

オレンジガイド

認知症ケアパスガイド

予 防

- 健康づくり・ボランティア活動
- 働く
- 地域の通いの場

暮らしが続けたい
「横浜」でいつまでも
住み慣れたまち
認知症になっても
認められたまま

医 療

- かかりつけ医
- 専門医療機関
- 認知症疾患医療センター

介 護

- 入所施設等サービス
- 在宅サービス

各種制度の窓口

- 介護保険サービス
- 障害者控除・医療費控除
- 成年後見制度

相 談

- 地域包括支援センター
- 区役所

オレンジガイドとは

認知症かなと感じた時や認知症と診断を受けた時に、どこに相談すればよいか、どのような制度が使えるかなど、役立つヒントをまとめたものです。どの時期にどのような支援が必要になるのか、おおまかな目安として、一覽でみられるようになっています。

今までと様子が違うと感じた時は、ためらわず、まずはご相談ください。

〈問合せ先〉横浜市健康福祉局 高齢在宅支援課
TEL:045-671-4129 FAX:045-550-3612

発行：平成28年3月
改訂：令和7年3月

各種制度の窓口

お金の管理、これからの手続きが心配

39 区社会福祉協議会 あんしんセンター

日常的な金銭管理や成年後見制度の内容や手続きについて相談できます。
受付日時：月～金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

鶴見区	TEL:504-8530 FAX:504-8530	金沢区	TEL:788-4766 FAX:784-9011
神奈川区	TEL:311-2045 FAX:313-2420	港北区	TEL:533-2600 FAX:531-9561
西区	TEL:450-5298 FAX:451-3131	緑区	TEL:931-2550 FAX:934-4355
中区	TEL:680-0551 FAX:641-6078	青葉区	TEL:972-8836 FAX:972-7519
南区	TEL:260-2532 FAX:251-3264	都筑区	TEL:943-5667 FAX:943-1863
港南区	TEL:849-2788 FAX:846-4117	戸塚区	TEL:869-3139 FAX:862-5890
保土ヶ谷区	TEL:332-2797 FAX:334-5805	栄区	TEL:896-0910 FAX:892-8974
旭区	TEL:392-1295 FAX:392-0222	泉区	TEL:802-2295 FAX:804-6042
磯子区	TEL:751-1567 FAX:751-1567	瀬谷区	TEL:361-2262 FAX:361-2328

権利擁護 事業とは 生活や金銭管理など幅広く権利擁護に関する相談を受けるとともに、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理が困難な高齢の方や障害のある方を支援する事業です。

40 成年後見制度

判断能力が不十分な方などが、安心して生活できるように保護し支援する制度です。法的に権限を与えられた後見人等が、本人に代わって財産管理や生活上のサポートを行います。詳しくは、区役所の高齢・障害支援課、地域包括支援センター、または下記の連絡先にお問い合わせください。

相談窓口	相談内容／電話番号	受付時間など
よこはま成年後見推進センター	成年後見制度の内容や手続きについての相談 TEL:045-201-2088(相談専用) FAX:045-201-9116	月～金曜日 9時～17時 ※祝日・年末年始を除く

道に迷うことがあるときは

41 認知症高齢者等SOSネットワーク

地域の関係者や関係機関等に協力いただき、行方不明になった認知症の人の早期発見・保護を目的とした取組です。原則として、行方不明となるおそれのある認知症の人の情報(身体的特徴など)を事前登録しておくことが必要です。まずは、地域包括支援センターまたは区役所の高齢・障害支援課にお問い合わせください。

42 認知症高齢者等見守りシール事業

個人情報を守りながら身元を特定できる「見守りシール」を配付する事業を行っています。詳しくは、地域包括支援センターまたは区役所の高齢・障害支援課にお問い合わせください。



運転が心配になってきた

31 運転に関する相談

相談先	相談内容／電話番号	受付時間など
神奈川県警察 安全運転相談ダイヤル	病気等にかかり、安全な運転に支障が出るおそれがある方や家族からの安全運転相談 #8080(シャープハレハレ)	月～金曜日 8時30分～17時 ※祝日・年末年始を除く
神奈川県警察 運転免許センター	運転免許の申請取消し(自主返納)、 運転経歴証明書申請等 045-365-3111(代表)	月～金曜日 8時30分～12時 13時～17時15分 ※祝日・年末年始を除く

32 敬老特別乗車証(敬老バス)

市内にお住まいの70歳以上の希望者に市営地下鉄、市内運行路線バス、金沢シーサイドラインで使えるバスを交付しています。交付には所得に応じた負担金が必要です。

消費者被害等について相談したい

「訪問販売」など、悪質な業者による消費者被害が報告されています。契約について不安に感じるときは、お気軽にご相談ください。

相談先	相談内容／電話番号	受付時間など
33 横浜市消費生活総合センター	消費生活に関する商品やサービスの契約トラブル等の相談 045-845-6666 ※祝日・年末年始を除く	月～金曜日 9時～18時 土・日曜日 9時～16時45分 ※ご自身の相談が難しい方は、地域ケアプラザを経由した相談も承っております
34 神奈川県警察相談窓口(悪質商法110番)	悪質商法に関する相談 045-651-1194	24時間

在宅介護にかかる金銭的負担を軽くしたい

35 介護保険サービスの利用者負担の軽減

介護保険サービスの利用にかかる負担を軽減できる場合もあります。

相談先	相談内容(例えば)	受付時間など
区役所 保険年金課	高額介護サービス費 ▶1か月の利用者負担が一定額を超える時、申請をすれば払い戻しが受けられます。 介護保険負担限度額認定証 ▶施設入所及び短期入所利用時、食費・部屋代が世帯、本人の所得や資産に応じて軽減される場合があります。	月～金曜日 8時45分～17時 ※祝日・年末年始を除く

36 所得税の障害者控除、紙おむつ等の医療費控除

まずは区役所の高齢・障害支援課にお問い合わせのうえ、最寄りの税務署にお問い合わせください。

税務署名	担当区	電話番号	受付時間など
神奈川税務署	神奈川区、港北区	045-544-0141	月～金曜日 8時30分～17時 ※祝日・年末年始を除く
鶴見税務署	鶴見区	045-521-7141	
戸塚税務署	戸塚区、栄区、泉区	045-863-0011	
保土ヶ谷税務署	保土ヶ谷区、旭区、瀬谷区	045-331-1281	
緑税務署	緑区、青葉区、都筑区	045-972-7771	
横浜中税務署	中区、西区	045-651-1321	
横浜南税務署	南区、磯子区、金沢区、港南区	045-789-3731	

37 市・県民税の障害者控除

まずは、区役所の高齢・障害支援課にお問い合わせください。

38 精神障害者保健福祉手帳とそれに関連した制度

詳しくは、健康福祉局こころの健康相談センターにお問い合わせください。

介護

介護保険等サービスを上手に利用したい

詳しい内容については、地域包括支援センター、区役所の高齢・障害支援課にお問い合わせください。ご利用には介護保険認定が必要です。

在宅サービス例

- 22 通所介護(デイサービス) デイサービス事業所へ通い、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練等を日帰りで行うサービス
- 23 ショートステイ 施設に短期間だけ入所して、食事や入浴などの生活援助サービスや機能訓練等を受けるサービス
- 24 訪問介護 自宅を訪問するホームヘルパーにより、排せつ・食事等の身体介護、掃除・洗濯等の生活援助が受けられるサービス
- 25 訪問看護 在宅療養している人で、通院が困難な場合に、主治医の指示に基づき、定期的に自宅を訪問する看護師等による、健康チェック、療養上の世話や診療の補助等を受けられるサービス

入所施設等のサービス例

- 26 認知症高齢者グループホーム 認知症の方が家庭的な雰囲気の中、共同生活を営むことが出来るよう、日常生活動作のリハビリ等を行っているが、在宅生活復帰をめざす施設
- 27 介護老人保健施設 利用者が自立した日常生活を営むことができるよう、日常生活動作のリハビリ等を行っているが、在宅生活復帰をめざす施設
- 28 特別養護老人ホーム 入浴、排せつ、食事の介護等、日常生活上の世話、機能訓練、健康管理および療養上の世話を行う施設

介護をしている家族の声 ケアマネジャーさんに、デイサービスの利用をすすめられました。本人は、はじめは気乗りしない様子でしたが今は楽しく利用しています。家族も、時間や気持ちに余裕ができました。

ケアマネジャー(居宅介護支援専門員)

介護者が急病になったら

29 緊急ショートステイ事業

介護者の急病など、急な事情で必要な介護が受けられないときに利用できるショートステイです。ケアマネジャーや区役所の高齢・障害支援課に相談してください。

介護保険外のサービスを活用したい

介護保険の給付対象とならない場合にも、自立支援を目的とした様々なサービスを提供します。

30 介護保険外のサービス

詳しくは、介護保険総合案内パンフレット(ハートページ)または横浜市ホームページをご覧ください。

- 訪問理美容サービス
- ゴミ出しの支援等
- 紙おむつの給付

医療

認知症に早く気づけるようにしたい

17 もの忘れ検診

認知症の早期発見と早期対応のため、市内在住の50歳以上の方を対象に、もの忘れ検診(認知症の簡易検査)を無料で実施しています。詳しくは、区役所の高齢・障害支援課へお問い合わせください。

医療機関を受診したい

まずはかかりつけ医に相談しましょう。必要な場合に、認知症疾患医療センター等の専門医療機関を紹介してもらいましょう。

- ★かかりつけ医 相談・受診の際に伝えたいこと
 - ★専門医療機関
 - ★横浜市認知症疾患医療センター
- ☑以前と様子が違うと思った時のこと(いつから、どのように)
☑普段の様子で困ること ☑今飲んでのお薬

18 横浜市認知症疾患医療センター

認知症の専門医療機関のひとつです。電話や面談(要予約)による相談に対応しています。まずはお電話でご相談ください。

病院名(住所)	相談室名／電話番号	受付時間など
済生会横浜市東部病院(鶴見区下末吉3-6-1)	療養福祉相談室 045-576-3000(代表)	月～金曜日 9時～17時
横浜市立みなと赤十字病院(中区新山下3-12-1)	認知症疾患医療センター 045-628-6761(直通)	月～金曜日 9時～16時
横浜ほうゆう病院(旭区金が谷644-1)	地域医療連携室 045-360-8787(代表)	月～土曜日 9時～17時
横浜市立大学附属病院(金沢区福浦3-9)	認知症疾患医療センター 045-787-2852(直通)	月～金曜日 9時～17時
横浜市総合保健医療センター診療所(港北区鳥山町1735)	総合相談室 045-475-0103(直通)	月～金曜日 9時～17時
横浜総合病院(青葉区鉄町2201-5)	地域医療総合支援センター 045-903-7106(直通)	月～金曜日 9時～17時
横浜舞岡病院(戸塚区舞岡町3482)	医療相談室 045-822-2169(直通)	月～土曜日 9時～17時
横浜栄共済病院(栄区桂町132)	患者サポートセンター 045-891-2171(代表)	月～金曜日 9時～17時
横浜相原病院(瀬谷区阿久和南2-3-12)	認知症疾患医療センター 045-489-7600(直通)	月～金曜日 9時～17時

急に症状が悪化したら

体調やお薬、環境の変化などの影響で認知症の症状が急激に悪化することがあります。まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

19 緊急一時入院

区役所の高齢・障害支援課で、緊急一時入院の相談ができます。

医療の経済的な負担を軽くしたい

20 自立支援医療(精神通院医療)

通院医療費(薬代等を含む)の自己負担額が軽減される制度です。利用するには、要件を満たす必要があります。まずは、健康福祉局こころの健康相談センター又は医療機関にご相談ください。

21 医療費が高額になりそうなとき(限度額適用)

医療費の窓口支払いが自己負担限度額までとなる制度です。詳しくは医療機関やご加入の健康保険へご確認ください。

予防

認知機能の低下を予防するためには、規則正しい生活習慣と社会参加等を継続することが大切です。

- 生活リズムを整える 食事や睡眠等
- 身近な場所で介護予防元気づくりステーション等
- 地域でのつながり・支え合い よこはまシニアボランティアポイント(65歳以上対象)等
- 楽しみながら健康づくり よこはまウォーキングポイント(18歳以上対象)等
- 生きがいのある生活 老人クラブや趣味の活動等

いつまでも元気で過ごしたい

自分の興味あることから始めて、社会参加や地域での役割をもつことが大切です。各活動について、詳しくは、横浜市ホームページをご覧ください。

- 健康づくり・ボランティア活動
 - 1 よこはまウォーキングポイント 歩数計又はスマートフォンアプリで参加できます。歩数に応じてポイントが貯まり、抽選で商品券等が当たります。
 - 2 よこはまシニアボランティアポイント 65歳以上の方が、介護施設等でボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、寄附または換金できる仕組みです。事前に研修会への参加が必要です。
 - 3 ボランティアセンター ボランティアの相談や受付を行っています。
- 地区センターやスポーツセンターの利用も可能です。

- 働く
- 4 シルバー人材センター 市内にお住まいのおおむね60歳以上の方が登録できます。登録者には、書類・伝票整理、パソコン入力をはじめ、剪定・除草などさまざまな軽易な仕事が提供されます。

- 地域の通いの場
- 5 認知症カフェ 認知症の方や家族、地域住民等が、気軽に集える場です。お茶を飲みながら情報交換や専門職への相談もできます。
- 6 元気づくりステーション 身近な場所で仲間と一緒に交流を図りながら、介護予防・健康づくりに取り組むグループ活動です。グループごとに、ハマトレ、ウォーキング、コグニサイズ等、様々な活動を行っています。

これから的人生について考える

エンディングノート 医療・ケアについての「もしも手帳」

これまでの人生を振り返り、これからの人生をどう歩んでいきたいか、自分の思いを記していく「人生の記録」です。元気な時から準備、計画し、自分の思いを周囲に伝えておくことが大切です。各区でオリジナルのエンディングノートを作成し、書き方講座が開催されています。詳しくは、区役所の高齢・障害支援課へお問い合わせください。

人生の最終段階での医療・ケアについて、元気なうちから考え、あなたの思いを家族等と話す際のきっかけとして活用できます。区役所の高齢・障害支援課、地域ケアプラザ、一部の医療機関・薬局等で配付しています。

詳しくは、区役所の高齢・障害支援課へお問い合わせください。

認知症とは

認知症とは、さまざまな原因により脳に変化が起こり、それまでできていたことができなくなり、生活に支障をきたした状態をいいます。脳の神経細胞への影響が原因となる「アルツハイマー型認知症」「レビー小体型認知症」「前頭側頭型認知症」、脳の血管の損傷等が原因となる「血管性認知症」など、原因疾患によりさまざまな種類の認知症があります。出典：全国キャラバン・メイト連絡協議会「認知症を学びみんなで考える」

主な認知症の特徴

アルツハイマー型認知症

脳の全般的な機能低下が少しずつ進行する。記憶力の低下から気付かれることが多い。

血管性認知症

脳梗塞や脳出血等脳血管障害の後に発症する。高血圧や脂質異常症等、脳の動脈硬化の原因となる病気に注意が必要。

レビー小体型認知症

実際には存在しないものが見える(幻視)ことが特徴的。手足のふるえ、筋肉の硬直等も起こりやすい。

前頭側頭型認知症

じっと我慢ができない、怒りっぽくなる、その場にそぐわない身勝手な行動をとるなど反社会的行動が増えるのが特徴。

～認知症は早めに気づいて相談することが大切です～

まずは自分でチェックしてみよう!

「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」

チェック項目	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
2 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
3 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか	1点	2点	3点	4点
4 今日が何月何日かわからないときがありますか	1点	2点	3点	4点
5 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
6 貯金のおし入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	1点	2点	3点	4点
7 一人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
8 バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
9 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
10 電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、1 から 10 までの合計を計算 合計点 点

20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。お近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。出典：東京都福祉局高齢者施策推進部在宅支援課「知って安心認知症」(令和6年9月発行)

MCI(軽度認知障害) 予防について、7ページ目をご覧ください。

正常(年齢相応)と認知症の中間の状態、軽い認知機能の低下があって、難しい作業に支障は生じても基本的に日常生活は送れる状態の段階を指します。認知症の発症は、生活習慣とも大きな関係があります。よい生活習慣を心がければ、認知機能の低下を緩やかにしたり、発症を遅らせたりすることができます。

ここには認知症の半数を占めるアルツハイマー型認知症の場合を中心に本人の症状の変化と知っておきたい情報などを記しました。症状の出方は個人差があり、全ての方にあてはまるものではありませんが、今後を見通す参考にしてください。

認知症の程度	軽度認知障害(MCI)	軽度	中等度	重度		
認知症の進行に応じた変化	年齢による認知機能の低下	もの忘れがあるが日常生活は自立している	軽度の認知症ではあるが誰かの手助けなしに日常生活が送れる	誰かの見守りが必要	日常生活に一部の支えや助けが必要	日常生活で全般的に支えや手助けが必要
本人の様子	●金銭管理や買い物、書類作成などの日常生活が自立している	●もの忘れについて不安を感じている ●置き忘れやしまい忘れが増える ●外出の際何度も持ち物を確認する	●やる気が出ない・気分が沈む ●些細なことで怒りっぽくなった ●料理の段取りがうまくできない ●同じことを何度も聞く	●近所で道に迷ってしまう ●季節に合った服を選べない ●薬や金銭管理に困難がはじめる	●トイレの使い方や場所がわからない ●衣服の脱ぎ着がうまくできない ●もの忘れの自覚がなく「物を盗られた」などの発言をする	●言葉で自分の気持ちをうまく伝えられない ●表情が乏しくなる ●親しい人の顔がわからないときがあるが、気持ちは感じている
家族の様子		●気軽に相談できる場所が欲しい ●認知症かどうかみてもらいたい ●診断を受けたが、この先が心配 ●本人の居場所を作りたい	●本人とのコミュニケーションの取り方を知りたい ●同じ立場の人と話したい ●戸惑い、否定、悩みを身内にも打ち明けられず一人で思い悩む	●車の運転が心配 ●外出先から一人で帰ってこられるか心配 ●症状に振り回されてしまうので対応方法を知りたい	●介護サービスの利用の仕方がよくわからない ●介護に疲れたので本人と離れて休みたい ●緊急時にゆだねられる場や医療が欲しい ●身体的、精神的に疲労困憊する	●施設などの情報が知りたい ●看取りのことが気になる ●認知症状は同じでも介護に慣れて、負担感が軽減することもある
ご本人やご家族がやっておきたいこと	●認知症やその接し方について学ぶ ●かかりつけ医をもつ ●エンディングノートやもしも手帳などを活用し、今後の生活について考える	●本人の話をよく聞く ●家族の連絡先が分かるようにしておく ●生活環境の見直し(コンロや火災報知器など)	●これからの生活について考える ●身近な人に気持ちや状況を打ち明けて、理解者や協力者をつくる ●家族会や本人ミーティングに参加する	●介護者自身の健康管理をする ●本人ができる家事など役割をもつ ●介護保険を申請する	●介護サービス等をうまく活用できるよう担当ケアマネジャーと検討する ●緊急対応を整理しておく ●サービスを利用して、介護者の負担軽減を図る	●本人が安心できる環境づくりを心がける ●体調の変化に注意する ●看取りについて医師などと相談・確認しておく
予防	健康的な生活習慣	・スポーツセンター ・地区センター ・各種講座 ・かかりつけ医への定期的な通院・治療 ・健康診断 等				
相談	主な相談の窓口	⑦地域包括支援センター ⑧区役所(高齢・障害支援課) ⑨認知症初期集中支援チーム ⑩医師によるもの忘れ相談 ⑬よこはま認知症コールセンター ⑭かながわ認知症コールセンター ⑮若年性認知症コールセンター				
医療	若年性認知症について	⑪若年性認知症支援コーディネーター				
介護	本人・家族支援	⑫本人ミーティング ⑯家族会・介護者のつどい				
各種制度の窓口	早く気づけるようにしたい	⑰もの忘れ検診				
	医療機関を受診したい	・かかりつけ医、専門医療機関 ⑱横浜市認知症疾患医療センター ⑲緊急一時入院				
	医療費の負担を軽くしたい	⑳自立支援医療(精神通院医療) ㉑限度額適用認定証				
	在宅サービス例(介護保険)	・ケアマネジャー ㉒通所介護(デイサービス) ㉓ショートステイ ㉔訪問介護 ㉕訪問看護 ㉖緊急ショートステイ事業				
	入所施設等のサービス例(介護保険)	㉗認知症高齢者グループホーム ㉘介護老人保健施設 ㉙特別養護老人ホーム				
	介護保険外のサービスを利用したい	⑳介護保険外サービス				
	運転が心配になってきた	㉚運転に関する相談(警察) ㉛敬老特別乗車証(敬老パス)				
	消費者被害等について相談したい	㉜横浜市消費生活総合センター ㉝神奈川県警察相談窓口(悪質商法110番)				
	金銭的負担を軽くしたい	㉞介護保険サービスの利用者負担の軽減 ㉟所得税の障害者控除・紙おむつ等の医療費控除 ㊱市・県民税の障害者控除 ㊲精神障害者保健福祉手帳とそれに関連した制度				
	お金の管理やこれからの手続きが心配	㊳区社会福祉協議会 あんしんセンター ㊴成年後見制度(よこはま成年後見推進センター)				
	道に迷うことがあるときは	㊵認知症高齢者等SOSネットワーク ㊶認知症高齢者等見守りシール事業				

相談

まずは地域包括支援センターまたは区役所にご相談ください!



7 地域包括支援センター(地域ケアプラザ等)

地域の身近な相談窓口です。お住まいの地区を担当する地域包括支援センターがあります。ご不明の場合は、区役所の高齢・障害支援課にお問い合わせください。

担当する地域包括支援センター

電話番号 045- -

相談時間 月～土曜日 9時～18時 日曜日、祝日 9時～17時

来所やオンラインでの相談を希望する際は、あらかじめお電話等でご連絡ください。

※年末年始及び施設点検日等を除く 相談時間以外の時間帯は、相談電話は外部委託先に転送し対応します。

9 認知症初期集中支援チーム

自宅を訪問して、ご本人や家族を支援する専門職のチームです。認知症に関する情報提供、医療機関への受診や介護サービスの利用につなげます。相談窓口は地域包括支援センターまたは区役所の高齢・障害支援課です。

10 医師によるもの忘れ相談

認知症の方やその家族等に対し、専門医、ソーシャルワーカー、保健師等が、面接・訪問により相談を行います。 ※区役所の高齢・障害支援課で要予約

若年性認知症

11 若年性認知症支援コーディネーター

若年性認知症に関する総合的な相談窓口です。医療・就労・様々な制度やサービス・生活上の困り事等の相談ができます。

病院名(住所)	相談室名/電話番号	受付時間など
横浜ほうゆう病院(旭区金が谷644-1)	地域医療連携室 若年相談窓口 045-360-8787(代表)	月～金曜日 9時30分～15時30分
横浜市立大学附属病院(金沢区福浦3-9)	認知症疾患医療センター 045-787-2852(直通)	月～金曜日 9時～17時
横浜市総合保健医療センター診療所(港北区鳥山町1735)	総合相談室 045-475-0105(直通)	月～金曜日 9時～17時
横浜総合病院(青葉区鉄町2201-5)	若年性認知症相談窓口 045-903-7106(直通)	月～金曜日 9時～17時

※祝日及び年末年始を除く

12 本人ミーティング

若年性認知症の本人同士・家族同士が気持ちの共有をしたり、情報交換ができる場です。若年性認知症支援コーディネーターにご相談ください。

認知症コールセンター

認知症の方やその家族等からの各種相談に対し、認知症介護の経験者や専門家等が、情報提供や支援機関等へつなぐ、精神面を含めた支援を電話相談により行います。

コールセンター名	電話番号	受付時間など
13 よこはま認知症コールセンター	045-662-7833	火・木・金曜日 10時～16時 ※祝日を含む、年末年始を除く
14 かながわ認知症コールセンター	045-755-7031	月・水曜日 10時～20時 土曜日 10時～16時 ※祝日を含む、年末年始を除く
15 若年性認知症コールセンター	65歳未満の方の疑問や悩みはこちらへ 0800-100-2707	月～土曜日 10時～15時 ただし水曜日10時～19時 ※祝日・年末年始を除く

8 区役所(高齢・障害支援課)

区役所の高齢・障害支援課に相談窓口がございます。お気軽にご相談ください。

区名	電話番号	FAX	受付時間など
鶴見区	510-1775	510-1897	月～金曜日 8時45分～17時 ※祝日・年末年始を除く
神奈川区	411-7110	324-3702	
西区	320-8410	290-3422	
中区	224-8167	224-8159	
南区	341-1139	341-1144	
港南区	847-8418	845-9809	
保土ヶ谷区	334-6328	331-6550	
旭区	954-6125	955-2675	
磯子区	750-2417	750-2540	
金沢区	788-7777	786-8872	
港北区	540-2327	540-2396	
緑区	930-2311	930-2310	
青葉区	978-2449	978-2427	
都筑区	948-2306	948-2490	
戸塚区	866-8439	881-1755	
栄区	894-8415	893-3083	
泉区	800-2434	800-2513	
瀬谷区	367-5716	364-2346	

家族支援・介護者支援

16 家族会・介護者のつどい

介護者同士で情報交換することで、介護に関するコツや情報を得たり、リフレッシュの機会を持つことができます。介護者のつどいは、地域包括支援センターなどで実施しています。お住いの近くの地域包括支援センターや区役所の高齢・障害支援課にお問い合わせください。

公益社団法人 認知症のひとと家族の会 神奈川県支部			
〒221-0825	横浜市神奈川区反町3丁目17番2	神奈川県社会福祉センター5階	電話番号 045-548-8061 FAX 045-548-8068
ホームページ	https://azkanagawa.sakura.ne.jp/wp/		
開設時間	月・水・金曜日 10時～16時 ※年末年始を除く		

若年性認知症家族会、 ^{ほし} 彩星の会			
電話番号	03-5919-4185	FAX	03-6380-5100
ホームページ	https://hoshinokai.jp		
開設時間	月・水・金曜日 11時～15時 ※祝日・年末年始を除く		

～認知症の人とその家族を見守る応援者(認知症サポーター)～ 認知症について正しい知識と理解を深める認知症サポーター養成講座を地域包括支援センター、区役所等で開催しています。