安心の輪で つ な



相談

●高齢者支援総合センター
●高齢者みまもり相談室

認知症に関する相談や介護の相談、サービスの申請など高齢者や家族を支援するために墨田区が設置している総合相談窓口です。
☆認知症地域支援推進員がいます。

お問い合わせ

各高齢者支援総合センター

各高齢者みまもり相談室

裏表紙をご覧ください

●区の認知症事業について

お問い合わせ

高齢者福祉課 地域支援係

03-5608-6502

墨田区認知症事業

※令和７年より認知症検診事業が開始しました。
対象者については、ホームページで確認できます。

●こころの健康相談

「こころの健康」に悩みがある方や家族を対象に、専門医による個別相談を実施しています。

お問い合わせ

健康推進課 地域保健担当

03-3622-9152

墨田区　こころの健康



仲間づくり
相互理解

P.6-7

がるすみだ



医療

● かかりつけ医

「もの忘れが気になり始めたらかかりつけ医に相談しましょう。

P.14-15 参照

墨田区医師会
認知症関連／医療機関のご案内

● 認知症サポート医

認知症に関する専門性を持ち、各機関と連携して認知症のある人が地域で暮らし続けることをサポートする医師です。

東京都福祉局
とうきょう認知症ナビ／
認知症サポート医

● 認知症疾患医療センター

認知症に関する専門医療相談や鑑別診断を行います。

|お|問|い|合|わ|せ|

地域連携型認知症疾患医療センター
医療社団法人仁寿会中村病院

専用電話 03-3611-9740
(月～土 9：00～17：00)

● 認知症初期集中支援チーム

65歳以上で認知症の疑いがある方や認知症のある人のご自宅を訪問し、お困りごとの解決に向けたお手伝いをします。

墨田区認知症
初期集中支援チーム

|お|問|い|合|わ|せ|

高齢者福祉課 地域支援係
03-5608-6502

暮らしを支えるサービス

P.8-9

認知症ケアパス

目次

1 認知症とはどんな状態？

P.10 認知症と加齢によるもの忘れの違い
P.11 認知症の種類と特徴
P.13 自分でできる認知症の気づきチェックリスト

認知症の段階によって心がけたいこと

元気なころから出会い 知り合い仲間と支え合う → 変化・生活のしづらさに早く気づき地域で支え合う

相談 P.2
高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室
高齢者福祉課・介護保険課　こころの健康相談

医療 P.3
かかりつけ医　認知症初期集中支援チーム
かかりつけ薬剤師 P.16　認知症疾患医療センター

仲間づくり 相互理解 P.6〜7
オレンジカフェすみだ（認知症カフェ）　認知症家族介護者教室
チームオレンジ「みかたん」　男性介護者教室
笑顔でつながる認知症本人の会
認知症サポーター養成講座

暮らしを支えるサービス P.8〜9
見守りGPS・見守りシール
高齢者補聴器購入費助成
自動通話録音機設置
配食みまもりサービス
シルバー人材センター家事援助サービス
すみだハート・ライン21事業
ミニサポート事業

認知症の段階

軽度認知障害（MCI）	認知症の疑い	認知症は有するが日常生活は自立
● 健康な状態と認知症の中間段階（グレーゾーン）認知症ではない	● もの忘れが多い ● 物の名前が出てこなくなった ● 同じことを何回も聞く、話す	● いつも探し物をしている ● 新しいことがなかなか覚えられない ● リモコンや家電製品の使い方が分からないことがある

＊認知症ケアパスとは、認知症を取り巻く環境に応じて「いつ」「どこで」「どのような」医療や介護サービスが

思いを伝える P.26
● 認知症のある人の声・家族の声　● わたしが大切にしたい

2 認知症の受診と治療・ケア

P.14 早期受診、受診のコツ
P.16 認知症とわかったら知っておきたいこと
P.19 覚えておきたい症状とそのときの対応
P.21 認知症のある人との接し方 10カ条

3 認知症を予防する

P.22 栄養
P.23 口腔機能
P.24 運動
P.25 社会参加

	地域で暮らし続けることを専門職や仲間と一緒に支え合う	さいごまで自分らしく生活する日々を専門職や仲間と一緒に支え合う
		在宅療養ハンドブック P.9 在宅高齢者訪問歯科診療 P.23
	介護予防・生活支援サービス事業 介護保険サービス すみだ消費者センター 権利擁護センター（地域福祉権利擁護事業・成年後見制度）	
誰かの見守りがあれば日常生活は自立	● 道に迷うことが目立ってきた ● 薬を飲み忘れる ● 財布などを盗られたという妄想が現れる	
日常生活に手助け・介護が必要	● 時間や日付が分からない ● 自宅が分からない ● 現実に見えない物が見えたり、聞こえたりする	
常に介護が必要	● 生活全般（入浴・排泄・更衣等）に介助が必要 ● 言葉でのコミュニケーションが難しい ● 目的なく歩き回るように見える	

受けられるのか、状況に応じたサービス提供の流れをまとめたものです。気になる項目の対象ページにおすすみください。

ことメモ ● **希望をかなえるヘルプカード**