	神原	寿町一丁目 3-31	22-7587 (22-7537)	○	○
15	上宇部あおば薬局	上宇部	海南町 2-21	36-7005 (22-3266)	○	○
16	おおしま相談薬局	小羽山	南小羽山町一丁目 9-18	22-1141 (22-0741)	○	○
17	オーランド薬局	小羽山	東小羽山町四丁目 1-5	37-5101 (37-5102)	○	○
18	エビス薬局	新川	島三丁目 10-23	33-5914 (35-4180)	○	○
19	回生堂薬局	新川	南小串二丁目 3-5	21-1394 (32-8833)	○	○
20	そうごう薬局 宇部店	新川	西小串五丁目 6-19	22-6160 (22-3137)	○	○
21	そうごう薬局 宇部新川店	新川	上町一丁目 4-28 金藤ビル 1F	35-5631 (35-5632)	○	○
22	みらい薬局	新川	東小串二丁目 1-3	39-9963 (39-9964)	○	○
23	若松薬局	新川	若松町 4-17	34-2141 (34-1838)	○	○
24	寿薬局厚南店	厚南	厚南中央一丁目 2 番 65 号	39-5150 (39-5354)	○	○
25	みき薬局宇部店	西宇部	沖の旦 684-7	43-6340 (43-6338)	○	○
26	コスモス薬局	黒石	中野開作 68-7	44-0709 (44-0749)	○	○
27	友薬局	黒石	東須恵 1963 番地	43-6775 (43-6774)	○	○

6 「介護で疲れている」時に相談したい（家族会）

公益社団法人 認知症の人と家族の会 山口県支部

介護家族が集まり、介護の相談、情報交換、勉強会などを行っています。「一人だけじゃない」「仲間がいる」と多くの介護者が参加されています。

問い合わせ （事務局） ☎ 083-925-3731（月～金） 10:00～16:00



7 自宅で生活するために使えるサービスを知りたい

1) 介護予防・日常生活支援総合事業（介護予防・生活支援サービス事業）

自分らしく地域で暮らし続けるためには、一人ひとりができる限り介護予防に努めるとともに、地域や家庭の中で何らかの役割を担いながら生活することが大切です。役割を担うことは介護予防にもつながります。一人ひとりの状態に合った事業やサービスを利用し、自立した生活を続けられるよう努めていきましょう。

（対象）

- ・介護保険 要支援1・2の方。
- ・「基本チェックリスト」（生活状況についての質問票）により生活機能の低下がみられた方。

問い合わせ お住まいの地区の地域包括支援センター

→ 6 ページ参照

訪問型サービス

① 予防給付型

ホームヘルパーが居宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。

（例：認知機能や身体機能の低下のため日常生活に支障がある人などが利用できます。）

② 生活維持型

ホームヘルパーが居宅を訪問し、生活援助を行います。

（例：調理、掃除、ゴミの分別やゴミ出しなどを行います。）

通所型サービス

① 予防給付型

通所介護施設で、日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援を行います。（例：生活機能向上のための機能訓練。）

② 生活維持型

通所介護施設で、閉じこもり予防や自立支援に向けた支援を行います。（例：3時間以上で入浴や食事、送迎の利用ができます。）

③ 短時間型

通所介護施設で、目的別（運動器、栄養改善、口腔ケア）の支援を短時間で行います。（例：3時間程度で入浴、食事はありません。送迎の利用ができます。）

④ 地域ふれあい型

地域住民やボランティアが主体となり、健康増進または介護予防を主な目的として活動する場を提供します。

生活支援サービス

栄養改善、一人暮らし高齢者に対する見守りを目的とした配食サービスです。



2) 介護保険サービス（居宅サービス）

サービスのご利用に関しては、介護支援専門員（ケアマネジャー）にご相談ください。

（対象）介護保険の認定を受けた方

40歳以上65歳未満の方（第2号被保険者）は、老化と関係のある病気（特定疾病）により介護や支援が必要となった場合、認定を受けた後、サービスを利用できます。

問い合わせ

・要支援1・2の方→お住まいの地区の地域包括支援センター

→ 6ページ参照

・要介護1～5の方→居宅介護支援事業所

介護支援専門員（ケアマネジャー）をお探しの方は、お住まいの地区の地域包括支援センターにご相談ください。

① 訪問介護（ヘルパー支援）

ホームヘルパーが居宅を訪問し、調理・洗濯・掃除・買物などのお手伝いや食事・入浴・清拭・排泄・通院介助などのお世話をします。

（※健康な同居者がいる場合は、原則、家事のお手伝いは対象外となります。）

② 訪問入浴介護

居宅を訪問し、移動入浴車で入浴介助をします。

③ 訪問看護

看護師が居宅を訪問し、医師の指示に基づいて療養上の手当てや診療のお世話をします。

④ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護

ホームヘルパーや看護師が定期的に(状況に応じて必要時にも)1日複数回居宅を訪問し、家事支援や排せつ、入浴などのお世話をするサービスです。

⑤ 訪問リハビリテーション

理学療法士や作業療法士などの専門職が居宅を訪問し、医師の指示により、リハビリをします。

⑥ 通所介護(デイサービス)

デイサービスの施設に通い、食事・入浴を中心に生活行為の向上のための支援を受けることができる日帰りのサービスです。(希望により送迎があります。)

⑦ 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で、食事・入浴などの日常生活支援や生活行為の向上のためのリハビリテーションを受けることができる日帰りのサービスです。
(希望により送迎があります。)

⑧ 短期入所生活介護(ショートステイ)

福祉施設に短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などを受けます。
(希望により送迎があります。)

⑨ 短期入所療養介護(医療型ショートステイ)

介護老人保健施設等に短期間入所して、医療上のケアを含む日常生活の支援や機能訓練、医師の診察などを受けます。(希望により送迎があります。)

⑩ 認知症対応型通所介護(認知症対応型デイサービス)

「認知症」と診断された方で、施設に通い、食事・入浴を中心に必要なケアを受けることができる日帰りのサービスです。(希望により送迎があります。)

⑪ 小規模多機能型居宅介護

デイサービスを中心にご本人の状況に応じて訪問介護、宿泊を組み合わせ利用可能なサービスです。基本的に、月単位の契約となります。

⑫ 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

「認知症」と診断された方で、施設に入居して介護スタッフによる食事、入浴などの日常生活上の支援や機能訓練を受けながら少人数で共同生活を行います。

⑬ 特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居している高齢者に日常生活上の支援や介護を提供します。

⑭ 福祉用具貸与

状況に応じて、自立を助けるための福祉用具を貸与します。

(歩行器・杖・車椅子・ベッド等)

⑮ 特定福祉用具販売

入浴や排泄で使う、肌に直接触れる福祉用具を指定事業者から購入します。

費用の7割～9割が返還されます。(1年につき10万円が上限です。)

⑯ 住宅改修

住居の段差解消、手すりの取付け、和式トイレから洋式トイレへの取替えなどの小規模の改修に対して、費用の7割～9割が返還されます。介護保険課に事前の申請が必要です。

(原則20万円が上限です。)

⑰ 居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師などが家庭を訪問し、医学的な管理や指導を行います。

※注：介護保険以外の訪問介護・通所サービス

介護保険対応で認められない支援内容を全額自己負担で対応する事業所もあります。
ご相談ください。

問い合わせ お住まいの地区の地域包括支援センター

→ 6 ページ参照

居宅介護支援事業所

※施設サービスにつきましては、35～36 ページの「自宅での生活が難しくなった時」
をご参照ください。

また、ご本人・ご家族が、より自分にあった事業所を探すための情報は、ウェブ
サイト山口県介護保険情報総合ガイド かいごへるぷやまぐち で検索してください。

8 状況に応じて利用できる制度

1) 障害年金・手当等

会社に勤務している場合、いったん退職してしまうと再就職するのは難しい場合が多いので、できれば現在働いている職場で続けて働くことを考えましょう。上司や人事担当者、産業医等と話し合い、職場の理解を得られるようにします。仕事の内容にもよりますが、配置転換をしてもらったり、障害者雇用の枠に入れてもらうなどの方法もあります。



いずれにしても早期診断がポイントで、症状が軽度であれば、仕事を続けられる可能性があります。

ご家族を介護する人は、会社に申し出ることにより、介護休業、介護休暇、短時間勤務、時間外労働の制限、深夜労働の制限を利用することができます。(介護休業制度)

① 傷病手当金

「全国健康保険協会（協会けんぽ）」または「健康保険組合」に加入しているご本人（被保険者）が若年性認知症などの病気や業務外のけが等で仕事を休み、給料を受けられないときに、その間の生活の保障を行うことを目的として設けられている制度です。病気やけがで3日以上休んだ場合、4日目から支給されます。1年6か月を限度に所得の6割程度の給付を受けることができます。

※健康保険に加入していない事業所へお勤めの方、自営業の方、退職後に健康保険に任意加入している「任意継続被保険者」は、傷病手当金を受けることができません。

問い合わせ 各健康保険組合、各種共済組合、全国健康保険協会
具体的な連絡先は、お勤めの職場にお尋ねください。

② 障害基礎年金（国民年金加入者）

障害年金は、病気やけがで仕事を続けることが困難となった方やそのご家族を支えるための公的年金です。受給要件がありますので、下記までお問い合わせください。

問い合わせ 宇部市役所 保険年金課 ☎ 34-8292 FAX 22-6019
宇部年金事務所 ☎ 33-7111

③ 障害厚生年金（会社員、公務員など）

受給要件があり、等級によっては、障害基礎年金と合わせて支給される場合もあります。詳しくは、下記までお問い合わせください。

問い合わせ 宇部年金事務所 ☎ 33-7111（自動音声案内1番を押して2番）
（公務員は各共済組合）
具体的な連絡先は、お勤めの職場にお尋ねください。

④ 特別障害者手当

障害が重複するなど、精神または身体に著しく重度の障害を有するため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の20歳以上の人に対して、申請された月の翌月から支給します。

対象者は、身体障害者手帳1級、2級程度、療育手帳A程度、精神障害者保健福祉手帳1級程度で、これらの障害が重複する場合や、重複する場合と同じ程度の障害がある場合などに対象となる可能性があります。

また、たとえば寝たきりの状態にあり、常時家族の人などの支援や介護を受けなければ、自分では日常生活を送ることが非常に困難な在宅の要介護の人（主に要介護4や5の人）などは、必要とされる介護の状態により対象となる可能性があります。

ただし、本人、配偶者、または扶養義務者の前年の所得が一定額以上の人、施設に入所している人、継続して3ヶ月を超えて入院している人、障害の程度が国の定めた認定基準に該当しない人は、対象になりません。

問い合わせ 宇部市役所 障害福祉課 ☎ 34-8314 FAX 22-6052

⑤ 雇用保険

会社を退職したあと、失業給付（基本手当）を受けるには、ハローワークに「求職の申し込み」を行い、受給資格の決定を受けた後、「失業の認定」等を受ける必要があります。失業給付（基本手当）の日数は、雇用保険の被保険者であった期間および離職の理由などで決定されます。病気などで職業に就くことができない場合は、失業給付（基本手当）を受けることはできませんが、ハローワークに受給期間延長の申請をすることにより、失業給付の受給期間を最大3年間延長することができます。

問い合わせ 公共職業安定所（ハローワーク） ☎ 31-0164 FAX 31-1835

⑥ 税の減免

障害者手帳の等級により、所得税や住民税の特別障害者控除・障害者控除や、軽自動車税・自動車税の減免が受けられます。また、スロープやリフト等を備えた福祉車両についても軽自動車税・自動車税の減免制度があります。

問い合わせ ・所得税：宇部税務署 ☎ 21-3131
（音声案内に従って1番（電話相談センター）を押してください。）
・住民税：宇部市役所 市民税課 ☎ 34-8187 FAX 22-6014
・軽自動車税：宇部市役所 市民税課 ☎ 34-8197 FAX 22-6014
・自動車税：宇部県税事務所 ☎ 21-2111

2) 資格・認定証

① 身体障害者手帳（身体機能の障害）

視覚(目)、聴覚(耳)、平衡、音声・言語、そしゃく、肢体(手・足・体幹)、心臓、じん臓、呼吸器、直腸、ぼうこう、小腸、免疫、肝臓に一定以上の永続する障害がある場合に申請できます。障害の程度によって1級から7級まであり、総合等級が1級から6級までの場合に身体障害者手帳が交付されます。

② 精神障害者保健福祉手帳（精神疾患による障害）

※認知症は精神障害に区分されます。

認知症、統合失調症、発達障害、抑うつ状態などの精神疾患があり、精神障害のため、長期にわたり日常生活や社会生活への制約がある場合に申請できます。障害の程度によって、1級から3級まであり、申請するには医療機関に初めてかかった日（初診日）から6か月を経過している必要があります。

③ 自立支援医療（精神通院医療）

認知症、統合失調症、発達障害、抑うつ状態などの精神疾患により、通院による治療を継続的に必要とする程度の状態の精神障害がある場合に申請できます。医療機関の診察、薬局、訪問看護、精神科デイ・ケアなどで支払う医療費の自己負担が原則として1割負担になります。なお、世帯の所得に応じてひと月あたりの自己負担に上限額があります。

※①、②、③の問い合わせ 宇部市役所 障害福祉課 ☎ 34-8314 FAX 22-6052

3) 障害サービス

障害者総合支援法に基づく福祉サービスは、個々の障害のある人々の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る「障害福祉サービス」や利用者の状況に応じて柔軟に実施できる「地域生活支援事業」、利用者にあったサービスが提供できるよう個別支援計画等を作成する「相談支援事業」があります。詳しくは、下記までお問い合わせください。

問い合わせ 宇部市役所 障害福祉課 ☎ 34-8523 FAX 22-6052

4) 宇部市の高齢者保健福祉サービス

① 高齢者バス優待乗車証

70歳以上の方を対象に、宇部市営バス、船鉄バスの一部路線と小野きずな号の路線定期運行に1乗車あたり100円で乗車できる優待乗車証です。

問い合わせ 宇部市役所 高齢福祉課 高齢福祉係
☎ 34-8302 FAX 22-6026



② 見守り安心コールサービス

緊急通報装置を設置し、家庭内での急病などにより救急搬送が必要な場合や相談が必要な場合、24時間365日適切に対応できる看護師等の専門職員を配置した受信センターへ通報や相談をすることができます。

「65歳以上で見守りが必要なひとり暮らしの方」等が対象です。利用料は、所得に応じ月額0円・250円・800円のいずれか（介護保険料階層を基準とします）です。

問い合わせ 宇部市役所 高齢福祉課 高齢福祉係
☎ 34-8302 FAX 22-6026

④ 配食サービス ※令和7年3月31日サービス終了

調理や買い物が困難なひとり暮らし高齢者を対象に、自宅へ栄養のバランスのとれた食事を手渡しで届けると同時に、安否確認を行います。 400円／1食

問い合わせ お住まいの地区の地域包括支援センター

→ 6ページ参照

⑤ ふれあい戸別収集

市のごみ収集員による玄関先でのごみ収集を行います。

65歳以上で日常的に出るごみの搬出を行うことが困難な方が対象です。（介護認定がある場合は、原則、介護保険による訪問介護での対応が困難な場合に対象になります。）

問い合わせ 宇部市役所 高齢福祉課 高齢福祉係

☎ 34-8302 FAX 22-6026

⑥ おむつ代の助成

在宅高齢者のおむつ代上期（4月～9月）6万円、下期（10月～翌年3月）6万円を上限に助成します。

65歳以上で市民税非課税世帯であり、かつ生活保護法の被保護者でない、在宅で寝たきり等の方が対象です。

問い合わせ 宇部市役所 高齢福祉課 高齢福祉係

☎ 34-8302 FAX 22-6026



5) その他のサービス

① 車椅子などの福祉機器の貸し出し

宇部市内在住で、車椅子などの福祉機器等を一時的に必要としている方に無償でお貸しします。

問い合わせ 宇部市社会福祉協議会 総務課

☎ 33-3131 FAX 22-4393

（受付時間 8:30～17:15 土日・祝日を除く）



② 福祉車両の貸し出し

宇部市内在住の車椅子利用者などを対象に、車椅子に乗ったまま乗車可能な福祉車両を、ガソリン代の自己負担でお貸しします。

問い合わせ 宇部市社会福祉協議会 生活支援課 ☎ 33-3150 FAX 22-4391

（受付時間 8:30～17:15 土日・祝日を除く）

③ 民間弁当の配達

事業所により対応できる地域や配達時間、料金の支払い方法など異なります。

また、金額などの変更もありますので、情報については、下記までお問い合わせください。

問い合わせ お住まいの地区の地域包括支援センター

→ 6ページ参照

居宅介護支援事業所

6) 交流の場

認知症の本人同士や介護家族同士が知り合い、自由に語り合ったり、お互いの経験を共有したりできる場所があります。同じ悩みを抱えた方の話を聞き、「自分以外にも同じような悩みを抱えている人がいる」ということがわかるだけでも、気持ちが楽になることもあります。

あなたのペースを大切にしながら、自分らしくいられる場所、「ほっ」と一息つける場所にでかけてみませんか。

① 認知症カフェ

認知症の方やご家族、地域の方など、どなたでも参加できます。

一緒におしゃべりをして、交流や情報交換を楽しむ場所で介護に関する相談もできます。オンライン開催しているカフェもあります。

※開催日時を変更している場合があります。参加される際には、各認知症カフェにお問い合わせください。

市内認知症カフェ一覧表（登録順）

令和6年6月現在

	カフェ名称	開催日・料金	開催場所 << 問い合わせ先 >>
1	ライムカフェ	1.5～2 カ月毎 14:00～16:00 無料（カフェタイム実費）	大字中宇部 1858 番地 30 ドリームライフアポロプラス ☎ 37-0070
2	カフェ 夏みかん	毎月第2水曜日 13:00～15:00 200円	中央町二丁目3番2号 ケアマネセンターTONTON内 ☎ 090-4802-0874（小坂）
3	るるるカフェ	不定期開催 無料	中村一丁目6番50号 古民家カフェ かまたの恵 又は 地域の自治会館等 ☎ 43-9551
4	認知症カフェ シーサイド	毎月第1水曜日 13:30～15:00 無料	大字東岐波 4322 番地 1 シーサイド病院 介護医療院 ☎ 58-5360
5	片倉温泉 Café ダン	不定期開催 10:00～12:00 200円	大字西岐波 5345 番地 片倉温泉くぼた 温泉センター ☎ 080-6325-6171
6	おうちサロン オリーブ	毎月第1土曜日 13:00～15:00 100～300円	恩田町二丁目8番23号 ☎ 080-3712-4081 （担当：井上）

	カフェ名称	開催日 料金	開催場所 《問合わせ先》
7	カフェ夏みかん サテライト	毎月第4月曜日 13:00~15:00 200円	中尾一丁目9番5号 モーイ美容室 ☎ 090-4802-0874 (小坂)
8	おかちゃんカフェ	偶数月第2水曜日 10:00~12:00 無料	大字東岐波1194番地172 横尾山集会所 ☎ 43-9880
9	グリーンカフェ	奇数月最終火曜日 14:00~15:30 無料	①大字船木字中市179番地1 船木ふれあいセンター ②オンライン ☎ 67-0506
10	ふれあいカフェ	毎月第3木曜日 13:30~15:30 100円	大字際波701番地 有料老人ホームきわなみ内 ☎ 45-0500
11	おれんじかぞく	年2回(10月・3月) 14:00~16:00 200円	大字際波287番地1 宇部西地域交流ホール会議室 ☎ 45-3969
12	オレンジカフェ むべの樹	毎月第4土曜日 14:00~16:00 100円	東藤曲一丁目5番28号 グループホーム藤山 ☎ 29-5002
13	JAM カフェ	不定期開催(水曜日) 13:30~15:00 無料	大字東須恵516 中野公会堂 ツクイ宇部厚南 ☎ 45-2910
14	Café おいでーや	毎月第3水曜日 10:30~12:00 200円	恩田町三丁目8番1号 宇部あいおい苑2階ホール ☎ 34-3100
15	ほっこり ほっこり	毎月第2土曜日 10:00~11:30 200円	大字妻崎開作467番地 グループホーム和らぎ 歓び 交流ホール ☎ 43-9307
16	見初40区 ふれあいサロン	不定期開催(年6回) 無料	昭和町二丁目2番 見初40区公会堂 ☎ 090-9068-6602

	カフェ名称	開催日・料金	開催場所 <<問合わせ先>>
17	メイト Cafe	不定期開催 (奇数月最終月曜日) 13:30~15:00 予定 無料	則貞四丁目 19 番 26 号 iikoto メイト ☎ 22-6665
18	令和 6 年 9 月 19 日~ Cafe ゆる~り	3 か月に一回 (木曜日) 10:00~11:30 100 円	松山町 5 丁目 8-10 岬小学校 地域交流室 ☎ 090-8032-3459 ※ 対象: 岬地区にお住いの方



~市外の認知症カフェ~

② カフェふしの (山口市)

みんなで集える「憩いの場」です。ひと息ついて、日ごろの思いを語り合いながら、ゆっくり過ごしましょう。

日 時: 毎月第 3 日曜日 13:00~15:00 (変更の場合もあります。)

場 所: 山口市矢原 997 (民家)

対象者: 認知症の方やご家族

参加費: 1 人 100 円

問合わせ 公益社団法人 認知症の人と家族の会 山口市支部

☎ 083-925-3731

③ 若年性認知症の人のための「カフェふしの」 (山口市)

若年性認知症の方が、みんなで集える「憩いの場」です。ひと息ついて、日ごろの思いを語り合いながら、ゆっくり過ごしましょう。(年 4 回程度開催)

場 所: 山口市矢原 997 (民家)、他

対象者: 若年性認知症の方やご家族、支援関係者

参加費: 1 人 100 円

問合わせ 公益社団法人 認知症の人と家族の会 山口市支部

☎ 083-925-3731

④ 本人の集い「みんなの家」 (山口市など)

認知症と診断されたご本人のための集いです。同時に別室で「家族の集い」も行われています。事前申し込みが必要です。(年 4 回程度開催)

※本人ミーティング…認知症のご本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのより良い暮らし、暮らしやすい地域のあり方を一緒に話し合う場です。

問合わせ 公益社団法人 認知症の人と家族の会 山口市支部

☎ 083-925-3731

⑤ りあんの会

病気や障害を理解するとともに、地域を越えてお互いの悩みなどを話し合える交流会が開催されています。（年2回開催）

対象者：若年性認知症の方及び50歳代、60歳代の高次脳機能障害者及びそのご家族

参加費：100円程度（変更の可能性あり）

問い合わせ 山口県立こころの医療センター 認知症疾患医療センター

☎ 58-5950 FAX 58-6503

9 行方不明になった時のことが心配

1) 警察に連絡する

認知症の方が行方不明になった時は、すぐに警察に連絡しましょう。

行方不明の届出の際に用意するもの：ご本人の写真（最近のもの）

その他ご本人の情報：行方不明時の状況、服装等

問い合わせ 宇部警察署 生活安全課 ☎ 22-0110



衣服や持ち物に、「名前」、「住所」、「連絡先」が記名してあると、身元の確認がしやすいですよ



2) 地域であんしん・あんぜん見守り愛ネット

あんしん ～社会的孤立による不測の事態を防ぐ～

登録いただいた事業者（自宅を定期的に訪問する機会がある配達業や訪れる機会が多いスーパー、金融機関など）の職員が、普段とは違う異変に気付いた時に、宇部市役所高齢福祉課に連絡し、早期支援につなげるシステムです。

あんしん見守り愛ネット
協力事業者証ステッカー



あんぜん ～行方不明者の早期発見～

地域であんぜん見守り愛ネットに登録した認知症の方が行方不明になった時、警察に届け出ると、市から協力者へメールやLINEで情報提供を行い、早期の安全確保につなげます。

対象者：認知症の方…宇部市内在住で、所在不明や家に帰れなくなる心配のある人

協力者 …制限なし

利用料：無料

協力者の登録方法

(送付文の例)

宇部市見守り愛ネットです。

行方不明者についてお知らせします。

○月○日○時頃、○○付近で、80歳（女性）が
行方不明になりました。

特徴は、

身長：153センチ 体格：やせ型 頭髪：

白髪 短い

服装：レインコート、長靴 その他の特徴：

茶色の鞆をもっている

情報をお持ちの方、見かけた方は、

宇部警察署0836-22-0110まで

御連絡ください。

【うべメールサービス】

以下の登録・変更用アドレスに、空メールを送信します。

2次元コードから登録用メールアドレスにアクセスできます。

空メール送信後、登録用メールが送信されます。

防犯・見守りにチェックを入れてください。



登録・変更用アドレス

ube@xpressmail.jp

【LINE】

2次元コードから、友だち追加後に受信設定します。

防犯・見守りにチェックを入れてください。



認知症の方の 登録・利用の流れ

①市役所で事前登録（無料）

※申請時に写真（全身・顔）が必要
※施設入所者・長期入院中の方は対象外



②登録者が行方不明に

なったら警察へ連絡



③市役所から行方不明者の

情報を協力者に

メール・LINE 配信



④協力者が周辺を確認



⑤ 安全確保へ！



問い合わせ

宇部市役所 高齢福祉課 高齢者支援係

☎ 34-8303 FAX 22-6026 Eメール t-kourei@city.ube.yamaguchi.jp
(送信される際は確認をお願いします)

3) GPSによる見守り支援機器の費用の一部補助

GPSによる見守り支援機器を購入される際の初期費用を一部補助します。

対象者（①～④の全てに該当する方）：

- ① 宇部市に住民票がある（入院、施設入所の方は対象外）
- ② 要介護認定を受けている、またはその見込みがある
- ③ 認知症状により所在不明や家に帰れなくなる心配がある
- ④ 地域であんぜん見守り愛ネット事業に利用登録している

補助額：上限2万円（100円未満切り捨て）※機器購入する前に申請が必要です。

初期費用のみ、購入後の月々の費用は全て自己負担

申請の流れ

①申請書の提出（※事前申請）



②交付決定通知書が届く



③GPS機器の

契約・購入

支払



④請求書・契約書・領収書

を提出



⑤指定の口座へ補助金が

振り込まれる



問い合わせ

宇部市役所 高齢福祉課 高齢者支援係

☎ 34-8303 FAX 22-6026

4) 2次元コード入り宇部市見守りシール

認知症等により自分の居場所がわからなくなった高齢者等を発見した場合、高齢者等の持ち物に貼られたシールの2次元コードを携帯電話等で読み取ることで、発見場所等を即時に家族等登録者へ知らせる「宇部市見守りシール」を企業の協賛により配布しています。

対象者（①～②の全てに該当する方）：

- ①宇部市内在住の方で、認知症状により所在不明や家に帰れなくなる心配のある人
- ②地域であんぜん見守り愛ネット事業に利用登録している人
（未登録の方は利用申し込みの際に同時登録）

利用料：無料

利用期間：シールのオンライン利用登録完了から1年間です。

その後も引き続き、利用を希望される場合は、見守りシールの再交付の申請が必要です。

申込方法：

- ① 宇部市役所高齢福祉課に、電話、メール、FAXでお申し込みください。
- ② 宇部市役所高齢福祉課から申込者に見守りシールを送付します。
（1シート5枚セット）
- ③ 申請者が利用を開始するためのオンライン登録をして利用開始。
- ④ 有効期限終了1ヶ月前と終了時点でオンライン登録サイトから案内（メール）が届きます。
- ⑤ 有効期限終了後も引き続き利用を希望される場合は、宇部市役所高齢福祉課に再度申し込みをしてください。



問い合わせ 宇部市役所 高齢福祉課 高齢者支援係
☎ 34-8303 FAX 22-6026

10 自宅での生活が難しくなった時（施設入所について）

各施設の場所や連絡先等についてのお問い合わせ

お住まいの地区の地域包括支援センター

→ 6 ページ参照

居宅介護支援事業所

1) 介護保険サービス等を利用し、見守り程度で生活できる方

軽費老人ホーム・ケアハウス

食事、入浴、生活相談などの生活支援サービスがあります。

対象：家庭環境、住宅事情の理由により、独立して在宅生活することに不安のある
60 歳以上の方

※介護保険の要介護認定のある方も入所可能。生活介護付き(特定施設入所者生活介護)
の施設もあります。

サービス付き高齢者向け住宅

一定の基準を満たしたバリアフリー構造で、安否確認、生活相談などのサービスを提供し
ます。介護・医療・生活支援サービスを提供するタイプの施設もあり、各施設によって内
容は異なります。

対象：60 歳以上の方（要介護認定が必要な場合あり）

有料老人ホーム

介護付、住宅型、健康型の 3 種類があります。

対象：おおむね 60 歳以上の方（要介護認定が必要な場合あり）

※要介護認定があれば、介護保険サービスの利用も可能。生活介護付き(特定施設入所者
生活介護)の施設もあります。

2) 軽度から中等度の認知症のある方

【日常生活に介助が必要な状態】

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

介護スタッフの支援を受けながら、少人数で共同生活をする場です。家庭的な環境のもと
で食事、買い物、入浴、排泄などの日常生活の支援や趣味活動、機能訓練などが受けられ
ます。

対象：医師に認知症の診断を受け、おおむね 65 歳以上で要支援 2 以上の方

【リハビリを受けて自宅へ復帰するための施設】

介護老人保健施設

医療上のケアやリハビリ、日常生活介護を一体的に提供し、家庭への復帰を支援する施設です。

対 象：病状が安定している要介護1以上の方

3) 身体機能の低下を伴う中重度の認知症の方

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

食事、入浴、排泄など日常生活介護や療養上の世話が受けられる施設です。

対 象：寝たきりや認知症で常時介護が必要で、在宅での生活が困難な要介護3以上の方

4) 医療での処置があり、身体機能の低下がある認知症の方

介護医療院

療養上の管理、看護、医療的管理の下における介護及び機能訓練、その他必要な医療並びに日常生活の世話を受けることができる施設です。

対 象：長期的にわたり療養を必要とする要介護1以上の方

※対象要件については、令和6年8月時点におけるものです。

※養護老人ホームや生活支援ハウス（市の措置施設）については、経済的な状況や環境上の理由によりますので、宇部市役所 高齢福祉課 高齢福祉係（☎34-8302）にお問い合わせください。



1 1 認知症の進行を緩やかにしたい

1) 認知症の予防方法

認知症の予防とは、認知症発症及び進行のリスクを少なくすることです。運動、口腔にかかる機能の向上、栄養改善、社会交流、趣味活動などの日常生活における取組が、認知機能低下の予防につながる可能性が高いといわれています。そのため、以下のようなことを心がけましょう。

- ・ウォーキングや水泳などの有酸素運動をする
- ・2つ以上のことを同時に行い適切に注意を配るようにする
(調理をするときに何品か同時に調理する、運動しながら脳も使うなど)
- ・新しいことをするとき段取りを考えて実行する
(新しい料理を考える、旅行の計画をたてるなど)
- ・社会交流を続ける
(地域活動、趣味のサークルなどで楽しくコミュニケーションをとるなど)
- ・家庭内・社会生活で人の役に立つことを日課に取り入れるなど



2) 仲間をつくる、地域の活動に参加する

各地域のふれあいセンターや集会所では、仲間との交流を通じ、健康的な生活が送れるよう、健康教室やサロン、住民による自主活動などが実施されています。まずは自分に合った活動を見つけ、自分のペースで継続していきましょう。

① まちなか保健室（実施事業者は令和6年4月現在）

保健福祉専門職等により、高齢者の健康づくりや介護予防に関する相談、指導などを行う地域の保健室です。

・株式会社第一興商 山口支店

声を出しながら全身運動を行う「スポーツボイス」と専門職（看護職・歯科衛生士）による健康相談

問い合わせ 株式会社第一興商 山口支店 ☎ 083-229-3377

・学校法人YIC学院

高齢者を中心に、からだ、脳、こころの健康、リハビリに関するちょっと気になることや困ったことなどをリハビリテーション専門職である理学療法士、作業療法士に相談できます。

問い合わせ 学校法人 YIC 学院 ☎ 083-976-8355



② 宇部ふるさと学園ふれあい塾

趣味を中心としたクラブ活動を通じて、「生きがい」「交流」「ふれあい」を目指しています。
宇部市内に居住または通勤している方が参加できます。

問い合わせ アジア JV ふれあい塾事務局 ☎/FAX 38-7000
(宇部市多世代ふれあいセンター内)



③ ご近所ふれあいサロン

年齢や障がいの有無にかかわらず、誰もが身近な地域で気軽に集い
交流できる、宇部市における「地域の通いの場」の総称です。



・ふれあいいきいきサロン

地域の身近な場所で「仲間づくり」「生きがいづくり」「健康づくり」をすすめる活動
を月1回程度行っています。

・ご近所福祉サロン

子どもから高齢者まで障がいの有無にかかわらず、誰もが気軽に集え、様々な交流や
活動を週1回以上行っています。

実施場所や活動内容等、詳細につきましては、下記までお問い合わせください。

問い合わせ 宇部市社会福祉協議会 地域福祉課 ☎ 33-3134 FAX 22-4392

④ 地区ふれあいセンター教室・同好会

学習、文化、趣味、スポーツなど、様々な教室が開催されています。
お住まいの地区のふれあいセンターまで、お問い合わせください。

⑤ 老人クラブ

地域の老人クラブでは、生きがいづくり、健康づくり等、老後の生活を豊かにする様々な
活動を行っています。

各地域での活動内容等につきましては、下記までお問い合わせください。

問い合わせ 宇部市老人クラブ連合会事務局 ☎ 22-4380 FAX 22-4431



12 権利・財産を守るために



1) 消費生活トラブルの相談

商品やサービスの契約トラブルについて、クーリングオフの方法などの問題解決のための助言を行っています。

問い合わせ 宇部市消費生活センター ☎ 34-8157 FAX 22-6016
(月～金/8:30～17:15 祝日・年末年始を除く。)
山口県消費生活センター ☎ 083-924-0999 FAX 083-923-3407
(月～金/8:30～17:00 祝日・年末年始を除く。)

※土日祝日は、全国共通の電話番号「消費者ホットライン」☎188にご相談ください。
国民生活センター (10:00～16:00 年末年始を除く。)

2) 金銭管理等の支援

判断能力が不十分な方が、地域でできる限り自立した生活が送れるように、福祉サービスの利用の援助や日常的な金銭管理などの相談・支援をします。(日常生活自立支援事業)

問い合わせ 宇部市社会福祉協議会 生活支援課 ☎ 33-3150 FAX 22-4391
(月～金/8:30～17:15 祝日・年末年始を除く)



3) 成年後見制度・任意後見制度の相談窓口

成年後見制度・・・認知症などで判断力が十分でない方の預貯金の管理や、日常生活での様々な契約などを支援していく制度です。

任意後見制度・・・将来、判断能力が不十分となった場合に備えて、「誰に」、「どのような支援をしてもらうか」をあらかじめ契約により決めておく制度です。

① 宇部市成年後見センター

成年後見制度の利用促進のため、判断能力が十分ではない方やそのご家族、支援者の困りごとを一緒に考えます。電話や訪問で相談をお受けします。

問い合わせ 宇部市役所 地域福祉課 ☎ 34-8386 FAX 22-6026
(月～金/8:30～17:15 祝日・年末年始を除く)

② 法人成年後見人等受託事業「お気軽☆成年後見」

成年後見人等の支援を必要とする人が地域で安心して自立した生活が送れるよう、後見制度について相談することができます。

問い合わせ 宇部市社会福祉協議会 生活支援課 ☎ 33-3150 FAX 22-4391
(月～金/8:30～17:15 祝日・年末年始を除く)

③ 家庭裁判所

成年後見等制度利用のための申立て手続き、必要な書類及び費用について、手続案内を受けることができます。

問い合わせ 山口家庭裁判所 宇部支部 ☎ 21-3198

④ 公証役場（任意後見制度について）

任意後見制度利用のために必要な公正証書の作成、手続案内を受けることができます。

問い合わせ 宇部公証役場 ☎ 34-2686 FAX 34-2823

⑤ お住まいの地区の地域包括支援センター→6 ページ参照

⑥ 山口県社会福祉協議会 生活支援部

☎ 083-924-2845 FAX 083-922-1295

⑦ 山口県弁護士会

☎ 083-922-0087 FAX 083-928-2220

☎ 0570-064-490（ナビダイヤル）

⑧ 成年後見センター・リーガルサポート山口支部（山口県司法書士会）

☎ 083-924-5220 FAX 083-921-0475

⑨ 権利擁護センターぱあとなあ山口（山口県社会福祉士会）

☎ 083-928-6644 FAX 083-922-9915

⑩ 宇部市役所 市民活動課 ☎ 34-8126 FAX 22-6016

市民無料法律相談（※開催日・受付要件については、事前に問い合わせをしてください。）

【弁護士への相談】

毎月第1・第3水曜日 13:30～15:30（1人20分）※事前予約が必要。

【司法書士への相談】

毎月第2・第4水曜日 9:00～11:00（1人20分）※事前予約が必要。

⑪ よりそい法律相談

【弁護士への相談】

弁護士が身近な地域に赴き、法律相談に応じます。同一の案件で3回まで無料です。

*事前に予約が必要です。

申込み・問い合わせ 宇部市役所 地域福祉課 福祉総合相談センター

☎ 34-8393 FAX 22-6026

お住いの地区の地域包括支援センター

→ 6 ページ参照

4) その他

宇部警察署 警察安全相談課 ☎ 22-0110

様々なトラブルに巻き込まれた…など、困ったときは相談をしてください。

(月～金/8:30～17:15 祝日・年末年始は除く。時間外は当直が担当します。)



1 3 運転に不安を感じたら・・・

1) 運転卒業証制度

○「運転卒業証制度」とは？

「運転卒業者サポート手帳」を協賛企業・団体に提示することで、各種割引等の様々な支援を受けることができます。また、この手帳のほかに、「運転経歴証明書」を提示した場合(65歳以上の方)においても、一部支援を受けられるようになりました。

(支援内容は順次拡大します。)

○制度を利用するには

運転免許を自主返納(有効期間中に、全部取消の申請)されると、

- ・「運転卒業証」と「運転卒業者サポート手帳」(65歳以上)
- ・「運転経歴証明書」

の交付を受けることができます。

運転免許を失効した方でも、受け取ることができる場合がありますので、詳しくは宇部警察署にお尋ねください。

	運転卒業証・運転卒業者サポート手帳	運転経歴証明書
発行手数料	無料	1,100円
申請期間	なし	運転免許申請取消後5年以内
申請先	宇部警察署・総合交通センター	
必要書類	顔写真1枚(4cm×3cm以内)	お問い合わせください
身分証明	身分証明としての活用はできません	有効期限に制限なく、「身分証明書」としても活用できます

問い合わせ 宇部警察署 交通総務課 ☎ 22-0110

山口県警察本部 交通企画課 ☎ 083-933-0110

2) 安全運転相談窓口

加齢による身体機能の低下などにより、運転に不安を感じる方などが担当職員へ運転の相談ができる窓口です。

問い合わせ 〒754-0002 山口県山口市小郡下郷 3560-2

山口県総合交通センター内

山口県警察本部 交通部運転免許課

☎ 083-973-2900

☎ #8080 (専用ダイヤル)

平日【午前8時30分～午後5時まで】

3) 安全運転定期診断

対象者は65歳以上のドライバー。

診断は、短時間(30分程度)、無料です。

お近くの自動車学校で受けられます。

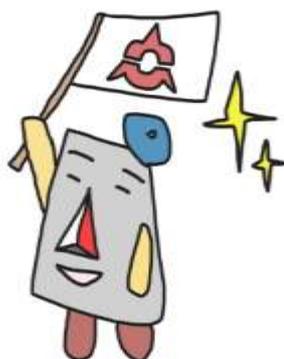
運転のプロ(専門指導員)が診断します。

ご家族の方も同乗できます。

問い合わせ 宇部警察署 交通総務課 ☎ 22-0110

または最寄りの自動車学校





UBE 宇部市

未来を彫刻するまち

認知症と生きるくらしの情報集

発行日 令和6年8月（第6版改訂版）

発刊者 宇部市健康福祉部

高齢福祉課 高齢者支援係

〒755-8601

宇部市常盤町一丁目7番1号

TEL 34-8303 FAX 22-6026