

認知症支援サービス・相談窓口のご案内

※ サービス・相談窓口をご利用される際には、事前に各機関・担当部署へお問合せください。

もくじ 目次

1. つどいの場、交流の場	2～3
2. はじめての相談	4
3. 認知症への備え	5
4. 認知症の診断、医療機関	6～8
5. 若年性認知症の相談	9
6. 日常生活の支援サービス	10
7. 介護保険サービス	11
8. 安全・権利・財産に関する相談	12
9. 暮らしの場を考える	12

1. つどいの場、交流の場

認知症カフェ

認知症のある・なしに関わらず、認知症について情報共有したり、交流ができる場です。専門のスタッフがいるので話しづらいことでも安心です。

いきいきはあとカフェ	
千代田区一番町 12 いきいきプラザ一番町	
毎月第2木曜日 14時～15時30分	毎月第4土曜日 14時～15時30分
高齢者あんしんセンター麹町 ☎ 03-3265-6141	

神田はあとカフェ	
千代田区神田淡路町2-8-1 かんだ連雀	千代田区岩本町2-15-3 岩本町ほほえみプラザ
毎月第2土曜日 14時～16時	毎月第4火曜日 10時～12時
高齢者あんしんセンター神田 ☎ 03-5297-2255	

きのこカフェ
千代田区麹町2-14-3 ジロール麹町
毎週月曜日～金曜日 14時～16時 毎週土曜日及び祝日 11時～16時
ジロール麹町 ☎ 03-3222-8750

メモリーカフェ
千代田区神田和泉町1 三井記念病院
毎月第4金曜日 15時～16時
三井記念病院 地域福祉相談室 ☎ 03-3862-9133

みお実桜の会（認知症本人ミーティング）

認知症と診断された本人やもの忘れでお悩みの方、その家族の方が、それぞれの席で日ごろの想いや悩みを自由に語り合う会です。

①千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ ②千代田区二番町8-8 Denny's 二番町店 ③千代田区神田神保町3-1-2 カフェのん散歩
※①～③のいずれかの会場で開催
毎月第2水曜日 ①14時～15時30分 ②15時～16時 ③14時～15時
在宅支援課 地域包括ケア推進係 ☎ 03-6265-6485



社協はあとサロン

社会福祉協議会が運営する、60歳以上の区民を対象としたサロンです。さまざまなイベントやプログラムを開催しています。

一番町みんなのサロン (区内在住の方はどなたでも参加可能)	三崎町はあとサロン
千代田区一番町12 いきいきプラザ一番町1階	千代田区神田三崎町3-1-17
毎週火曜日 13時～16時 毎週金曜日 12時～16時 ※祝日・年末年始は休み	月・水・木曜日 13時～16時 ※祝日・年末年始は休み
千代田区社会福祉協議会  03-3265-1901	

アキバみんなのサロン (区内在住の方はどなたでも参加可能)	和泉はあとサロン
千代田区外神田1-1-13 万世橋出張所6階	千代田区神田和泉町1-5-10 和泉会館2階
毎週水・金曜日 13時～16時 ※祝日・年末年始は休み	毎週火・木曜日 13時～16時 ※祝日・年末年始は休み
千代田区社会福祉協議会 アキバ分室  03-6285-2860	

ちよだのふれあいサロン

地域の住民やボランティアの皆さまが運営しているサロンです。高齢者向け、家族介護者向け、だれでも参加できるイベントなど、毎月定期的で開催しています。

くわしい会場や日時については、
社会福祉協議会 (☎03-3265-1901) へお問合せください。

公益社団法人 認知症の人と家族の会

全国47都道府県に支部がある、介護家族や専門職などで構成される認知症支援団体です。

電話相談 (全国対象/フリーダイヤル)	東京都支部 認知症てれほん相談
月曜日～金曜日 10時～15時 ※祝日・夏季・年末年始は休み	火・金曜日 10時～15時 ※祝日・年末年始は休み
 0120-294-456 (固定電話)  050-5358-6578 (携帯・スマホ)	 03-5367-2339

2. はじめての相談

高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）

皆さまが住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、介護・在宅医療・認知症などの相談を受け付けています。各センターには、認知症支援の専門家である「認知症地域支援推進員」がいます。

高齢者あんしんセンター 麹町	高齢者あんしんセンター 神田
千代田区一番町 12 いきいきプラザ一番町 1階	千代田区神田淡路町 2-8-1 かんだ連雀 1階
月曜日～土曜日 9時～18時（祝日も対応） ※日曜日・年末年始は休み	
☎ 03-3265-6141	☎ 03-5297-2255
 <ul style="list-style-type: none"> ・東京メトロ有楽町線 麹町駅 5番、6番出口 徒歩5分 ・東京メトロ半蔵門線 半蔵門駅 5番出口 徒歩5分 	 <ul style="list-style-type: none"> ・都営新宿線 小川町駅 A3出口 徒歩3分 ・東京メトロ丸の内線 淡路町駅 A3出口 徒歩3分 ・東京メトロ銀座線 神田駅 6番出口 徒歩7分 ・JR御茶ノ水駅 聖橋口 徒歩7分

高齢者総合サポートセンターかがやきプラザ 相談センター

日常生活や介護のことなど、さまざまな相談に24時間365日対応しています。それぞれの相談に応じた情報提供やサービスの調整など、安心して生活できるようサポートします。

千代田区九段南 1-6-10 かがやきプラザ 1階	 <ul style="list-style-type: none"> ・東京メトロ半蔵門線、東西線、都営新宿線 九段下駅 4番、6番出口 徒歩5分
24時間365日対応	
☎ 03-3265-1165	



3. 認知症への備え

認知症予防・介護予防事業

脳を活性化する運動や体操、社会活動などを通して、心身の健康を維持するためのプログラムです。

CHIYO
FULL
LIFE

身体を使って脳トレいきいき教室	認知症に対する正しい理解のための講話や認知機能の維持向上を目的としたプログラムの教室を行います。	在宅支援課 地域包括ケア推進係 ☎ 03-6265-6485
フレイル予防講座 ※要介護・要支援認定のない方が対象	フレイル予防に効果的な「運動・栄養・お口の健康・認知症予防」の方法を学ぶ講座です。実際に運動も行います。	在宅支援課 介護予防担当 ☎ 03-5211-4223
男の料理教室 ※男性対象	専門家の指導を受けながら、買い物・調理・食事を実践する、男性のための料理教室です。	
女性のための体操教室 ～尿もれ予防体操～ ※女性対象	尿もれ予防に効果的な骨盤底筋体操を中心とした、女性のための運動教室です。	
自主グループ活動支援	仲間と運動を始めたい人に、リハビリ専門職の派遣や、介護予防に効果的な体操の提供をしています。	
シルバートレーニングスタジオ	身近な区民館や高齢者施設などで、運動指導員による指導のもと、誰でもできる健康体操を行います。	千代田区社会福祉協議会 高齢者活動センター ☎ 03-3265-1161
【ボランティア】 介護保険サポーター・ポイント制度	サロンでの手工芸活動や、高齢者施設での話し相手などのボランティア活動を通して、年間最大 8,000 円の交付金が受けられる制度です。	千代田区社会福祉協議会 ちよだボランティアセンター 03-3265-1901 (代表) ☎ 03-6265-6522 (直通)

体力の低下を感じ始めた方への事業

要支援1・2、または体力の低下が見られるなど、一定の条件に該当した方へ向けた短期集中的な運動指導です。

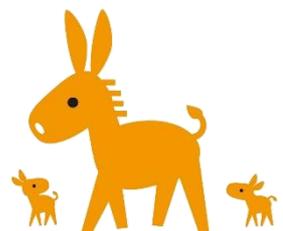
生活機能改善 訪問アドバイス	閉じこもりがちな方のご自宅に理学療法士・作業療法士等が訪問し、生活機能改善のための相談を行います。	高齢者あんしんセンター麴町 ☎ 03-3265-6141 高齢者あんしんセンター神田
筋力向上教室	トレーニングマシンを使用して、運動機能・筋力向上のためのプログラムを3か月間集中的に行う教室です。	☎ 03-5297-2255 ※お住まいの地域により、問い合わせ先が異なります。

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の本人とその家族をあたたく見守りながら、ちょっとした手助けができる地域の応援者です。

認知症への理解を深め、適切な対応方法などを学びます。講座では、参加者同士が交流したり、グループで話し合うなど、さまざまな企画が開催されています。

千代田区社会福祉協議会
かがやきプラザ研修センター
☎ 03-6265-6560



4. 認知症の診断、医療機関

認知症サポート医

東京都が実施する「認知症サポート医養成研修」を受講し地域における認知症医療・介護の連携がスムーズに行えるようサポートする医師です。

医療機関名	医師名	住所	電話番号
貝坂クリニック	高野 学美	千代田区平河町1-4-12 平河町センタービル10階 3号	03-5213-6710
佐々木内科クリニック	佐々木 俊治	千代田区麴町4-4-6 麴町4丁目小倉ビル2階	03-3264-3635
東都クリニック	佐原 由華子	千代田区紀尾井町4-1 ホテルニュー オータニガーデンタワー2階	03-3239-0301
市ヶ谷駅前診療所	泉田 秀輝	千代田区五番町2 横山ビル1階	03-3234-5021
滝医院	滝 雅史 滝 正彦	千代田区九段南4-3-1	03-3264-3101
飯田橋小池クリニック	小池 美由紀	千代田区飯田橋4-4-7	03-3221-8858
神保町 もりたメンタルクリニック	森田 徹	千代田区神田神保町1-7-12 巖松堂ビル3階	03-5281-0880
千代田加賀クリニック	加賀 一兄	千代田区神田神保町1-35	03-3291-9951
こころとからだの 元氣プラザ	中塚 尚子	千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング2階	03-5210-6620
水道橋東口クリニック	辻 彼南雄	千代田区神田三崎町1-3-12 水道橋ビル9階	03-3292-1270
公益財団法人佐々木研究所 附属 杏雲堂病院	内 玲往那	千代田区神田駿河台1-8	03-3292-2051
日本大学歯学部付属歯科病院 (※)	米永 一理	千代田区神田駿河台1-8-13	03-3219-8080
医療法人財団福音医療会 神田キリスト教診療所	小西 弘一	千代田区神田美土代町7-4 5階・6階	03-3294-0808
医療法人社団亮友会 大塩医院	大塩 力	千代田区神田淡路町2-6-2	03-3251-6878
医療法人社団同仁記念会 明和病院	水山 和之	千代田区神田須田町1-18	03-3251-0263
医療法人社団和平会 坪井医院	坪井 秀一	千代田区神田和泉町1-13-12	03-3866-7815
医療法人社団順成会 いずみレディスクリニック	柿木 成子	千代田区神田佐久間町2-18-5 アークビル6階	03-3862-7733
医療法人社団順真会 しのみやクリニック	四宮 雅博	千代田区神田佐久間町3-37-59	03-5687-1516

とうきょうオレンジドクター

東京都が地域包括支援センターなどの地域の関係機関と連携して活動ができる認知症サポート医として認証した医師です。

医療機関名	医師名	住所	電話番号
水道橋東口クリニック	辻 彼南雄	千代田区神田三崎町1-3-12 水道橋ビル9階	03-3292-1270

かかりつけ医 認知症研修修了者

東京都が実施する適切な認知症診療の知識と技術、認知症の本人や家族を支える方法を習得することを目的とした研修を受講した医師です。

医療機関名	医師名	住所	電話番号
日比谷トータルクリニック	中村 公一	千代田区有楽町1-6-1 第二日比谷ビル8階	03-3591-2617
貝坂クリニック	高野 学美	千代田区平河町1-4-12 平河町センタービル10階3号	03-5213-6710
山岡クリニック	山岡 周平	千代田区麴町4-3 麴町富士ビル2階	03-3264-5160
医療法人社団博澄会 南部歯科医院 (※)	西川 美月	千代田区富士見2-6-9 雄山閣ビル1階	03-3262-4895
Terra ファミリークリニック	寺下 勇祐	千代田区富士見2-12-6	03-3511-1501
東京通信病院	山嵜 達也	千代田区富士見2-14-23	03-5214-7111
千代田加賀クリニック	加賀 一兄	千代田区神田神保町1-35	03-3291-9951
水道橋東口クリニック	辻 彼南雄	千代田区神田三崎町1-3-12 水道橋ビル9階	03-3292-1270
東京歯科大学 老年歯科補綴学講座 (※)	竜 正大 齋藤 壮・中澤 和真 竹内 みのり・太田 緑	千代田区神田三崎町2-9-18	03-6380-9201
駿河台診療所	塩澤 宏和	千代田区神田駿河台2-1-45 ニュー駿河台ビル5階	03-3219-1121
小川町 メディカルクリニック	長尾 まゆみ 長尾 二郎	千代田区神田小川町2-12 進興ビル 地下1階	03-5848-4355
山中内科・リウマチ科クリニック	山中 健次郎	千代田区神田小川町3-6-9 第2アメリカスビル8F	03-5280-1371
神田駅西口メンタルクリニック	羽場 雅也	千代田区内神田3-12-4 第一岸ビル2階	03-5209-0874
河内クリニック	河内 清	千代田区神田淡路町1-9-1 ニューお茶の水301	03-3252-8225
医療法人社団亮友会 大塩医院	大塩 力	千代田区神田淡路町2-6-2	03-3251-6878
瀬木診療所	瀬木 邦久	千代田区岩本町1-7-1 瀬木ビル3階	03-3866-7313
医療法人社団和平米 坪井医院	坪井 秀太 坪井 秀一	千代田区神田和泉町1-13-12	03-3866-7815
医療法人社団順成会 いずみレディスクリニック	柿木 成子	千代田区神田佐久間町2-18-5 アークビル6階	03-3862-7733
医療法人社団順真会 しのみやクリニック	鈴木 聡彦	千代田区神田佐久間町 3-37-59	03-5687-1516

(※) 歯科医師

かかりつけ医（医師会）

「かかりつけ医がない」などの相談を受け付けます。

千代田区医師会	神田医師会
千代田区五番町4-4 サンビューハイツ706	千代田区神田小川町2-8
☎ 03-3264-5449	☎ 03-3291-0450

認知症疾患医療センター

認知症専門医による診察や、認知症の確定診断に基づき、適切な治療を行う医療機関です。認知症に関する相談や、日常生活に必要なアドバイスも行っています。

三井記念病院（地域福祉相談室）	順天堂医院
千代田区神田和泉町1	文京区本郷3-1-3
☎ 03-3862-9133	☎ 03-5684-8577

認知症予防外来

おもに軽度認知障害（MCI）の方を対象とする、認知症の発症予防・症状進行の予防等を目的とした専門外来です。

九段坂病院
千代田区九段南1-6-12
☎ 03-3262-9191

訪問歯科診療（歯科医師会）

「入れ歯が合っていないかも」「時々むせる」など、口腔内のトラブルに応じた歯科医師を紹介します。

丸の内歯科医師会	麴町歯科医師会	千代田区歯科医師会 （神田地区）
千代田区丸の内2-6-1 丸の内パークビルディング 21階 2123区	千代田区一番町4 一番町鈴木ビル2階	千代田区神田淡路町2-21 広瀬ビル2階
☎ 03-3287-2888	☎ 03-3261-5361	☎ 03-3251-8148

訪問薬局（薬剤師会）

薬の適切な内服について、助言や服薬指導を行います。また、近隣のかかりつけ薬局・薬剤師の紹介も行っています。

千代田区薬剤師会
千代田区九段北1-4-7 喜助九段北ビル303
☎ 03-6272-9287



千代田区医療・介護・地域資源検索システム

千代田区や周辺区の医療機関・介護事業所等を検索できるホームページです。最寄り駅や診療科目など、希望の条件から情報を検索できます。



5. 若年性認知症の相談

心の相談室

「眠れない」「不安が強い」「もの忘れが増えた」など、さまざまな心の症状や認知症状でお悩みの方を対象に、精神科医と保健師等による相談室を実施しています。

千代田区九段北1-2-14 千代田保健所	千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ
原則 毎月第4金曜日（※事前予約制）	原則 毎月第2木曜日（※事前予約制）
①13時30分～14時10分 ②14時10分～14時50分 ③14時50分～15時30分	
千代田保健所 保健サービス課 保健相談係 ☎ 03-5211-8175	

若年性認知症の専門機関

東京都が設置する若年性認知症の人や家族のワンストップ相談窓口です。専門医療機関の案内・就労支援・利用できる経済的支援や制度・退職後の生活支援など若年性認知症特有の課題に対して、若年性認知症支援コーディネーターが区市町村と協力しながら支援をします。

東京都若年性認知症総合支援センター
目黒区碑文谷5-12-1 TS碑文谷ビル3階
月曜日～金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始は休み
☎ 03-3713-8205

若年性認知症になっても、社会や地域で今までと同じ生活が送れるよう、本人や家族に対するサポートを行っている専門機関です。

特定非営利活動法人 若年認知症サポートセンター
新宿区新宿1-9-4 中公ビル御苑グリーンハイツ605
月・水・金曜日 10時～17時 ※祝日・年末年始は休み
☎ 03-5919-4186

みお 実桜の会（認知症本人ミーティング）

認知症本人ミーティング「実桜の会」は、若年性認知症の本人が会のファシリテーター（進行役）を務めるなど、若年性認知症の本人・家族の交流の場としても位置づけられています。

くわしい会場や日時については、2ページをご確認ください。



6. 日常生活の支援サービス

ふたばサービス	専門技術を必要としない日常生活の困りごと（家事や外出同行）を、地域住民などが支援します。	千代田区社会福祉協議会 在宅サポート係 ☎ 03-3265-1901（代表） 03-6265-6520（直通）
ふれあい収集	資源やごみを集積所まで出すことの困難な65歳以上の高齢者や障害者の方のみの世帯を対象にご自宅まで訪問し、安否確認を目的とした資源・ごみの声かけ収集を行います。	千代田清掃事務所 ☎ 03-3251-0566
高齢者食事支援サービス （※）	ひとり暮らしまたは高齢者のみ世帯で、外出や調理がままならず食事の確保ができない方に、昼食・夕食を配達するサービスを行います。	在宅支援課 相談係 ☎ 03-6265-6483
自動通話録音機（※）	振り込め詐欺の被害を未然に防ぐため、電話の呼び出し前に警告メッセージを流し、会話内容を自動で録音する機器を（再）設置します。	
救急通報システム（※）	急病・火災などの緊急事態に24時間体制で対応する安否確認システムです。	在宅支援課 在宅支援係 ☎ 03-6265-6482
救急医療情報キット（※）	家族が留守の場合や、ひとり暮らしの方が救急車を呼んだときのために、医療情報を入れる容器を配布します。	
リフト付福祉タクシー	寝たきりや車いす使用の高齢の方などが、病院や外出などの際にご利用になれます。	日立自動車交通（株） ☎ 03-5682-6294
かがやき カウンセリングルーム （事前予約制）	介護によって生じるストレスや、認知症・若年性認知症の本人や家族の心配ごと、介護職を担う中での不安などに対し、臨床心理士・公認心理士の資格を持つカウンセラーによる相談を実施しています。	千代田区社会福祉協議会 かがやきプラザ研修センター ☎ 03-6265-6560
ボランティア相談	話し相手や外出の同行、見守りボランティアなどの相談を受け付けます。	千代田区社会福祉協議会 ちよだボランティアセンター ☎ 03-3265-1901（代表） 03-6265-6522（直通）
高齢者いきいき相談 （電話訪問）	専門の相談員が定期的に電話をかけ、相談に応じます。	各高齢者あんしんセンター → <u>4 ページ</u> へ

（※）…65歳未満で障害等のある方は、同様のサービスを受けられる場合がありますので、障害者福祉課（☎03-5211-4128）へお問合せください

7. 介護保険サービス

介護保険サービスとは、身体機能・認知機能の低下によって日常生活に支障が生じた際に、心身の状態に応じた要介護認定・要支援認定を受けることで、さまざまなサービスを利用できる制度です。一部のサービスは、認定がなくとも利用できる場合があります。

まずは、お住まいの地域の高齢者あんしんセンターへご相談ください。→ [4 ページ](#)へ

自宅で受けるサービス

訪問介護（ホームヘルプ）	ホームヘルパーが、家事などの身のまわり援助や介助を行います。
訪問入浴介護	訪問看護師などが簡易浴槽を持ち込んで、入浴の介助を行います。
訪問看護	訪問看護師が療養上の世話や診療の補助を行います。
訪問リハビリテーション	理学療法士・作業療法士がリハビリテーションを実施します。
居宅療養管理指導	医師・歯科医師・薬剤師などが、療養上の管理や指導を行います。
定期巡回・随時対応型 訪問介護看護	訪問介護と訪問看護が連携して、随時対応で排泄の介助や服薬管理を行うほか、24時間対応の定期巡回訪問を実施します。

施設で受けるサービス

通所介護（デイサービス）	日帰りで食事や入浴、レクリエーション、機能訓練などを行います。
通所リハビリテーション （デイケア）	日帰りでリハビリテーションを実施します。
短期入所生活介護 （ショートステイ）	短期間だけ宿泊して、食事や入浴、機能訓練などを行います。
認知症対応型通所介護	認知症の方を対象に、食事や入浴を含めた専門的なケアを行います。

自宅と施設を組み合わせるサービス

小規模多機能型居宅介護	通い、宿泊、訪問を組み合わせ、日常生活の支援を行います。
-------------	------------------------------

その他

福祉用具の貸与	車いすや介護ベッドなど、生活に必要な福祉用具をレンタルします。
福祉用具購入費の支給	特定の福祉用具を購入した際、購入費用の一部を助成します。
住宅改修費の支給	手すりの設置や段差解消など、住宅改修費用の一部を助成します。

8. 安全・権利・財産に関する相談

消費生活相談	消費生活における「商品の購入」・「サービス利用」の契約に関する相談や、問題解決に役立つ情報提供・助言などを行います。	千代田区消費生活センター ☎ 03-5211-4314
福祉サービス利用支援	高齢・障害などの理由で判断能力に不安のある方に対し、書類手続きや金銭管理などの支援を行います。	千代田区社会福祉協議会 ちよだ成年後見センター ☎ 03-3265-1901(代表) 03-6265-6521(直通)
成年後見制度 (任意後見・法定後見)	成年後見制度に関する相談受付や講座・講習会など行っています。また、親族のいない方は、審査の上、後見人候補者を調整することもできます。	
福祉専門法律相談 (事前予約制)	弁護士が、福祉サービス利用支援や成年後見制度、相続などに関する相談を受け付けます。	

9. 暮らしの場を考える

認知症対応型 共同生活介護 (グループホーム)	少人数で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気の中で介護・支援が受けられる施設です。要支援2以上の方が対象です。
	・グループホームいわもと ☎ 03-5825-3407
	・グループホームジロール神田佐久間町 ☎ 03-5822-2650
	・グループホームジロール麴町 ☎ 03-3222-8750
・番町グループホーム ☎ 03-5213-0088	
介護老人保健施設(※)	病院からの退院後など、状態が安定しているときに、リハビリをしながら自宅に戻ることを目的として過ごす施設です。入居期間は原則3か月で、要介護1以上の方が対象です。
介護医療院(※)	病状は安定しているものの、なんらかの医療処置を常時必要とする方のための長期療養施設(病院)です。要介護1以上の方が対象です。
有料老人ホーム	民間事業者が運営する施設です。入居に介護認定は必要なく、施設の特徴も多種多様で、利用料も施設ごとに大きく異なります。
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	常時介護が必要で、自宅での生活が困難な方が入居する施設です。原則、要介護3以上の方が対象となります。
	・一番町特別養護老人ホーム ☎ 03-3265-6131
	・特別養護老人ホームかんだ連雀 ☎ 03-3252-8815
	・小規模特別養護老人ホームジロール麴町 ☎ 03-3222-8750
・ザ番町ハウス ☎ 03-3238-0088	

(※) …区内に施設はありません