



このたび、地域医療連携部だよりVOL. 14を発行致します。
紅葉の便りが聞かれる頃となりました。朝夕の冷え込みで
体調を崩されませんようどうぞお元気でお過ごしください。



☆脳活性化プログラムのご案内☆

★「脳活性化プログラム」とは

MCI(軽度認知障害)※1や早期の認知症と診断された方を対象に、認知症の進行を予防する治療の一環として行っている認知力を高める上野病院独自のプログラムです。

「認知症になりにくい生活習慣」を身につけ「認知症で低下する3つの能力」※2を鍛えることで発症せずに過ごせたり、時期を遅らせる可能性が高まります。

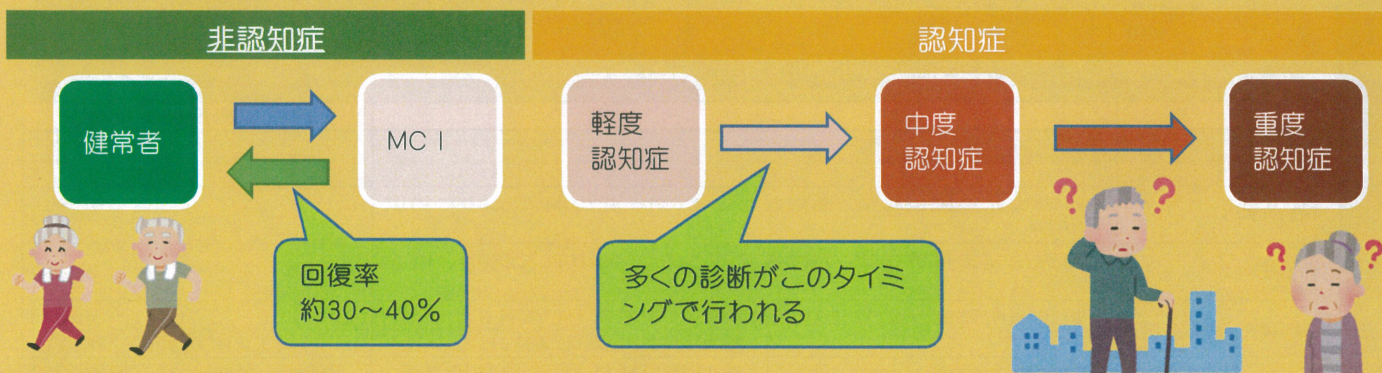
※1 MCI(軽度認知障害)とは認知症ではないが、一歩手前の段階と言われています。

- ・本人が物忘れを自覚し、または家族から指摘されることがある
- ・物の場所や日付など思い出せなくなっていることがある
- ・日常生活に問題はない

※2 「認知症で低下する3つの能力」・・・「記憶する力」「計画する力」「想像する力」

2025年には、高齢者の約4人に1人は『認知症』もしくは『軽度認知障害(MCI)』であると推測されています。軽度認知障害(MCI)は年間約10～15%が認知症へ進行します。

軽度認知障害(MCI)の段階で早期に対応を行うことで、約30%～40%が健常者への回復が見込めます。軽度認知障害(MCI)の段階が軽度なほど健常者への回復は高くなります。



●最も重要なのは早期発見●

・早い段階で気づくこと ・発症を遅らせる取り組みを始めること ・継続して行うこと

※早い段階で取り組むことで予防効果はとても上がります。まずは、受診をし簡単な検査を受けることをお勧めします。

運動や脳のトレーニングで脳を鍛えることで認知予防に高い効果が期待されています。

当院の「脳活性化プログラム」では、複数のプログラムを行うことで認知症予防にアプローチします。脳活性化プログラムは月・火・水・木・金・土の週6日行っており、曜日によって内容が異なります。時間は13:00～16:00の3時間です。

【 13:00～16:00 (3時間 ショートケア) 】

＜前半(13:00～14:30)＞

- ㊦ 脳 ト レ
- ㊦ 芸 術
- ㊦ ストレスマネジメント・回想法
- ㊦ チャレンジ脳トレ
- ㊦ 実行機能訓練
- ㊦ 週によって内容が異なり㊦～㊦ローテーションで内容を変更して行います。

＜後半(14:30～16:00)＞

- 健康体操
- 筋力トレーニング
- 有酸素運動
- 音楽体操
- ふまねっと



週1回からの利用も可能です。
ご自身の都合や、参加したいプログラムを選んで通所頂けます。
また、送迎サービス(無料)もご利用頂けます。送迎サービス利用につきましては、待ち合わせ場所や時間を指定させて頂きますのでご了承ください。

お問い合わせ先 : TEL:0595-26-3521(デイケアセンター直通)
ご連絡頂きましたら、見学日を決め、プログラムの様子を見学して頂けます。

【上野病院 入院相談フリーダイヤル】お気軽にご相談ください!

0120-366-810 平日9:00～16:30
(日曜祝日の相談業務はしていません)



※編集後記

新型コロナウイルス感染症はオミクロン株対応ワクチンの接種も始まりました。第8波に備えて引き続き予防対策を徹底しましょう。

自立支援医療(精神通院医療)制度について(抜粋)

①自立支援医療(精神通院医療)制度とは

精神疾患(てんかんを含む)の治療のために、指定医療機関(各都道府県等から指定を受けた病院等)に通院されている方を対象に、通院医療費が公費にて負担される制度です。自己負担は原則1割で、一定の要件により自己負担上限額が設定されます。有効期間は、1年間です。

★本制度は「通院」医療に関する制度のため、「入院」医療には適用されません。

②自立支援医療(精神通院医療)の対象となる人は

認知症の方も対象となります

統合失調症、精神作用物質による急性中毒又はその依存症、知的障害、精神病質その他の精神疾患を有する方で、通院による精神医療を継続的に必要な方が対象となります。

★入院しないで行われる医療(外来、外来での投薬、デイケア、訪問看護)が対象です。

★処方された薬のうち、精神疾患を治療する薬以外(風邪薬など)は原則対象外となります。



③申請窓口 市町の担当窓口

申請には診断書が必要になります。初めての方は診察時に担当医にご相談下さい

④毎月の自己負担限度額一覧

所得や「重度かつ継続」の対象疾患に応じて、毎月の自己負担上限額が設定されています。

区 分	対 象	月額自己負担上限額
生活保護	生活保護世帯の方	0円
低所得1	市町民税非課税世帯で、通院をする方の1年間の収入が80万円以下の方	2,500円
低所得2	市町民税非課税世帯で、通院をする方の1年間の収入が80万円を超える方	5,000円
中間所得1	市町民税所得割が3万3千円未満の方	「重度かつ継続」に該当する方 5,000円
		「重度かつ継続」に該当しない方 負担上限額なし、1割負担
中間所得2	市町民税所得割が3万3千円以上23万5千円未満の方	「重度かつ継続」に該当する方 10,000円
		「重度かつ継続」に該当しない方 負担上限額なし、1割負担
一定所得以上	市町民税所得割が23万5千円以上の方	「重度かつ継続」に該当する方 20,000円
		「重度かつ継続」に該当しない方 制度の対象外

「重度かつ継続」の対象疾患()内は、ICDコード

(F0) 認知症、高次脳機能障害等の器質性精神障害、(F1) アルコール依存、薬物依存等の精神作用物質使用による障害、(F2) 統合失調症、(F3) うつ病、躁うつ病等の気分障害、(G40) てんかん、(F4～F9) 精神保健指定医又は、3年以上の精神医療の経験を有する医師によって、集中的・継続的な通院治療を要すると診断された障害

※参照:三重県こころの健康センター「自立支援医療(精神通院医療)制度についてのお知らせ」より

※自立支援制度についての詳細やご質問等ありましたら、地域医療連携部までご相談願います。



～ 心健やかな暮らしを支える ～

一般財団法人 信貴山病院 分院 上野病院

〒518-0823 三重県伊賀市四十九町2888番地

TEL: (0595)21-5010(代) FAX: (0595)21-5100(代)

入院相談専用フリーダイヤル : 0120-366-810

認知症疾患医療センター相談窓口: (0595)21-8800

