

令和6年度

# 品川区 もの忘れ検診

## ガイドブック

認知症も早期発見・早期治療が大切です

毎月抽選で当たる！  
しながわ水族館チケット  
オリジナルしおり



## はじめに

品川区では認知症の早期発見・早期治療を目的として75歳になる方を対象とした「もの忘れ検診」を令和4年度より実施しています。

認知症は誰にでもなる可能性があります。早期に発見し適切なケアで対応すれば、その人らしい生活を続けることができます。本人や家族が認知症について正しい知識をもち、医療・介護・地域社会などのさまざまな資源やサポートを活用しながら、安心できる暮らしにつなげられるよう、この冊子をお役立てください。



### 品川区認知症啓発キャラクター くるみちゃん

“くるみ”には、「まちぐるみ」「地域ぐるみ」「品川ぐるみ」で取り組んでいくという思いが込められています。

## もくじ

なぜ「もの忘れ検診」が大切なのか	1
令和6年度品川区もの忘れ検診の概要	2

### パート1 認知症を知りましょう

早めの相談や受診が大切です	4
認知症とはどんな病気なのか	6
認知症はどんな症状が出るのか	8
認知症はどんな治療が行われるのか	9

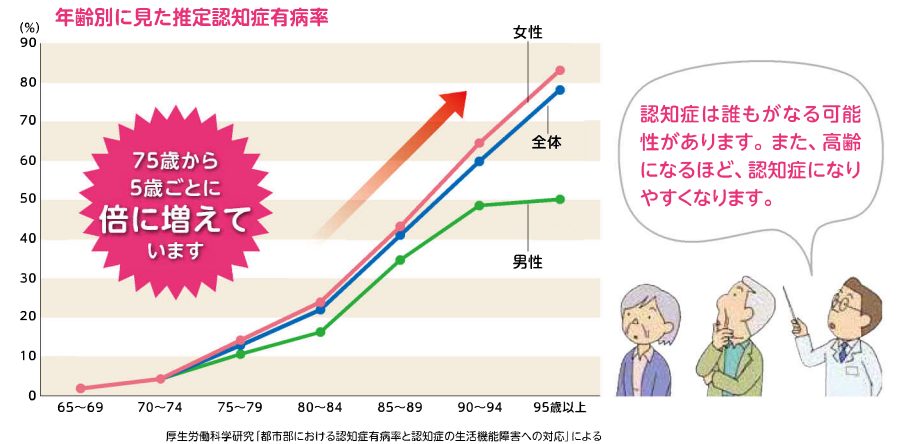
### パート2 認知症をケアしましょう

症状の進行に対応する「認知症ケアパス」	10
認知症ケアに役立つさまざまなサポート	12

お近くの在宅介護支援センター ..... 裏表紙

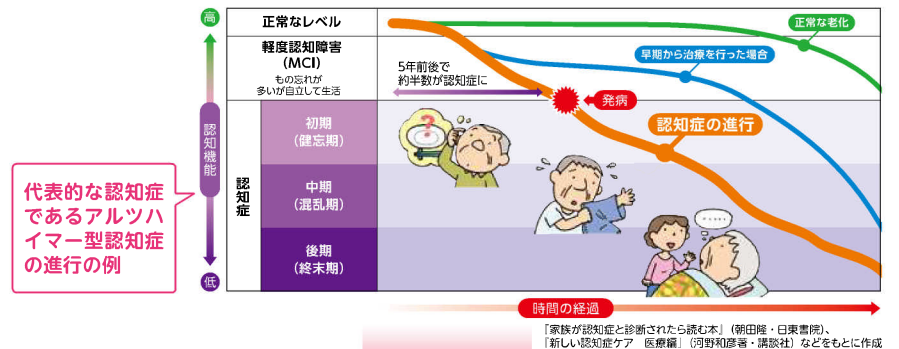
## なぜ「もの忘れ検診」が大切なのか

厚生労働省研究班の調査では、85歳では約5割、95歳では約8割の人が認知症と考えられています。



## 認知症は、時間の経過とともに重症化していきます

早めに発見・治療することで、病状への対処や身の回りの生活への対応を行えます。



だから……

早期発見・早期治療のために、  
年に1回の脳の健康診断「もの忘れ検診」を  
活用しましょう！

# 令和6年度 品川区もの忘れ検診の概要

受診された方の中から毎月抽選で、しながわ水族館のチケットまたはオリジナルしおりが当たります。

※当選は受診後に区から郵送される「検診後案内」への同封をもって代えさせていただきます。

まずは、気軽に受診しましょう！

## 費用

無料

※検診後の精査・診断・治療にかかる費用は自己負担となります。

## 期間

令和6年6月21日～令和7年2月28日

## 対象者

- 令和6年度中に75歳を迎える方  
※昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれの方が対象です。  
※令和6年5月15日時点データ  
※既に認知症と診断されている方は本事業の利用をお控えください。  
※現在施設に入所中の方へは本案内をお送りしておりません。
- 結果に応じて品川区在宅介護支援センターと情報共有することに同意いただける方

## 持ち物

- 受診券
- 相談票（チェックリスト）
- 本人確認書類（保険証等）

## その他

- 運転免許更新時の認知機能検査の代用について  
75歳以上の運転免許更新時の認知機能検査に代わるものとして検診結果を利用できます。更新に利用する場合、ご自身で警察署に提出する必要があります。ただし、検診票の検査日が運転免許証の有効期間が満了する日前6か月以内のものに限りです。

## 送付物

- 受診券
- 相談票（チェックリスト）
- ガイドブック

## 受診の流れ

### 1 予約

右記の医療機関にお問合せください。医療機関により診察日が異なります。

### 2 受診

①受診券 ②相談票（チェックリスト）  
③本人確認書類をお持ちください。

### 3 区から郵送

結果に応じた、区からのお知らせが郵送されます。

## もの忘れ検診 実施医療機関の一覧

No	医療機関名	電話番号 (医療機関)	住所 (医療機関)	最寄り駅	休診
1	北品川 藤クリニック	03-6433-9957	北品川 1-23-18 海文堂ビル 1F	北品川	金・日 (PM:水)
2	高梨医院	03-3474-5698	北品川 3-11-17-1F	新馬場	水・日
3	東京シーフォートスクエアクリニック	03-6712-8018	東品川 2-3-10-217	天王洲アイランド	土・日 (PM:木)
4	東品川クリニック	03-3472-6684	東品川 3-18-3 神興ビル 3F	品川シーサイド	木・土・日
5	みんなのクリニック大井町	03-6433-0280	南品川 6-15-5 三越ゼームス坂マンション 1F	大井町	日
6	目黒西口クリニック	03-3492-2660	上大崎 2-17-2 JR目黒グリーンビル 6F	目黒	水・日 (PM:土)
7	上大崎クリニック	03-3440-6311	上大崎 3-10-7	目黒	木・日
8	阿部病院	03-3447-4777	東五反田 1-6-8	五反田	日 (PM:土)
9	上竹医院	03-3447-0703	東五反田 2-19-1 ビレヂ五反田 1F	五反田	日 (PM:水・土)
10	大崎医院	03-3493-1010	大崎 2-6-9	大崎	木・日 (PM:土)
11	星野医院	03-3761-3575	東大井 6-16-8	立会川、大井町	木・日 (PM:水・土)
12	酒奇医院	03-3761-3250	東大井 2-26-3	立会川	水・日
13	品川南大井診療所	03-6459-6626	南大井 6-11-11 シャンボール第3大森 102	大森、大森海岸	火・日
14	大井町とうまクリニック	03-5718-4080	大井 1-16-2 プリリア大井町ラヴィアンタワー 2F	大井町	日
15	名和内科クリニック	03-5718-3003	大井 1-23-7 大井町駅前三井ビル 2F	大井町	日
16	平田内科泌尿器科クリニック	03-5718-0120	大井 1-35-11	大井町	木・日
17	大井小川クリニック	03-5718-5556	大井 1-49-12 大井町ビル 2F	大井町	土・日
18	柿島医院	03-3775-5171	大井 3-21-10 パレスハーゼル 1F	大井町、西大井	水・日
19	カネコクリニック	03-3716-8577	小山台 1-22-8 昭和ビル 1F	武蔵小山	日 (PM:木、土)
20	小山中央診療所	03-6426-1173	小山 3-15-1-2L	武蔵小山	水・日
21	穂坂クリニック	03-3781-1351	小山 3-24-6	武蔵小山	木・土・日
22	和光医院	03-3784-6131	小山 4-8-1	武蔵小山	日 (PM:土)
23	はるクリニック西小山	03-5794-8630	小山 6-1-1 ラメゾンシータ 101	西小山	水・日
24	戸越銀座駅近内科クリニック	03-5749-1054	平塚 1-7-16 カスタリア戸越駅前 1F	戸越、戸越銀座	
25	和田外科醫院	03-3781-4936	平塚 1-8-18	戸越銀座	日 (PM:木、土)
26	たごファミリークリニック	03-3785-5250	平塚 2-15-15 丸二 TEN ビル 3F	戸越、戸越銀座	木・日 (PM:土)
27	まつばらクリニック	03-5751-8501	平塚 3-3-13	戸越銀座	水・木 [第1]・日 (PM:土)
28	荏原中延クリニック	03-3784-7013	中延 2-15-5-2F	荏原中延	日 (PM:土)
29	松本クリニック	03-3784-9100	中延 4-5-10	中延	木
30	もり脳神経外科クリニック	03-3788-1777	中延 5-2-2 ザ・パークハウス品川荏原町 201	荏原町	木・日 (PM:土)
31	高山クリニック	03-5750-0078	中延 5-4-11	荏原町	日 (PM:水・土)
32	中村医院	03-3784-0128	中延 6-4-17	中延、荏原町	日
33	小川医院	03-3781-7606	中延 6-9-18	荏原町、中延、西大井	土 [第2]・日 ※不定期
34	戸越脳神経外科クリニック	03-5751-7333	戸越 1-7-1 東急戸越ビル 1F	戸越、戸越銀座	日
35	二葉医院	03-3782-2748	二葉 1-7-9	下神明	木・日
36	千葉内科歯科クリニック	03-3781-2053	二葉 2-2-2	下神明	木・日
37	横山外科内科	03-3786-0061	二葉 2-3-4	下神明	木・日
38	なるき内科クリニック	03-5702-2255	二葉 3-26-6 ヴィラ西大井 101	西大井	木・日
39	二葉クリニック	03-3787-2881	二葉 4-18-2	西大井	日
40	青柳医院	03-3788-0801	豊町 1-4-15	戸越、戸越銀座	木・日 (PM:土)

※祝日は休診。詳細は各医療機関にお問い合わせください。

パート1

認知症を知りましょう



# 早めの相談や受診が大切です

もの忘れ検診のご活用を!!

## なぜ、認知症は早期発見が大切なのか

それは認知症が時間とともに進行する病気だからです。完治が難しい病気ともされていますが、早期に発見して適切に対処すれば、その人らしい充実した暮らしを長く続けることができます。

特に、軽い記憶障害などはあっても日常生活は大きな支障がなく送れている**軽度認知障害 (MCI)** の段階で発見できれば、認知症への移行の予防や先送りができます。



## 早期発見による3つのメリット

### メリット1

#### 治療で改善が期待できる

認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見して早期に適切な治療をはじめると、年齢相応まで改善が期待できるものがあります。

### メリット2

#### 今の状態を維持できる

症状が悪化する前に適切な治療やサポートをすることで今の状態を維持し、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

#### 事前に準備ができる

本人や家族が話し合っ治療方針を決めたり、利用できるサービスを調べたりして「認知症に向き合う準備」を整えることができます。

## チェック! 「今までと違う」と思ったら

認知症は早期発見と対処が大切です。高齢者本人だけでなく、家族など周囲の人も「今までと違う」と感じるものがあつたら、その変化を見逃さないようにしましょう。



### 「高齢者本人」の気づき

たとえば...

- 直前にしたことや話したことを忘れてしまうようになった。
- 置き忘れやしまい忘れなどで、さがしものをすることが増えた。
- 知っているはずの人やものの名前が出てこなくなった。
- 少し複雑な話になると理解できなくなった。
- 日付や曜日を間違えたり、慣れた道で迷ったりするようになった。
- 今までできていた家事、計算、運転などのミスが多くなった。

### 「家族など周囲」の気づき

たとえば...

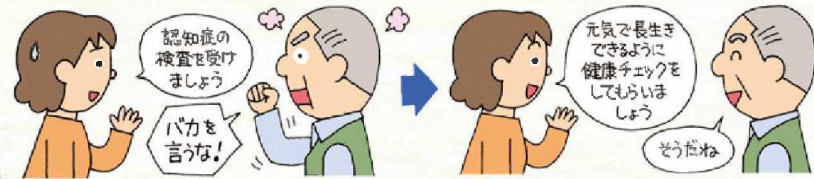
- 同じことを何度も言ったりたずねたり、したりするようになった。
- 今まで好きだった趣味などへの興味や関心がなくなった。
- おしゃれや清潔感など身だしなみに気を使わなくなった。
- つじつまの合わない作り話をするようになった。
- ささいなことで怒りっぽくなった。
- 財布が見当たらないときなど、盗まれたと人を疑うようになった。

## 認知症の疑いがある家族から受診をすすめるコツ

もの忘れが多くなったなど本人に自覚がある場合でも、認知症に対する不安は大きなものです。本人に自覚がない場合はなおさらで、強引に認知症の受診をすすめても拒まれてしまうことがよくあります。事前に、かかりつけ医などと相談し、直接認知症とは関係しないことを受診理由にするなど、なるべく不安をおおらない方法で誘ってみましょう。

### 上手な受診のすすめ方の例

- 高齢期の健康維持のための全身の健康チェックとして誘う。
- ほかの不調なところを理由に誘う。
- 家族が受診する際の「つきそい」として同行してもらう。
- かかりつけ医にすすめてもらう。





# 認知症とはどんな病気なのか

## 認知症は脳の病気です

年を取れば誰でももの忘れなどをするようになりますが、認知症は老化ではなく、脳の病気です。記憶や思考などの能力が少しずつ低下して、日々の生活に支障が出るようになります。原因となる脳の病気や障害が出る脳の部位などによってさまざまな種類や症状があります。



## 普通のもの忘れと認知症の違い

加齢による普通のもの忘れと認知症によるもの忘れは違います。たとえば、朝ごはんは何を食べたか思い出せないといった体験の一部を忘れるのは普通のもの忘れですが、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は認知症が疑われます。

### 普通のもの忘れ

記憶の帯

体験の一部を忘れる

- 体験や出来事の一部を忘れる。
- ヒントがあれば、忘れた部分を思い出すことができる。
- もの忘れをしている自覚がある。
- 人や場所までわからなくなることはない。

日常生活に大きな支障は出ない

### 認知症によるもの忘れ

記憶の帯

体験全体が抜け落ちる

- 体験や出来事のすべてを忘れてしまう。
- ヒントがあっても思い出せない。
- もの忘れをしている自覚がない。
- もの忘れがひんぱんに起こる。
- 人や場所までわからなくなることがある。

日常生活に支障が出る

## パート1 認知症を知りましょう

# 認知症にはこんなタイプがあります



### アルツハイマー型認知症

いちばん多い認知症です。脳の機能が全般的に低下していきます。脳の変化は症状が出る何十年も前から起きており、徐々に進行していきます。

#### 症状や傾向

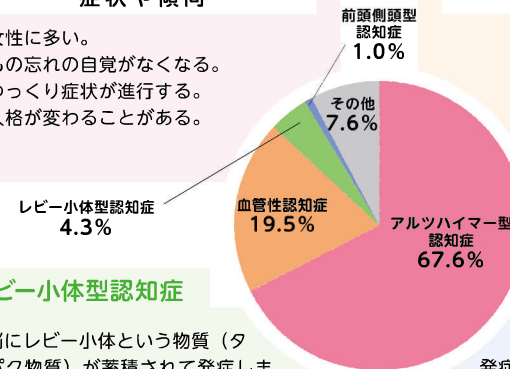
- 女性に多い。
- もの忘れの自覚がなくなる。
- ゆっくりり症状が進行する。
- 人格が変わることがある。

### 血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの病気で、病変部分の脳細胞の働きが失われることで発症します。脳梗塞の再発などで症状が段階的に進みます。

#### 症状や傾向

- 男性に多い。
- 意欲が低下しやすい。
- 片麻痺や言語障害などがある。
- 人格や判断力は保たれる。



### レビー小体型認知症

脳にレビー小体という物質（タンパク物質）が蓄積されて発症します。生々しい幻視（ないものがあるように見える）があらわれるのが特徴です。

#### 症状や傾向

- 手足の震えや筋肉の硬直で転倒しやすい。
- 夜中に夢を見て騒ぎ立てる。
- そこにいない人や動物、昆虫などの幻視がはっきりとあらわれる。

### 前頭側頭型認知症

脳の前頭葉や側頭葉が萎縮して発症します。理性や感情がコントロールできなくなり、常識を逸脱した言動などがみられます。

#### 症状や傾向

- 同じ言動を繰り返す。
- 興味や関心が薄れやすい。
- 万引や信号無視など社会のルールに違反したことをする。

円グラフ資料：「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」（厚生労働科学研究 筑波大学 朝田教授）

### 認知症と間違えやすい「うつ病」

高齢者は近親者との死別など「うつ病」になりやすい環境にありますが、うつ病による一時的な記憶力の低下などを認知症の症状と間違えてしまうことがあります。正しい診断や治療のためにも、認知症が疑われる症状があったら早めに専門医を受診しましょう。



# 認知症はどんな症状が出るのか

## 「認知症状」と「行動・心理症状」があります

認知症の症状には、共通してあらわれる「認知症状」（中核症状）と、本人の性格や生活状況、あるいはケアの仕方などが影響して起こる二次的な「行動・心理症状」（BPSD）があります。「行動・心理症状」は人によってさまざまですが、適切な治療やケア、周囲の対応などで改善が期待できます。

### 認知症によって脳の機能が低下

#### 主な認知症状（中核症状）

##### 記憶障害

ついさっきのことや知っているはずのことを忘れてしまう。

##### 見当識障害

日時や場所、人間関係などがわからなくなる。

##### 失行・失語

服を自分で着られなくなったり、うまく話せなくなったりする。

##### 実行機能障害

料理の手順や旅行の計画が立てられなくなる。

##### 判断力障害

複雑な話が理解できず、わずかな変化にも対応できなくなる。



本人のもともとの性格や素質

ストレスの多い生活環境やケア、周囲との人間関係など

#### 主な行動・心理症状（BPSD）

##### 行動症状

- 暴言
- 暴力
- 徘徊
- 不潔行為
- 活動量の低下

##### 心理症状

- 不安
- 焦燥
- 興奮
- うつ状態
- 睡眠障害
- 妄想



# 認知症はどんな治療が行われるのか

## 「薬を使う治療」と「薬を使わない治療」があります

認知症の治療は、「薬を使う治療」と「薬を使わない治療」があり、認知症状の進行を遅らせたり、行動・心理症状をやわらげたりすることなどを目的に行われます。また、脳を刺激して、本人に残された脳の機能を活性化させるために行う治療もあります。

### 薬を使う治療

認知症で最も多いアルツハイマー型認知症では、認知症状を抑えるための薬が処方され、一定の効果あげています。また本人だけでなく、家族など周囲の人を混乱させるさまざまな行動・心理症状を軽減させるための薬も処方されます。薬は継続して服用することが大切なので、認知機能の低下による「飲み忘れ」などを防ぐ注意や工夫が必要です。



### 薬を使わない治療の例

#### 回想法

昔の楽しかったことなどを思い出してもらって脳を活性化させ、心の安定にもつなげます。



#### 音楽療法

楽しい音楽を聴いたり歌を歌ったり楽器を演奏したりして、脳に刺激を与えます。



#### 創作療法

絵画・粘土・手芸など創作活動で感性を刺激し、手先を使うことで脳も活性化させます。



#### アロマセラピー

心地よい香りで嗅覚を刺激することで、心身の安定や脳の刺激に役立ちます。



治療とともに「ケア」が大切です

医師などが中心となる治療とあわせ、家族を含めた周囲の適切なケア（介護）も大切です。なるべく平穩に過ごせるように、本人の立場になって考えて意思を尊重し、その人の尊厳を守る心づかいをしましょう。

パート  
2

認知症をケアしましょう



# 症状の進行に対応する「認知症ケアパス」

認知症の進行(右へ行くほど時間が経過し症状も進行しています)

## 認知症の進行

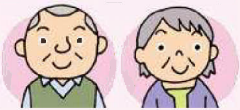
### 認知症の疑いがある状態

- もの忘れをしても、本人にその自覚がある。
- 「あれ」「それ」「あの人」など代名詞が増える。
- ヒントがあれば思い出す。

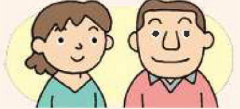
### 軽い症状はあっても日常生活は自立している状態

- 同じことを何回も聞く。
- さがしものが増える。
- 買い物や支払いや事務処理でのミスが増える。
- 意欲や自信が減退する。

### この時期の本人の様子や症状



### 家族など介護者の対応のポイント



- 認知症を身近な病気として関心をもつ。
- 認知症を予防する生活改善や、趣味など新たな交流や活動をすすめる。
- 高血圧や糖尿病などの生活習慣病を管理する。

- かかりつけ医や在宅介護支援センターに相談する。
- ミスや失敗を責めず、本人の不安をやわらげる。
- 近親者などに伝えておく。
- できるだけ本人の興味をひく活動をすすめる。

認知症ケアパスは、認知症の疑いから発症、その進行とともに変化していく状態に応じて、どのような医療や介護などの支援を受ければよいのか大まかな目安を示したものです。認知症の人をケアする事前の準備にも役立ちます。

※ケアパスとは「ケアの流れ」。認知症の状態に応じた適切なサービスの流れを意味します。

### 見守りがあれば日常生活は自立できる状態

- 手順の多い料理などができなくなる。
- 時間や曜日だけでなく季節や年次もあやふやになる。
- 感情の起伏が激しくなる。

### 日常生活に手助けや介護が必要な状態

- 服の着替えが困難になる。
- 「ものを盗まれた」などの被害妄想が増える。
- 家族を他人と間違える。
- 道に迷うことが多くなる。

### 常に介護が必要な状態

- 飲食、排せつ、入浴といった日々の行為が困難になる。
- 寝たきりの生活が増える。
- 感覚は残っているが、言葉による意思表示が減る。

- 医療のほか介護保険などの支援についても勉強する。
- 役割を取り上げるのではなく、本人ができない部分を周囲が支援する。

- 家族だけで支えようとしないうで、介護保険などの公的サービスなどを積極的に利用する。
- サービスの利用で介護する人の心身の負担を軽くする。

- 設備の整った施設などへの住み替えを考える。
- スキンシップなどコミュニケーションを工夫する。
- 終末期(看取り)に備える。

## 地域のサポート体制

これらの支援が必要となる時期や、具体的なサービスなどをはじめめる時期は、それぞれのケースによって異なります。

くわしくは『しながわオレンジガイド』をご覧ください。



### 予防

認知症を発症させない生活習慣を身につけましょう。軽度認知障害(MCI)の発見も大切です。

### 相談

かかりつけ医や在宅介護支援センターなどに相談し、進行に応じた助言をもらいましょう。

### 医療

かかりつけ医を中心に、認知症の専門医、歯科医、薬局など安心の医療体制を整えましょう。

### 介護

ケアマネジャーを中心に、本人や家族の状態や状況に応じたサービスを利用しましょう。

### 住まい

認知症の人が暮らしやすく、けがや事故などの危険の少ない住まいや環境をつくりましょう。

### その他

認知症の人や家族に役立つ、さまざまな活動やコミュニティを活用しましょう。

- |                           |                       |                         |
|---------------------------|-----------------------|-------------------------|
| ■ 介護予防教室                  | ■ 高齢者クラブ              | ■ 支え愛・ほっとステーション         |
| ■ 定期的な健康診断                | ■ シルバー人材センター          |                         |
| ■ かかりつけ医                  | ■ 認知症施策推進係・高齢者支援第一・二係 | ■ ケアマネジャー               |
| ■ 在宅介護支援センター              | ■ 認知症専門医              | ■ 成年後見制度の後見人            |
| ■ かかりつけ医による診察や総合健康管理      | ■ かかりつけの歯科医や薬局のサポート   |                         |
| ■ 認知症専門医による治療・認知症疾患医療センター | ■ 訪問看護サービスなど24時間の医療体制 |                         |
| ■ 訪問介護(ホームヘルプ)            | ■ 短期入所生活介護(ショートステイ)   | ■ 認知症対応型共同生活介護(グループホーム) |
| ■ 通所介護(デイケア)              | ■ 認知症対応型通所介護          |                         |
| ■ 住宅改修費給付                 | ■ 介護老人保健施設 特別養護老人ホーム  |                         |
| ■ 福祉用具貸与・特定福祉用具販売         | ■ 介護療養型医療施設(療養病床等)    |                         |
| ■ 認知症サポーター                | ■ 配食サービス              | ■ 成年後見制度                |
| ■ 見守りネットワーク               | ■ 認知症カフェ              | ■ 民生委員                  |
|                           |                       | ■ ミーティングセンター            |



# 認知症ケアに役立つ さまざまなサポート

## 認知症疾患医療センターについて

認知症に関する相談ならびに診療を行っています。生活の中で違和感や不安を感じたら、少しでも早く病院を受診することをお勧めします。

※受診を希望する方は事前に電話で予約をしてください

### 品川区における認知症医療・介護連携の推進役 【地域連携型】

医療法人 恵泉会  
**荏原中延クリニック**  
品川区中延2-15-5 酒井ビル1・2階  
☎03-6426-6033  
(祝日を除く月～金 午前9時～午後5時)

### 二次保健医療圏(大田区・品川区)の認知症医療の拠点 【地域拠点型】

地方独立行政法人東京都立病院機構  
**東京都立荏原病院**  
大田区東雪谷4-5-10  
☎03-5734-7028  
(祝日を除く月～金 午前9時～午後5時)

## 「介護保険」によるサポート

日常生活で介護が必要になったら「介護保険」を利用しましょう。下記窓口に「要介護認定」の申請をして、認定された区分に応じたサービスを受けることができます。認知症の人だけでなく、家族にとっても役立ちます。

- 在宅介護支援センター（裏表紙）
- 高齢者支援第一係 ☎03-5742-6729
- 高齢者支援第二係 ☎03-5742-6730

## 品川区の介護保険パンフレット

WEB版



## 高齢者見守りネットワーク

町会・自治会単位で見守りパトロールやサロン開催などの様々な見守り活動を行っています。また、地域の一員である民間企業の協力を得て、訪問・宅配職員等が通常業務の中で異変を察知した場合、すぐに区に通報するなどの見守り活動を行っています。

## 品川くるみ高齢者見守りアイテム

行方不明になった時の、早期発見・身元判明を目的としたアイテムです。外出に不安のある65歳以上の方、認知症により外出時に行方不明になるおそれがある40歳以上の方が対象です。認知症等で行方不明になった時は、区のネットワークに情報提供し、捜索への協力を求めることができます。

申請窓口：在宅介護支援センター（裏表紙）



キーホルダー①

キーホルダー②

## 品川成年後見センター

ひとり暮らしの認知症の人などは、不動産や預貯金などの財産管理や、医療や福祉サービスを利用する手続きや契約が難しくなります。また、悪質商法などの被害にあう危険も高くなります。成年後見制度は、このような判断能力が不十分な人を法律面や生活面で保護・支援する制度です。



## 成年後見制度(法定後見制度)の3つの類型

### 補助

判断能力が不十分な人を対象としたサポート。

### 保佐

判断能力が著しく不十分な人を対象としたサポート。

### 後見

判断能力を欠くのが通常の状態の人を対象としたサポート。

- 法定後見制度のほかに、現在は判断能力がある人が、将来的に認知症などで判断能力が不十分になった場合に備える「任意後見制度」もあります。
- 今は元気であるが、判断能力の低下に備えて任意後見契約や公正証書遺言作成を組み合わせた「あんしんの3点セット」も提供しています。



問い合わせ 品川区社会福祉協議会 品川成年後見センター ☎5718-7174

## 支え愛・ほっとステーション

区では、身近な福祉の相談窓口として生活上の相談や見守りなどを行う拠点を地域センター内に設置しています。お気軽にご相談ください。

### 異変や気づき

新聞がたまっている、何日も同じ洗濯物を干したまま、髪や服装が乱れ季節に合わない服を着ている…など、様子がおかしいかも?と感じたときはご連絡ください(匿名でも構いません)。

### 困りごと

高齢者等の日常生活のちょっとした困りごとに、ボランティアが30分200円でお手伝いをします。

### 見守り

- 定期訪問、定期電話（無料）
- 救急代理通報システム申請窓口（機器による安否確認）



### 地域活動

ボランティア活動ができる方を募集しています。見守りや困りごとの手伝いなど、こんな活動ならできるといみなさんの出来ることを教えてください!



## お問い合わせ先

名称	所在地	連絡先	名称	所在地	連絡先
品川第一支え愛・ほっとステーション	北品川3-11-16	03-6433-9133	荏原第一支え愛・ほっとステーション	小山3-14-1	03-6421-5557
品川第二支え愛・ほっとステーション	南品川5-3-20	03-6433-0441	荏原第二支え愛・ほっとステーション	荏原6-17-12	03-6426-4110
大崎第一支え愛・ほっとステーション	西五反田3-6-3	03-6421-7810	荏原第三支え愛・ほっとステーション	平塚1-13-18	03-6421-6542
大崎第二支え愛・ほっとステーション	大崎2-9-4	03-6303-9139	荏原第四支え愛・ほっとステーション	中延5-3-12	03-6426-2464
大井第一支え愛・ほっとステーション	南大井1-12-6	03-6404-6878	荏原第五支え愛・ほっとステーション	二栗1-1-2	03-6426-2625
大井第二支え愛・ほっとステーション	大井2-27-20	03-5728-9093	八潮支え愛・ほっとステーション	八潮5-10-27	03-5755-9828
大井第三支え愛・ほっとステーション	西大井2-10-3	03-6429-9637			



## 認知症サポーター養成事業

### 認知症サポーター養成講座

認知症の人への接し方、症状や種類等の基礎知識について学ぶ講座です。

日付	時間	場所
6年5月16日(木)	10:00-11:30	荏原第一区民集会所 第1集会室
6月11日(火)		南大井文化センター 第1講習室
7月20日(土)		オンライン
9月18日(水)		荏原第四区民集会所 第1集会室
10月25日(金)		第二庁舎5階 252会議室
11月17日(日)		第二庁舎5階 252会議室
7年2月8日(土)		オンライン
3月18日(火)		第二庁舎5階 252会議室

※1回完結の講座で、全て同じ内容です

### 認知症サポーターステップアップ講座

事例や寸劇等から、認知症の人の行動には、どのような理由や気持ちがあるか考える講座です。

日付	時間	場所
6年7月9日(火)	10:00-11:30	第二庁舎5階 252会議室
10月8日(火)		
7年1月23日(木)		

※1回完結の講座で、数回ごとに内容が変わります

### 認知症サポーター企画会議

認知症サポーターが、品川区の新たな取り組みについて企画する場です。

9月認知症月間に合わせたイベント実施を検討しています。

日付	時間	場所
6年5月8日(水)	14:00-16:00	荏原第五地域センター 1集会室
7月17日(水)		
9月11日(水)		
11月13日(水)		
7年1月15日(水)		
3月12日(水)		

※連続した会議ですが、いつからでも新規参加歓迎です

認知症サポーター事業日程▶



## 高齢者補聴器購入費助成事業

加齢により聴力機能が低下した高齢者を対象に補聴器の購入費の一部を助成します。

助成には要件があります。詳細は、ホームページを確認するか、下記連絡先までご連絡ください。

※助成決定前に購入した場合は対象となりません。

※医療機関を受診した結果、助成の対象とならない場合があります。



## 1. 本人ミーティング & 家族ミーティング

認知症の人やその家族が集まり、日々の暮らしのことなどを自由に語り合う場です。アットホームな雰囲気で開催しています。



### 参加者の声

同じ仲間と出会えて嬉しかった。  
自分一人ではないと思った。

### ① デニーズ パフェの会 しながわ

**日時** 毎月第4火曜日 14:30～16:00

**場所** デニーズ 大井駅前店  
※飲食費用の実費がかかります

**申込** 社会福祉法人新生寿会 東五反田倶楽部  
☎ 03-5422-7157 (担当: 篠田)

### ② 本人ミーティング八潮

**日時** 毎月第2水曜日 14:00～15:30

**場所** 八潮地域センター 1階敬老室広間

**申込** 特定非営利活動法人 協働まちづくり  
☎ 090-9310-7768 (担当: 杉本)

## 2. ミーティングセンター

本人や家族が専門職を交えながら話し合い、やりたいことを決めて実施します。他の家族との出会いから関係性のあり方に気づきを得ることもできます。



### 参加者の声

色々な人と出会って、色々なやりたいことをして、刺激があって楽しい。



### ① めだかの会

**日時** 毎月第1・3火曜日 10:00～17:00

**申込** 社会福祉法人新生寿会  
東五反田倶楽部  
☎ 03-5422-7157 (担当: 篠田)

### ② aer(アエル)

**日時** 毎月第3木曜日 10:30～12:30頃

**申込** 有限会社 新井湯  
☎ 03-5788-9907 (担当: 渡邊)  
※時間や場所は、活動内容により異なります。

### 3. 認知症家族勉強会

認知症の方のご家族が、認知症についての理解を深めたり悩み事を相談できる場です。  
テーマに沿った講義（60分）のあと、家族交流会を実施しています。

#### 令和6年度開催予定

開催日	開催時間	開催場所
6年 6月 7日(金)	10:00-11:45	品川第一区民集会所 第2集会室
8月 4日(日)	10:00-12:00	第二庁舎 5階 252会議室
10月 16日(水)	10:00-11:45	荏原第一区民集会所 第1集会室
11月 26日(火)	10:00-11:45	荏原第四区民集会所 第1集会室
7年 1月 31日(金)	10:00-12:00	第二庁舎 5階 252会議室
3月 25日(火)	10:00-11:45	南大井文化センター 第1講習室

※1回完結の内容で、毎回テーマが異なります

※日時・場所とは変更となる場合がありますので、区ホームページまたは区報をご確認ください。



認知症家族勉強会日程▶



### 4. 品川区認知症カフェのご案内

認知症がある方もない方も、誰もが安心して集える場です。  
カフェによって様々な特色があります。

※感染症等の状況により休止中、日時変更の場合がありますので、事前に各カフェにご確認のうえご参加ください。



各カフェ詳細  
ホームページ

令和6年5月現在

地区	No.	カフェ名称	開催日時	場所	お問い合わせ
大崎地区	1	うさぎカフェ ※休止中	第3土曜 14:00~16:00	西五反田高齢者複合施設1階ロビー(西五反田3-6-6)	社会福祉法人さくら会 03-5434-7831
	2	carna(カルナ)カフェ ※休止中	第3水曜 14:00~16:00	carna五反田6階 談話室(西五反田3-10-9)	医療法人社団武蔵野会 carna 五反田 03-5496-0671
	3	きのこカフェ 東五反田	第2木曜 14:00~16:00	東五反田倶楽部 地域交流スペース(東五反田4-11-6)	社会福祉法人新生寿会 東五反田倶楽部 03-5422-7157
	4	モクヨン五反田カフェ	第4木曜 14:00~16:00	五反田文化センター3階 第2講習室(西五反田6-5-1)	品川区立五反田図書館 03-3492-2131
	5	モーニングパーク	毎週水曜 9:00~11:00	E-park(西五反田3-1-2)	一般社団法人めぐもり 080-1264-9864
	6	おおさきオレンジカフェ	第3木曜 14:00~15:30	大崎図書館分館 多目的室(大崎3-12-22)	品川区立大崎図書館分館 03-3491-3430
品川地区	7	アットホームカフェ	第4土曜 10:30~11:30	社会福祉法人福栄会 本部(東品川3-1-8)	社会福祉法人福栄会 東品川在宅介護支援センター 03-5479-2793
	8	きたいちカフェ	第4木曜 14:00~16:00	北一会館(北品川11-28-2)	(株)大崎ホームヘルプサービス 小規模多機能型居宅介護事業所おもてなし 03-3450-6464

地区	No.	カフェ名称	開催日時	場所	お問い合わせ	
品川地区	9	みんなの北二カフェ	第1・3水曜 14:00~16:00	第二会館(北品川12-8-11)	みんなの北二カフェ 03-3471-3602	
	10	けあきようcafé ※休止中	第3水曜 14:00~16:00	品川リハビリテーションパーク1階(北品川15-2-1)	NPO法人 品川ケア協議会 03-5447-7225	
	11	よりどころ	第2木曜 13:30~16:00	東鶴会会館1階(東品川13-14-34)	(株)大崎ホームヘルプサービス(東品川第二在宅介護支援センター) 03-5783-2656	
	12	しなとしよカフェ	第2木曜 14:00~15:00	品川図書館4階(北品川12-32-3) 視聴覚ホール	品川区立品川図書館 03-3471-4667	
荏原地区	13	いきいきカフェ 小山七丁目	第3火曜 13:30~16:00	洗足会館(小山7-5-18)	小山七丁目町会 03-3783-0894	
	14	えばら なごみカフェ	第3金曜 14:00~16:00	荏原文化センター1階 レクリエーションホール(中延1-9-15)	品川区立荏原図書館 03-3784-2557	
	15	オレンジカフェ・コパン copain	第3日曜 10:00~12:00	グループホーム きらら品川荏原(荏原6-17-10)	(株)スターツケアサービス グループホームきらら品川荏原 03-5749-3776	
	16	カフェ・ひらゆう	第3木曜 14:00~15:30	平塚ゆうゆうプラザ(平塚2-10-20)	社会福祉法人福栄会平塚ゆうゆうプラザ 03-5751-7070	
	17	きのこカフェ 小山	毎月1・3・5金曜 14:00~16:00	小山倶楽部(小山7-14-4)	社会福祉法人新生寿会 小山倶楽部 03-5751-7205	
	18	デモンス カフェ アヴェニール	第2水曜 13:30~15:00	オレンジハウス(小山6-8-17)	小山六丁目町会 090-4714-2964	
	19	とごしカフェ	毎週水曜 10:00~12:00	とごしリハビリケアプランセンター(豊町2-17-8)	武石接骨院 とごしリハビリケアプランセンター 03-3781-4450	
	20	中延もちよりカフェ	月1回 13:30~15:00	たゆらか倶楽部(中延2-15-3)	医療法人社団恵泉会荏原中延クリニック 03-6426-6033	
	21	ほうらいや みんなのサロン	毎週水曜 13:00~15:00	ほうらいや(旗の台5-14-2)	旗の台南町会(ご連絡は認知症施策推進係まで) 03-5742-6802	
	22	みんなの・カフェ	第2木曜 13:00~15:00	荏原七丁目町会集会所(荏原7-13-16)	荏原七丁目町会 090-8508-2890	
	23	もの忘れカフェ ※休止中	再開未定	再開未定	医療法人社団風優会 荏原ホームケアクリニック 03-5788-6088	
	24	ゆたかの家 クローバー	第2土曜 10:00~11:30	ゆたか診療所(豊町4-18-21)	城南保健生活協同組合ゆたかの家 03-3762-0266	
	25	えがおのじかん	第3水曜 10:00~12:00	@ウーヴ(戸越6-8-7)	NPO法人 ウーヴ 03-5498-3135	
	大井地区	26	スマイルカフェさくら	5、8、2月第1日曜 12:30~14:30 ※11月のみ第2日曜	社会福祉法人さくら会1階 喫茶スペース(南大井5-19-1)	社会福祉法人さくら会 03-5753-3900
		27	西大井カフェ	第4日曜 13:00~15:00	西大井在宅サービスセンター(西大井2-4-4)	社会福祉法人春光福祉会 西大井在宅介護支援センター 03-5743-6120
28		日生きずなカフェ	第4月曜 14:30~15:30	日生薬局大井町店(東大井6-4-3)	ミアヘルサ株式会社 日生薬局大井町店 03-5767-8931	
29		花めいと ※休止中	第3日曜 13:00~15:00	けめともの家・カンタキ西大井(西大井2-4-14)	(株)ケアメイト 看護小規模多機能型居宅介護事業所 03-6303-8050	
30		ブラチナカフェ	第3月曜 ①10:00~12:00 ②13:30~15:30	PARK COFFEE 大井町(大井1-8-3)	認定NPO法人ブラチナ美容塾 070-2187-8066	
八潮地区	31	cafe えがお工房	第3金曜 14:00~16:00	こみゆにていぶらざ八潮(八潮5-9-11)	品川区高齢者福祉団体 チーム潮クラブ 090-3961-9810	
	32	さわやか	月1回 12:00~14:00	八潮地域センターレクホール(八潮5-10-27)	品川区高齢者福祉団体銀髯塾 070-4385-9169	
	33	やしおカフェ	第2月曜 14:00~16:00	こみゆにていぶらざ八潮(八潮5-9-11)	NPO法人協働まちづくり 070-5375-3715	
	34	八潮としよかんCafe	第4月曜 14:00~16:00	八潮地域センターレクホール(八潮5-10-27)	品川区立八潮図書館 03-3799-1414	

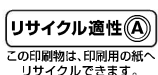
# お近くの在宅介護支援センター

在宅介護についてのご相談は、お近くの在宅介護支援センターへお電話ください。ご自宅へ伺って相談や手続きをします。

地区	支援センター	住所	電話番号	FAX	担当地区	地域センター
品川地区	台場	北品川3-11-16	03-5479-8593	03-5479-8294	北品川、東品川1・2・5	品川第一
	東品川	東品川3-1-5	03-5479-2793	03-5479-2614	東品川3(1~9)、南品川1・2・4・5(1~9)・6	品川第二
	東品川第二	東品川3-27-25	03-5783-2656	03-5783-2658	東品川3(10~32)・4、南品川3・5(10~16)	
大崎地区	上大崎	上大崎3-1-1	03-3473-1831	03-3473-1554	上大崎、東五反田	大崎第一
	西五反田	西五反田3-6-6	03-5740-6115	03-5740-6091	西五反田	
	大崎	大崎2-11-1	03-3779-2981	03-3779-3196	西品川、大崎	大崎第二
八潮地区	八潮	八潮5-9-2	03-3790-0470	03-3790-0439	八潮	八潮
	南大井	南大井4-19-3	03-5753-3902	03-5767-0627	南大井	大井第一
	南大井第二	東大井4-9-1	03-5495-7083	03-5495-7085	東大井、勝島	
大井西地区	大井	大井4-14-8	03-5742-2723	03-5742-2724	大井1・4・6、広町	大井第二
	大井第二	大井3-15-7	03-5743-2943	03-5743-2942	大井2・3・5・7	
	西大井	西大井2-4-4	03-5743-6120	03-5743-6121	西大井	大井第三
荏原西地区	荏原	荏原2-9-6	03-5750-3704	03-5750-3695	小山4・5、荏原1~4	荏原第一
	小山台	小山台1-4-1	03-5794-8511	03-5794-8512	小山台、小山1~3	
	小山	小山7-14-18	03-5749-7288	03-5498-0646	小山6・7、荏原5~7、旗の台1・2・5(1~5、13~20)・6	荏原第二
荏原東地区	成幸	中延1-8-7	03-3787-7493	03-3787-7494	中延1・2、東中延1、西中延1・2、戸越5、平塚	荏原第三
	中延	中延6-8-8	03-3787-2167	03-3787-2236	中延3~6、東中延2、西中延3、旗の台3・4・5(6~12、21~28)	荏原第四
	大原	豊町6-25-13	03-5749-2531	03-5749-2533	戸越6、豊町6、二葉4	
	戸越台	戸越1-15-23	03-5750-1053	03-5750-1496	豊町1、戸越1~4	荏原第五
	杜松	豊町4-24-15	03-5750-7707	03-5750-7709	二葉1~3、豊町2~5	

各支援センター共通の基本的な営業時間は、祝日を除く月~土曜日9:00~19:00です。

令和5年4月1日現在



禁無断転載©東京法規出版

発行：品川区福祉部高齢者地域支援課 認知症施策推進係  
TEL:03-5742-6802 FAX:03-5742-6882 R6.5