



こんな時は どこに相談したらいいの？

1 最近もの忘れが気になる、自分が認知症かどうか知りたい

①かかりつけ医

もの忘れが気になり始めたら、まずは身近なかかりつけの医師に相談してみましょう。必要に応じて専門医のいる病院を紹介してもらうことができます。

国や都では、内科などのかかりつけ医に対し、適切な認知症診療の知識や技術などを習得するための研修（認知症サポート医養成研修、東京都かかりつけ医認知症研修）を行っています。この研修を修了した医師の一覧や認知症の基礎知識はホームページ「とうきょう認知症ナビ」に掲載しています。

とうきょう認知症ナビ

とうきょう認知症ナビ

🔍 検索

②認知症疾患医療センター

東京都が都内で52医療機関を指定しています。(令和6年2月現在)

認知症の専門医療相談、診断、身体合併症と行動・心理症状への対応、地域連携の推進、人材育成等を実施している医療機関です。(P27の一覧をご覧ください)

各センターには、認知症に関する専門知識を有する精神保健福祉士等が配置されており、本人、家族、関係機関からの認知症に関する医療相談に対応するとともに、状況に応じて適切な医療機関等の紹介を行います。

③認知症専門医療機関

認知症専門医がいる医療機関です。もの忘れ外来やメモリークリニック、精神科、神経内科、脳神経外科、老年科などの診療科で、認知症の診断や治療を行っています。

2 認知症について相談したい、介護保険サービスを利用したい

北区高齢者あんしんセンター(地域包括支援センター)

- ・認知症に関するご相談や情報提供を行っています。
- ・地域で暮らす高齢者の方々を介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から総合的に支援しています。介護保険認定申請も受け付けています。
- ・区内に16か所あります。(P27の一覧をご覧ください)

その他

- ・介護サービスは「みんなのあんしん介護保険」、介護事業所リストは「ハートページ」、訪問を行っている医療機関等は「北区在宅療養あんしんハンドブック」をご覧ください。冊子は高齢者あんしんセンターでご覧いただけます。



3 仲間と会って情報交換や介護の相談をしたい

- ①認知症カフェ 北区高齢者あんしんセンター (P27の一覧をご覧ください)
- ②介護者ほっとステーション オレンジほっとクリニック
☎03-3911-2661 (月～金曜 午前9時～午後5時)
- ③公益社団法人 認知症の人と家族の会 東京都支部
☎03-5367-2339 (認知症てれほん相談:火・金 午前10時～午後3時)
- ④特定非営利活動法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン
☎03-5368-1955 (事務局:火～金曜 午前11時～午後5時)
- ⑤若年性認知症家族会 彩星の会 (ほしの会)
☎03-5919-4185 (月・水・金曜 午前11時～午後3時)

4 若年性認知症について相談したい

- ①東京都若年性認知症総合支援センター
東京都が設置した若年性認知症専門のワンストップ相談窓口です。専門の相談員が、ご本人やご家族、関係機関(地域包括支援センター等)からの相談に対応します。
☎03-3713-8205 (平日 午前9時～午後5時)
- ②特定非営利活動法人 若年認知症サポートセンター
若年性認知症に関する知識、相談先、お近くの家族会の連絡先などの相談に応じます。
☎03-5919-4186 (月・水・金曜 午前10時～午後5時)
- ③若年性認知症家族会 彩星の会 (ほしの会)
定例会、家族による電話相談などを行っています。
☎03-5919-4185 (月・水・金曜 午前11時～午後3時)
- ④北区立障害者福祉センター
軽度の若年性認知症の人の相談や機能訓練を行います。
☎03-3905-7121 (平日 午前9時～午後5時)

5 悪質商法の被害にあってしまったので相談したい

被害にあったり、不安を感じたときは以下の窓口にご相談してください。

ご本人からの相談はこちらへ

高齢者のための消費生活相談専用電話「高齢者被害110番」(東京都消費生活総合センター)
☎03-3235-3366 (月～土曜 午前9時～午後5時)

ご家族・介護事業者・民生委員など高齢者の身近にいる方からの通報・問い合わせはこちらへ

北区消費生活相談(北区消費生活センター)
☎03-5390-1142 (月～金曜 午前9時30分～午後4時)

出典:東京都発行パンフレット「知って安心 認知症」(令和3年11月)※一部改訂