

介護者がつくる認知症情報誌

# でいめんしあ

No. 12



無料  
だワン!



絵・杉本聖奈「金魚、すくえない？」



Dカフェ  
写真館

カフェで明るく声掛け 岡田たかしさん  
(Dカフェ・でんどう)



岡田さんは「通う介護」のベテラン。6年前から特養で暮らす奥様の食事介助に、毎日出かけます。Dカフェでもベテラン。数カ所のカフェで中心メンバーとして活躍しています。

撮影・高野由香里

## あなたにぴったりなDカフェはどこ？

04

あなたのテイストに合う  
行きやすいカフェを探そう

認知症がテーマの  
18の活動グループ  
半年間の開催スケジュールを  
イラストマップで紹介！



めぐろ認知症サポートマップ	Dカフェでちよつと一服 Dカフェへのアクセス方法をチェック	学び舎Dカフェ&PLUS 「ファミヨ」「東が丘」「せんま」 「世田谷下馬」の学習交流情報	ラミヨ(祐天寺駅)	せらぴあ(祐天寺駅)	月光原(武蔵小山駅)	世田谷下馬(学芸大学駅)	YORO(西小山駅)	さんま(目黒駅・恵比寿駅)	でんどう(目黒駅)	まちかど保健室(祐天寺駅)	都立大学(都立大学駅)	東が丘(都立大学駅・自由が丘駅)
16 ・ 17	14 ・ 15	10 ・ 11	08	07	06	05						

### 新里和弘さんの「What is 認知症？」



#### 認知症の治療薬 18・19

認知症専門医の新里和弘さんと介護者が  
認知症ケアについて語り合う

#### インタビュー「介護のミカタ」 22・23

認知症サポート医・清水恵一郎さん  
訪問介護・東園英姫さん  
デイサービス・扇貴之さん

#### Dカフェ写真館 撮影・高野由香里 02

#### 連載エッセイ・コラム・漫画

#### Dカフェの風景 文・佐藤悦子 09

#### 地域医者のひとり言 文・檜林洋介 13

#### ゆずこのど素人介護 画・青山ゆずこ 20

#### 認知症 やさしく A to Z 文・北川尚之 21

#### 認知症カフェ であい旅 27

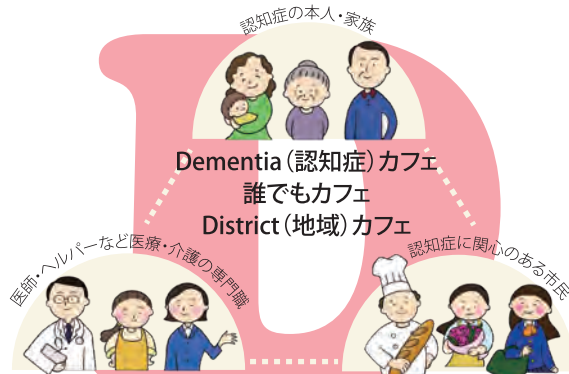
写真&文・コスガ聡一

#### Dカフェき☆ら☆り

厚労省の視察／韓国梨花女子大から見学 28・29  
／BPSDケアプログラム研修／特殊詐欺

Special Thanks: 今村美都 風草工房 杉村静子 Nan-na工房 針間直美(イラスト) 高野由香里(フォト)

参加費は300円。  
コーヒーおかわり自由！  
特長の異なる、個性豊かな  
Dカフェが、あなたをお待  
ちしています。



Dカフェは介護の経験者た  
ちが開いた認知症カフェ。  
認知症に関心を持つ人たち  
の自由闊達な「語り場」です。  
介護や医療の相談、情報取  
集、友達づくりができます。

## Dカフェへ ようこそ

「認知症」で悩んだら行こう！

# あなたにぴったりなDカフェはどこ？

Dカフェへは、認知症の方も一緒にどうぞ。

介護経験者や医療職、介護職がフォローします。

介護の悩みや相談も、きちんとお聞きします。

本格コーヒーを味わい、知識を深め、友達づくりをする。

それが、わたしたちの町の、Dカフェです。



Dカフェはこの町に10カ所。

ユニークな個性派ぞろい。

一覧表をチェックして、テイストに合うDカフェを探しましょう。

何カ所行ってもいいんですよ。



◎とても適している ○適している

特長 Dカフェ	認知症ケアの スキルアップ	介護・医療・ 福祉の相談	介護のプロとの ネットワーク	ものづくり・ アートワークに 挑戦
ラミヨ p8	◎	◎	◎	
せらびあ p8	◎	◎	○	
まちかど保健室 p6	◎	◎	◎	
世田谷下馬 p7	◎	◎	○	
東が丘 p5	◎	◎	○	
都立大学 p5		○	○	◎
さんま p6	◎	◎	○	
でんどう p6		○	○	◎
月光原 p7	○	◎		◎
YORO p7	○	○	◎	

## 東京医療センター Dカフェ・東が丘

診療棟3階の講堂とホワイエで、医療職と介護家族が協働して運営。学習会「ミニフォーラム」とカフェの行き来は自由です。



カフェの隣室では「ミニフォーラム」



個別相談とアロマ、静かな空間



コーヒーでゆっくりおしゃべり



- ▼東京医療センター3階 (東が丘2丁目)
- ▼第2水曜日 2時～4時

※4月8日の会場は1階の「病棟会議室」に変更

## 日扇会第一病院 Dカフェ・都立大学

都立大学駅から徒歩5分。日扇会第一病院入口右のリハビリテーション室が会場。個別の相談にも対応します。ものづくりも楽しめます。



明るいものづくりテーブル



土曜の午後、専門職も交えて、ゆっくり懇談



- ▼日扇会第一病院1階 (中根2丁目)
- ▼第3土曜日 1時半～3時半

# 看護師と健康相談 Dカフェ・まちかど保健室

経験豊富な訪問看護師とベテラン介護者が、病気のことやクサリの管理、認知症や介護のあれこれについて一緒に考えます。



ここはランチタイムカフェ



スタッフは介護経験者と看護師



▼訪問看護STORY (中町2丁目)  
▼第4月曜日 12時~2時

## 厚生中央病院 Dカフェ・さんま

3階講習室のA室はくつろぎルーム、B室は学習ルーム。行き来は自由です。アロマやマッサージも。



医師や看護師ともじっくりおしゃべり



「座・さんま塾」講師の  
ふれあいボリス・浮田さん(右)

▼厚生中央病院3階  
(三田1丁目)  
▼第3金曜日  
2時~4時

## 田道ふれあい館 Dカフェ・でんどう

会場は3階の機能訓練室。高齢者センター利用の人や多機能センターの皆さんと一緒に活動。



新春恒例の太神楽



▼田道ふれあい館3階  
(目黒1丁目)  
▼第1土曜日  
2時~4時

老人ホームと町会のコラボ

# Dカフェ・世田谷下馬

ライブホームと下馬6丁目町会とNPOが協働で運営。偶数月には隣室で「ミニ学習会」も開催。



ホームの人と町の人と一緒に



ミニ学習会



▼ライブケアホーム/  
下馬6丁目町会会館  
(下馬6丁目)  
▼第3日曜日 2時～4時

養老乃瀧で介護相談

# Dカフェ・YORO



居酒屋の午後はコーヒーで

役所に行く時間がない！ ここには介護の専門職と介護経験者が集まっています。相談にいらっしやい。



▼養老乃瀧西小山店  
(原町1丁目)  
▼第4日曜日 2時半～4時

## 町のしゃべり場 Dカフェ・月光原

平和通り商店街近く。認知症の方と家族、民生委員、看護師、ケアマネなどが活発に交流。臨床美術コーナーも人気です。

臨床美術



この日 出来上がった作品  
「クリスマスの夜」



小学校以来のご近所さんたち



▼清徳苑ホーム1階(目黒本町4丁目)  
▼第1日曜日 2時～4時

# 三宿病院 Dカフェ・せらびあ

三宿病院は目黒区の認知症疾患医療センター。医師、看護師、セラピストなど専門職がさまざまな相談に応じます。



言語聴覚士の前田さん



無料送迎バス

▼三宿病院（上目黒5丁目）  
▼第2金曜日 2時～4時

## NPO 本部 じっくり懇談

# Dカフェ・ラミヨ

Dカフェ発祥の地。ワンルームに認知症カフェのエッセンスが詰まっています。多彩な人材、多様な相談のスタイルが……。



懇話会「ゲストを囲んで」



赤・青のストライプが目印

▼交流スペース「ラミヨ」  
（五本木1丁目）  
▼第2土曜日 2時～4時  
第2日曜日・第4土曜日 1時～4時



## 笑って！お母さん

佐藤悦子

横須賀で一人暮らしだった90歳の実母が脳梗塞で入院し、アルツハイマーも発症したので、東京で私の家族と暮らすことになりました。最初は楽しかったですよ～。どこへ行こうか？お昼は何にしようか？などと、毎日のように出歩いていました。ある日「何かやりたいことある？」と聞いてみると、「人と話したい」と言うのです。どなたか母の話し相手になってほしい、そんな思いでたどり着いたのがDカフェでした。

Dカフェの皆さんは介護や認知症の理解があり、私も母も楽しいひとときを過ごすことができました。「これはいいところをみつけたわ」と思いました。けれど1年が過ぎ、なんと母は二度目の脳梗塞を発症してしまったのです。担当医から座位を取ることはできない、口の筋肉の麻痺で言葉が出にくくなるなどと告げられました。楽しかった介護生活は一変。失意と絶望感でいっぱいです。食事は母の好物を並べ、部屋には花を飾り、好きな音楽を流しました。母に笑ってほしい……。でも言葉をかけても、手を握っても母はじっと目を閉じているのです。

そんなある日。ベッドの端になんと母が腰かけているのです。「えっ、お母さん座れるの！！」。もっとびっくりしたのはニッコリ微笑んでいたのです。母の視線の先にはテレビ画面いっぱいに赤ちゃんの笑顔が……。おむつのCMでした。その笑顔に誘われるように母も微笑んで

いたのです。私は気付きました。母が時々薄目を開けて見ていたものは、失意に満ちた私の仏頂面だったと。それから常に笑顔でいるように心掛けました。そうすると母は口を一生懸命動かし、発語も増え、身体の動きもぐんぐん良くなっていき、数カ月後には介助歩行ができるまでに回復したのです。

再びあちこちのDカフェへ参加しました。Dカフェの日は母の気持ちがとても活性化していることを感じました。家族会だけのこの旅行にも連れて行っていただきました。2日間ずっとびっくりするほど元気いっぱいでした。でも母の身体機能はゆっくりと衰えていきました。

どんな家族にも誕生という出会いと、死という別れがあります。母との生活はとても幸せで学びのあるものでした。笑顔の大切さ、他者への気遣い、どんなに絶望的な状況でも諦めないことなど、母は自分の人生の最後に、そのことを娘の私に教えに来てくれたのだと思います。

お母さんの娘で本当に良かった。産んでくれて、育ててくれてありがとう。



佐藤悦子（さとう・えつこ）さんと  
母・大瀧俊子（おおたき・としこ）さん

# MEMO

## 「地域包括ケア病棟」

入院患者の退院後の生活（在宅療養）を支援するための病棟で、目黒区では厚生中央、東京共済、三宿、日扇会第一の各病院にあります。「退院してすぐ自宅」には不安がある、家で急に症状が悪くなった、といったとき利用できます。また「レスパイト入院」といって家族介護者の休息のためにも利用できます。各病院の医療ソーシャルワーカー（MSW）に相談してみましょう。  
 （座・さんま塾 厚生中央病院看護師 西川英子さん）



## 「認知症の中核的感覚は“不安”」

認知症の人がとられる不安は「安心できる世界とのつながりが切れた」という感覚です。それは不快で、恐ろしく、耐えがたい感覚で、容易に怒り、せん妄、妄想、幻覚などに転化します。周囲の「矯正」「たしなめ」「励まし」「叱責」などは、不安の感覚を促進させます。

（ゲストを囲んで 東大名誉教授・医師 大井玄さん）

## 「認知症予防ガイドライン」

WHO（世界保健機関）は2019年5月、認知症予防のための12項目の指針を発表しました。特に効果的な予防策として——「適度な身体活動」「禁煙」「適正な飲酒」「バランスの取れた栄養」——を掲げています。地中海料理が有効だそうです。

その他には認知トレーニング、肥満の解消、高血圧の管理、糖尿病の管理、脂質異常症管理、うつ症状の管理、難聴の管理を上げています。  
 （松沢病院認知症疾患医療センター 新里和弘さん）

「ラミヨ」「東が丘」「さんま」「世田谷下馬」では、カフェと並行して学習交流会をやっています。認知症専門医や地域のかかりつけ医、訪問診療医、歯科医、薬剤師、ケアマネジャー、訪問看護師……。多彩なゲストスピーカーを囲んで、交流を深めています。



## 「ラミヨ」ゲストを囲んで

（スペース「ラミヨ」）  
 Dカフェ・ラミヨの第2土曜日は、現場主義エキスパートを迎えての熱いセッション。医療職、介護職、市民、それぞれの視点から議論を交わします。スペースに限りがあるので「予約制」です。電話またはホームページから申し込んでください。

## 東が丘「ミニフォーラム」

（東京医療センター）  
 東が丘の「ミニフォーラム」はカフェと並行して、隣室の大会議室で開催しています。スピーカーは東京医療センターの人たち以外にも、地域の医療・介護職を招いて、その回のテーマについて参加者それぞれの立場から話し合います。

## さんま「座・さんま塾」

（厚生中央病院）  
 ここは座談スタイルの学び塾。参加者が膝を突き合わせて、医療や介護の課題について語り合います。スピーカーには渋谷区や品川区の専門職も招きます。隣の部屋はゆったりしたカフェスペース。穏やかな午後の時間が流れています。

## 世田谷下馬「ミニ学習会」

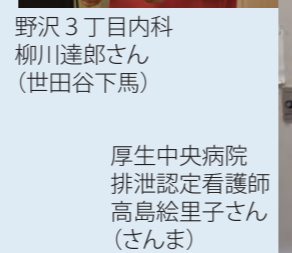
（ライブケアホーム）  
 Dカフェ・世田谷下馬の「ミニ学習会」は偶数月の開催。老人ホームに暮らす人たちと近所の皆さんが、認知症や介護保険のこと、高齢期の住まい方などについて一緒に勉強します。目黒と世田谷の医療職・介護職、介護者が情報交換しています。



東京医療センター  
総合内科  
橋山卓弘さん  
（東が丘）



ひがしがおかホーム  
看護師・古屋美穂さん  
（ラミヨ）



野沢3丁目内科  
柳川達郎さん  
（世田谷下馬）



厚生中央病院  
排泄認定看護師  
高島絵里子さん  
（さんま）



東京医療センター  
リハビリテーション科  
菅原寛さん（東が丘）



玉川病院リハビリ科  
千葉哲也さんの  
柔軟リハビリ体操（ラミヨ）



インフルエンザ講座  
「正しいマスクの着用方法」  
（さんま）

### ◆学習交流会の日程 ゲスト&テーマ

内容は変更することがあります。事前に確認を。03-3719-5592 NPO「Dカフェnet」

Dカフェ	4月	5月	6月	7月	8月	9月
ラミヨ「ゲストを囲んで」 2時	11 (土) 国際医療福祉大学院・小野寺敦志「公認心理師と臨床心理士」	9 (土) 阿部医院・清水恵一郎「認知症と地域の医療・介護支援」	13 (土) 目黒警察署ふれあいポリス・浮田香「認知症の人の行方不明問題」	11 (土) 若年認知症サポートセンター・厚東知成「認知症と非薬物療法」	8 (土) ヤマシタ・中村公輔「福祉用具専門相談員とは」	12 (土) しろき在宅クリニック・白木良治「高齢者の排尿トラブル」
東が丘「ミニフォーラム」 2時15分	8 (水) 「退院支援看護師の仕事」	13 (水) 「特別養護老人ホーム」	10 (水) 「人工透析の話」	8 (水) 「地域の病院を知ろう」	12 (水) 「食べられなくなった時の工夫」	9 (水) 「救急医から見た高齢者医療」
さんま「座・さんま塾」 2時15分	17 (金) 認知症専門医・北川尚之&浪岡那由太「Dカフェの活用法」	15 (金) 東京女子医大・松村美由起「認知症“お付き合い”の秘訣」	19 (金) アスティーニデンタル・今中直子「お口の健康“飲み込み”」	17 (金) はな医院・原澤慶太郎(家庭医)「もしもの時“もしバナゲーム”とは」	21 (金) アルコ薬局・大川内克則「クスの整理と管理」	18 (金) ヤマシタ・中村公輔「歩行補助具のいろいろ」
世田谷下馬「ミニ学習会」 2時30分	19 (日) しろき在宅クリニック・白木良治「この町で訪問診療」	—	21 (日) 三宿病院認知症疾患医療センター・清塚鉄人「認知症の基礎」	—	16 (日) 世田谷区成年後見センター	—

## ＝ 訪問診療 ＝

24時間365日、ご自宅での生活をサポートします。  
診療、採血、点滴、お薬の処方などを往診で行い  
ご自宅お看取りまで、対応しています。  
目黒区・渋谷区を中心に  
地域の病院や訪問看護ステーション  
ケアマネジャーなどと緊密に連携しています。



院長 松尾英男  
日本在宅医学会専門医  
認知症サポート医

医療法人社団 松健会 **えびす英クリニック**  
— 在宅療養支援診療所 —  
(2001年開業)

152-0022 渋谷区恵比寿南2-17-2-102  
電話 03-5720-7760 <http://hideclinic.com/>

## 目黒総合法律事務所

目黒区下目黒 1-7-5-402

目黒駅から徒歩 5分  
弁護士 4人体制



おしみ  
代表 **押見 和彦**

- ・トラブルに巻き込まれそうだ
- ・周囲に知られずに処理したい
- ・今の対応で問題ないか確認したい

**わたしたちが精一杯、丁寧に、  
誠実に対応いたします**

まずは  
予約・相談

**03-5719-3735**  
平日 9時半～17時半

メール相談・予約はこちら

目黒総合法律  ⇒ 予約フォームへ

## マイパートナー司法総合事務所

こんな相談がある時は  
お気軽にご連絡ください  
(相談は無料です)

身元保証で  
お困り

終活の  
準備をしたい

相続・贈与  
について

成年後見人の  
手続きは？

目黒区上目黒 1-16-2  
鹿コーポラス 202  
(東横線・日比谷線 中目黒駅徒歩3分)

TEL : 03-6451-0686

Mail : [shihou@my-partner.jp](mailto:shihou@my-partner.jp)

<https://my-partner.jp>

土日祝休 (ただし予約制にて対応可能)



代表司法書士 宮内 悠衣子

女性ならではのきめ細かいサポートで  
地域のみなさんのお困りを解決します！

当事務所は【親族後見】を応援しています！  
書類作成や成年後見人候補者受任、関連セミナーの開催、  
ご自身で可能な web サービスも展開しています。

<https://がんたん後見.com>



検査/投薬/点滴/中心静脈/  
在宅酸素/人工呼吸器/胃ろう/  
床ずれ/カテーテル/緩和ケア/  
終末期医療

## 訪問診療 しろき在宅クリニック

24時間  
365日

いつでも  
往診

家族と一緒にいたい、という

患者さまの願い

いつもそばで寄り添いたい、という

ご家族の想い

それをかなえるのが、

わたしたちの在宅医療です




院長 **白木 良治** 日本在宅医学会認定専門医  
日本泌尿器科学会認定専門医

**Tel 03-6336-2496**

目黒区五本木3-20-4

<https://shiroki-clinic.com>



榎林洋介 [地域医者の  ひとり言]

## 新「認知症施策推進大綱」を読む

認知症を取り巻く状況はこの20年で様変わりしました。

1996年、世界初のアルツハイマー治療薬がわが国で開発され（日本での発売は99年）、以後各国でも同様の開発が進みました。効能としてはいずれも「認知症症状の進行予防」をうたっており、認知症自体の進行を予防するわけではありません。2000年には介護保険制度が発足しました。自立支援を理念とし、さまざまな試みが行われてきました。認知症の増加は避けられませんでしたが、認知症の増加は避けられませんでした。

2019年、「共生」と「予防」を両輪とする「**認知症施策推進大綱**」が発表されました。団塊の世代が後期高齢者となる25年に向けた、今後5年間の認知症重点施策です。「共生」とは「認知症があってもなくても同じ社会でともに生きる」ということ。「予防」は「認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにする」ということで

す。治療薬で認知症の発症を予防・治療させることは現時点において難しいと判断されたということでしょう。医療者の実感もそのようなものです。ただ、治療薬が開発される見込みがないというわけでも、将来的に期待できないわけでもありません。社会への啓蒙活動としては「運動不足の改善」「生活習慣病の予防」「社会参加による孤立の解消や役割の保持」など、正しい知識と理解に基づいた認知症への「備え」に重点を置いています。



1月にNHKテレビで、認知症研究第一人者の医師が、自らの認知症を公表したことのドキュメンタリーが放映されました。大綱にもある「認知症の本人が自らの言葉で語り、認知症になっても希望を持って前を向いて暮らすことができている姿を積極的に発信」したのと言えましよう。

### 榎林洋介（ならばやし・ようすけ）さん

榎林神経内科クリニック院長。目黒区医師会理事。認知症に深い識見を持ち、訪問診療に誠実に取り組む「まちのお医者さん」です。

### 認知症施策推進大綱

2019年6月関係閣僚会議決定。「普及啓発・本人発信支援」など5つの目標が示された。認知症バリアフリー、認知症本人大使などのプロジェクトがすでに活動している。

# Dカフェで「ちょっと」一服



問い合わせ：  
NPO「Dカフェ net」  
<http://d-cafe.kazekusa.jp/>  
TEL&FAX 03-3719-5592

参加費  
300円

コーヒー・紅茶  
おかわり自由



スナック付



## Dカフェの上手な活用法

### ◆複数のDカフェへ行ってみよう

特長の異なるカフェで、いろいろな情報と仲間に出会えます。ニーズとテイストに合ったカフェを見つけましょう。

### ◆認知症の人とペアで行ってみたい

ペアで参加してみましょう。専門職やケア体験豊富な人たちがお迎えます。ゆっくり相談もできますよ。

### ◆散歩のついでに寄ってみたい

「予約不要」「出入り自由」本格コーヒーが飲み放題です。家族で、また友人と……。気軽にお立ち寄りください。

## JR 目黒駅 恵比寿駅

さんま  
第3金曜 2時～4時

目黒区三田1-11-7  
厚生中央病院3階

でんどう  
第1土曜 2時～4時

目黒区目黒1-25-26  
田道ふれあい館3階

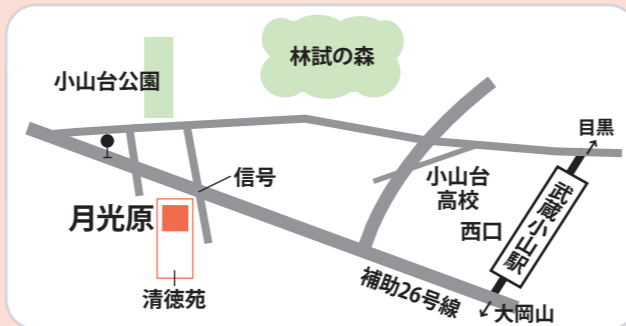
- バス停：権之助坂  
目黒駅～大岡山小学校前  
目黒駅～三軒茶屋駅ほか
- バス停：田道小学校入口  
渋谷駅～大井町駅  
渋谷駅東口～五反田駅  
目黒駅～野沢龍雲寺



## 東急目黒線 武蔵小山駅 西小山駅

月光原  
第1日曜 2時～4時

●バス停：月光原 五反田駅～世田谷区民会館(弦巻営業所)



YORO  
第4日曜 2時半～4時



## 東横線 祐天寺駅 学芸大学駅 自由が丘駅

ラミヨ 目黒区五本木1-5-11 ラミヨ  
第2土曜 2時～4時 ←「ゲストを囲んで」※要予約  
第2日曜 1時～4時  
第4土曜 1時～4時

まちかど保健室 目黒区中町2-31-10  
訪問看護STORY

第4月曜 12時～2時

- バス停：水道局目黒営業所前  
目黒駅～三軒茶屋駅  
渋谷駅東口～洗足駅

せらぴあ 目黒区上目黒5-33-12  
三宿病院 3階講義室

第2金曜 2時～4時

- バス停：三宿病院前  
渋谷駅～下馬一丁目循環  
目黒駅～野沢龍雲寺
- 三宿病院行きシャトルバス  
下記駅いずれも「みずほ銀行」前発
- ・東横線祐天寺駅東口 1:30 / 2:30 / 3:30
- ・田園都市線三軒茶屋駅北口 B 1:00 / 2:00 / 3:00

世田谷下馬 世田谷区下馬6-29-22  
アライブケアホーム多目的室  
下馬6丁目町会会館

第3日曜 2時～4時

都立大学 目黒区中根2-10-20  
日扇会第一病院1階

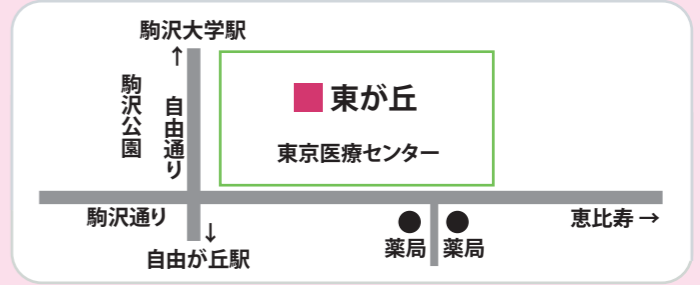
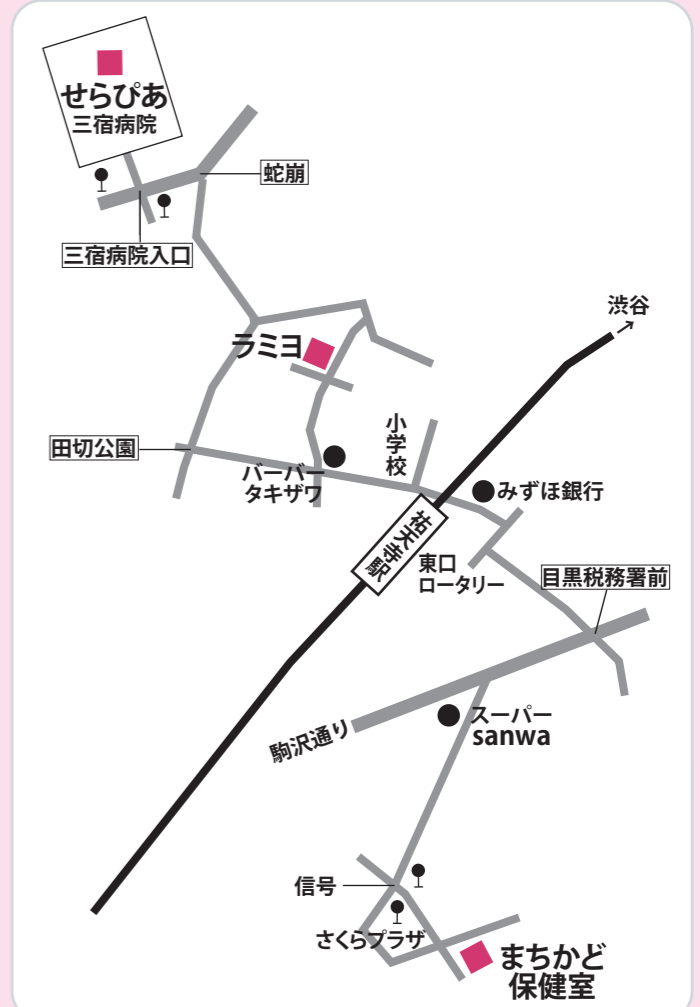
第3土曜 1時半～3時半

- バス停：中根2丁目 多摩川駅～東京医療センター

東が丘 目黒区東が丘2-5-1  
東京医療センター3階



第2水曜 2時～4時

- バス停：東京医療センター前 / 東京医療センター  
恵比寿駅～用賀駅 渋谷駅～東京医療センター  
自由が丘駅～東京医療センター ほか

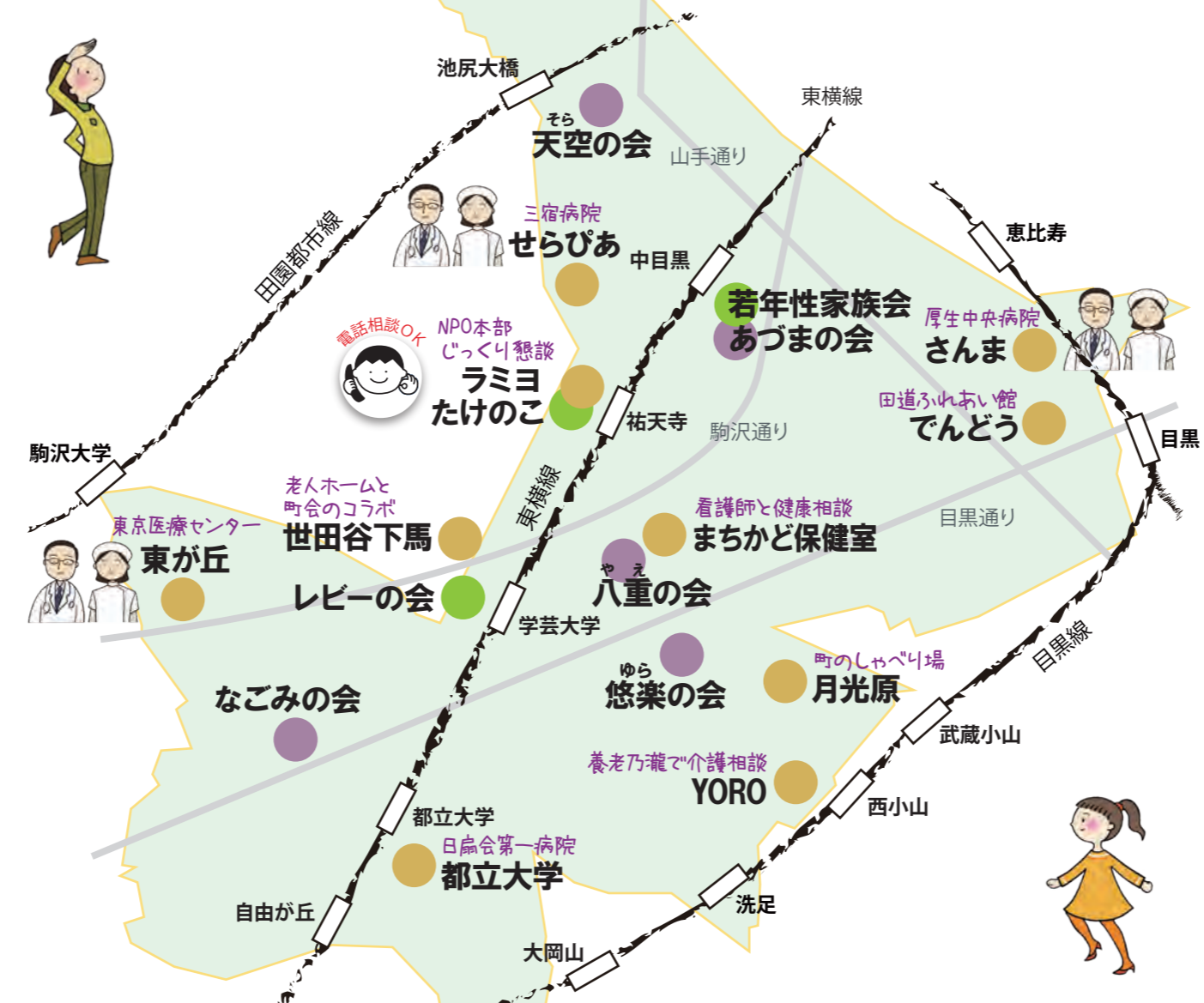


「認知症の医療と介護の連携」を推進するセンター病院です。  
 広域・多機能の「地域拠点型」と、目黒区特化の「地域連携型」があります。  
 クリニックや介護事業所などとネットワークを組み、支援活動を行います。

認知症疾患医療センター


種別	活動地域	特長
地域拠点型センター 「松沢病院」 京王線・八幡山駅 03-3303-7211	目黒区 世田谷区 渋谷区	<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症の専門入院病棟</li> <li>1日のできる総合的な鑑別診断</li> <li>家族相談（要予約・自費）</li> <li>アウトリーチ（出前診療）</li> </ul>  <p>センター長の 新里和弘さん</p>
地域連携型センター 「三宿病院」 東横線・祐天寺駅 03-3711-5771	目黒区	<ul style="list-style-type: none"> <li>専門医・セラピストによる鑑別診断</li> <li>医師や専門職による医療相談</li> <li>認知症患者と家族に対する初期集中支援</li> <li>目黒区のネットワークづくり</li> </ul>  <p>センター長の 清塚鉄人さん</p>

# めぐろ認知症サポートマップ



～若年性専門のワンストップ相談～  
**若年性認知症総合支援センター**

医療・介護・社会保障・契約・就労など、多面的な相談ができます  
 ・電話相談 月曜～金曜 9時～5時  
 ・来所面談 予約制

無料 

東横線・学芸大学駅 03-3713-8205

■活動のスケジュール 2020年4月～9月

名前	4月	5月	6月	7月	8月	9月	連絡先
ラミヨ	11(土)12(日)25(土)	9(土)10(日)23(土)	13(土)14(日)27(土)	11(土)12(日)25(土)	8(土)9(日)22(土)	12(土)13(日)26(土)	NPO「Dカフェnet」 03-3719-5592 d-cafe@kazekusa.jp
せらびあ	10(金)	8(金)	12(金)	10(金)	14(金)	11(金)	
まちかど保健室	27(月)	25(月)	22(月)	27(月)	24(月)	28(月)	
世田谷下馬	19(日)	17(日)	21(日)	19(日)	16(日)	—	
東が丘	8(水)	13(水)	10(水)	8(水)	12(水)	9(水)	
都立大学	18(土)	16(土)	20(土)	18(土)	15(土)	19(土)	
さんま	17(金)	15(金)	19(金)	17(金)	21(金)	18(金)	
でんどう	4(土)	2(土)	6(土)	4(土)	1(土)	5(土)	
月光原	5(日)	3(日)	7(日)	5(日)	2(日)	6(日)	
YORO	26(日)	24(日)	28(日)	26(日)	23(日)	27(日)	
たけのこ	11(土)	9(土)	13(土)	11(土)	8(土)	12(土)	03-3719-5527 takenoko@kazekusa.jp
レビー おしゃべり会	26(日)	31(日)	28(日)	26(日)	30(日)	27(日)	yururinletter@yahoo.co.jp
若年性認知症家族会	23(木)	—	26(金)	—	27(木)	—	03-5722-9702 目黒区福祉総合課
天空(そら)の会	9(木)	7(木)	11(木)	9(木)	13(木)	10(木)	03-5428-6891 北部包括支援センター
あづまの会	22(水)	20(水)	17(水)	15(水)	19(水)	16(水)	03-5724-8030 東部包括支援センター
なごみの会	16(木)	21(木)	18(木)	16(木)	20(木)	17(木)	03-5701-7244 西部包括支援センター
悠楽(ゆら)の会	22(水)	27(水)	24(水)	22(水)	26(水)	23(水)	03-5724-8033 南部包括支援センター
八重(やえ)の会	23(木)	28(木)	25(木)	23(木)	27(木)	24(木)	03-5724-8066 中央包括支援センター

※予定は変更することがあります。  
 出かける前に、必ず確認のお電話を！



注) 悠楽の会9月開催場所変更→月光原住区センター第1会議室 以後下期(9月～3月)はすべて月光原住区センター

- Dカフェ** 本人・家族ほか誰でも参加できます  
<http://d-cafe.kazekusa.jp/>
- ラミヨ** 祐天寺駅  
 どこ：五本木1-5-11 交流スペース「ラミヨ」  
 いつ：第2土・日曜、第4土曜 1時～4時
- せらびあ** 祐天寺駅  
 どこ：上目黒5-33-12 三宿病院内  
 いつ：第2金曜 2時～4時
- まちかど保健室** バス：水道局目黒営業所前  
 どこ：中町2-31-10 訪問看護STORY  
 いつ：第4月曜 12時～2時
- 世田谷下馬** 学芸大学駅  
 どこ：世田谷区下馬6-29-22 アライブケアホーム  
 いつ：第3日曜 2時～4時
- 東が丘** バス：東京医療センター  
 どこ：東が丘2-5-1 東京医療センター内  
 いつ：第2水曜 2時～4時
- 都立大学** 都立大学駅  
 どこ：中根2-10-20 日扁会第一病院内  
 いつ：第3土曜 1時半～3時半
- さんま** 目黒駅・恵比寿駅  
 どこ：三田1-11-7 厚生中央病院内  
 いつ：第3金曜 2時～4時
- でんどう** 目黒駅  
 どこ：目黒1-25-26 田道ふれあい館  
 いつ：第1土曜 2時～4時
- 月光原** 武蔵小山駅  
 どこ：目黒本町4-2-1 清徳苑ホーム1階  
 いつ：第1日曜 2時～4時
- YORO** 西小山駅  
 どこ：原町1-5-7 養老乃瀧西小山店  
 いつ：第4日曜 2時半～4時

- 目黒認知症家族会 たけのこ**  
 どこ：交流スペース「ラミヨ」  
 いつ：第2土曜 11時～12時半
- レビー小体家族会 おしゃべり会**  
 どこ：学芸大学駅そば  
 いつ：最終日曜 午後
- 若年性認知症家族会**  
 どこ：目黒区役所会議室  
 いつ：不定期 2時～3時半

- 天空(そら)の会**  
 どこ：北部包括支援センター  
 いつ：第2木曜 1時半～3時半
- あづまの会**  
 どこ：目黒区役所  
 いつ：第3水曜 1時半～3時半
- なごみの会**  
 どこ：西部包括支援センター  
 いつ：第3木曜 10時～11時半
- 悠楽(ゆら)の会**  
 どこ：目黒本町社会教育館 ※9月=月光原住区センター  
 いつ：第4水曜 1時半～3時半
- 八重(やえ)の会**  
 どこ：中央町さくらプラザ  
 いつ：第4木曜 1時半～3時半

Dカフェ

家族会

介護者の会

# What is 認知症

監修：新里和弘

## 第4回 認知症の治療薬

- ▼認知症！なんとか治ってほしい。  
元気なお父さんに戻ってほしいから先生、効くクスリ出してください。
  - ▼クスリをきちんと飲んでくれない！
  - ▼クスリでボーとなっちゃった……  
これ、副作用？量が多かったの？
  - ▼特効薬って、いつごろ出るんですか？  
クスリにまつわる期待や不安はつきもの。
- 認知症専門医の新里和弘さんに  
認知症とクスリについて  
新薬開発状況などについて聞きました。

- 認知症を「治す」クスリはまだ開発されていない
- クスリに頼るよりも大切なこと
- それは、認知症への正しい理解と対応
- クスリの適切な量、副作用……
- かかりつけ医と常に情報交換
- 認知症の種類や症状に合わせクスリの方も上手に活用

### 認知症は、「治療重視」から、「ケア・生活重視」へ

認知症の根治薬はできていない

認知症を治す薬（根本治療薬）は、いまだに開発されていません。日本では現在、アルツハイマー型認知症に対して4種類、レビー小体型認知症で1種類の薬が保険適用になっていますが、いずれも進行を抑制する効果が期待される薬。血

管性認知症や前頭側頭型認知症には保険適用となる治療薬はありません。

「薬剤」過敏性が高い  
レビー小体型認知症  
レビー小体型認知症は幻視

や妄想、パーキンソン症状、**レム睡眠行動異常**など特徴的な症状を伴うことが多く、さまざま薬を併用することになりがちです。しかし、薬に対する過敏性が高いため、認知症専門医が関わり、適切な薬の調整をすること

が欠かせません。

抗認知症薬を飲み続けているケースもよく見られますが、進行している場合や効果が疑わしい場合には減薬を考へることも大切です。一時的な興奮を抑えたり不安感を軽減するため、睡眠薬や抗不安薬が処方されるケースもありますが、高齢者に用いると転倒や薬剤性の認知機能低下を生じや

**レム睡眠行動異常**：睡眠中に、大きな寝言を言う、叫ぶ、暴れるなどの異常な行動を取ること

すいことが知られており、服用には注意を要します。

### 長生きの時代 認知症は自然なこと

80代後半で4割、90代前半で6割、後半では8割もの方が認知症です。認知症は「長生き」から生じているといえます。長生きに認知症はつきもの、自然なことととらえ、「治療重視」という「医療モデル」の発想を問い直し、認知症を正しく理解し、「ケア・生活重視」の「社会モデル」へ転換しようとする動きが進んでいます。認知症とともに自分らしく生きられる社会、地域づくりが求められるているのです。

### クスリの助けを借りる

認知症の種類や症状、進行次第では、環境整備や介護者の声かけ・対応などの

### クスリの調整はこまめに



先生、クスリ飲んだらボーっとなっちゃって…

ケアの力だけでは状況が改善せず、薬が助けになることもあります。高齢者の老化とは異なるメカニズムで発症する若年性認知症では、薬で進行を抑えることがより意味を持つでしょう。必要に応じて、上手に薬の力

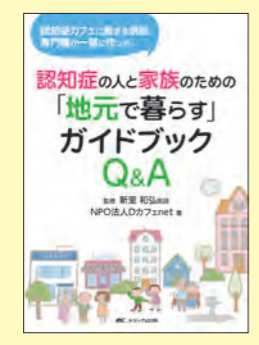
を借りることで、認知症とうまく付き合っていきたい。薬を適切に用いて症状の改善を図ることは、認知症の当人だけでなく、介護者にとっても大事なサポートの一つです。



新里和弘さん  
(にいさと・かずひろ)

熊本大学医学部出身。都立松沢病院認知症疾患医療センター長。ライフワークは「認知症と笑いの効用」落語家・安楽亭くしゃみとして、ラミヨ寄席で一席伺うことも。  
日本認知症学会専門医・指導医。  
日本老年精神医学会専門医・指導医。  
◎主な著書  
『認知症治療薬 老年期の行動異常、精神科薬物ハンドブック』(照林社共著)

### NPO「Dカフェネット」著 新里和弘監修



協力…  
櫻井道雄・厚生中央病院院長  
檜林洋介・檜林神経内科クリニック院長  
Dカフェの人たち  
メディアカ出版刊  
定価本体1800円＋税

# 介護中の孫、オレオレ詐欺と間違われる!?



市役所でもらった



青山ゆずこ 25歳で認知症の祖父母と同居し、介護ど素人ながら認知症とガチンコで向き合う。介護ジャーナリスト、ライター、漫画家。朝日新聞のウェブメディア「なかまある」ほか週刊誌・月刊誌でも活動中。主著に『ばーちゃんがゴリラになっちゃった。』(徳間書店) <https://ameblo.jp/yuka-yuzu-yuu/>





# 北川先生の 「認知症 やさしく A to Z」



## 目黒のDカフェとわたし

厚生中央病院総合内科 北川尚之

3月に厚生中央病院を退職し、杉並でクリニックを開業することになりました。お別れにあたり、Dカフェへの思いを綴ってみます。

厚生中央病院に赴任したのは13年前です。当時認知症カフェという存在は知っていましたが、実際に見たり参加したのはDカフェが初めてでした。認知症カフェが厚生労働省の「新オレンジプラン（認知症施策推進総合戦略）」に明記され、認知症の患者さんや家族への支援のためのものだということは知識としては理解していましたが、実を言うとあまりピンときていませんでした。でも現在では、Dカフェを通じて、認知症カフェというものがどういうものなのか、その意義も実感するようになってい

ています。

### Dカフェに参加して 介護の負担感を改善

「認知症カフェって何が良いの？ 行ってどうなるの？」と聞かれると、なかなか具体的に説明が難しいです。ですから患者さんやご家族には、「とにかく一度来てみてください」とお話ししています。病院では投薬、手術、リハビリによって患者さんの病状を改善させますが、認知症カフェというのは「場」を提供するものだと思います。その「場」に患者さんや介護者、コメディカル、医師などさまざまな人が参加し、つながることにより、良い効果が生まれていくのだということをDカフェを通じて痛感しました。現在では、きちんとした研究により、認知

症カフェに参加している介護者さんは、幸福感、活力、介護の負担感などが改善することが報告されています。

### 多様な人たちが集い つながる「場」

Dカフェがこのようなうまくいっているのは、スタッフの努力によるものだと思います。まずスタッフとして多様な人が集まりつながることにより「場」が生まれ、そこに患者さんやご家族が集まってくることを実感してきました。これから開設するわたしのクリニックでも、Dカフェのような場を作りたいと思っています。Dカフェの皆さん、大変お世話になりました。ありがとうございました。

#### 北川尚之（きたがわ・なおゆき）さん

日本神経学会専門医・指導医、日本認知症学会専門医・指導医として、Dカフェ・さんま開設時からカフェを支えてくれました。長年にわたる大病院での診療・研究経験から、今後は地域医療・訪問診療のフィールドで超高齢化社会に向き合っていこうとしています。



# 介護のミカタ 頼もしい現場のスペシャリストたち

- 患者一人ひとりに総合的に向き合う地域医療の先駆者  
——認知症サポート医 清水恵一郎さん——
- 24時間365日、困っている人がいたら駆けつける  
——訪問介護 介護福祉士 東園英姫さん——
- ゲストの願いに気付き実現する「おもてなし」の心  
——デイサービス 扇貴之さん——



しみず けいいちろう  
**清水恵一郎さん** 阿部医院

**患者さんと家族の  
日常を支える**  
清水恵一郎

日本で13人目の認知症サ  
ポート医である清水さん。認  
知症の患者さんと家族の生活

を長年サポートしてきました。

「薬は反対から読むとリス  
ク」と言う清水さんは、「人  
が薬。そして、言葉も薬」と  
認知症ケアで大切なのは心温  
まる人との関わり、言葉がけ  
であると続けます。初めて阿  
部医院を訪れた際には良好と  
は言い難かった認知症の人と  
家族の関係も、各々の言葉に  
耳を傾け、橋を渡していく「医  
術」が、次第に解きほぐして  
いきます。かかりつけ医とし  
て、認知症サポート医として  
提供するのには生活に基づく医  
療、つまり患者さんと家族を  
総合的に診る医療。

清水さんは、折を見て、  
「今後食べられなくなっ  
たらどうしたいか」「最  
期はどこでどう迎えたい  
か」などを聞き、相談ノ  
ートに記録します。たと  
え家族間で話し合いがで  
きていかなかったとしても  
本人が望む医療が受けら  
れるようにとの思いから  
始めたことです。これか  
ら迎える多死時代に向け  
て、医師に求められる大

切な「医療」の一つかもしれ  
ません。

## 変わらないモットー 「利用者の役に立つ」

東園英姫

「ご利用者さんが必要とする  
ことは基本的にすべて引き受  
けます」と東園さん。スタッ  
フには、年末年始や夜中でも  
「喜んでの気持ちで引き受け  
て」と伝えていきます。夜中も  
オンコールで社長の東園さん  
が管理者のいずれかにつな  
がる体制にしているのは、「利  
用者の役に立ちたい」という  
思いから。立ち上げから18年  
を経ても変わらないベアタケ  
アのモットーです。

ベアタケアには「**介護プロ  
フェッショナルキャリア段位  
制度**」の「アセツサー（評価  
者）」の資格者が東園さんを  
含め3人います。介護職員の  
実践的なスキルを評価・教育  
していく専門職で、職員に対  
し日常業務を通じて、情報収  
集や問題解決の方法、クライ



ひがしその えいひ  
**東園英姫さん** 訪問介護ベアタケア

おうぎ たかゆき  
**扇貴之さん**  
デイサービスクローバー学芸大学



いう意味。利用者さんを幸せ  
にしたいと願うベアタケアに  
ぴったりだと思いませんか。

## 細やかなサポートで 在宅継続を支える

扇貴之

会社のロゴマークは四つ葉  
のクローバー。その中に描か

れた小さな葉には「小さなこ  
とや些細なことに気付く」と  
いう思いが込められています。  
デイサービスクローバーの職  
員は「おもてなしの精神」を  
大切に、「ゲスト（利用者）  
ファースト」の姿勢を貫いて  
います。例えば「チーズケー  
キが好きなのよね」という声  
が聞こえたら、アイランドキ  
ッチンで一緒にチーズケーキ  
を作って食べるなど、日々の  
ケアの中から、ささやかな声  
を拾い上げ、実現していきま  
す。

このデイは年中無休。介護  
者の急な出張など予期せぬ事

態にも柔軟に対応し、利用者  
の在宅生活の継続をサポート  
します。夕食サービス、夜8  
時までの延長など、一人暮ら  
しの高齢者や多忙な家族にと  
って、かゆいところに手が届  
くサービスを行っています。  
19年1月からは上の階で放  
課後デイを始めました。下の  
高齢者デイとの交流タイムを  
作り、**共生型デイサービス**を  
目指します。子どもたちの「た  
だいま」の声が響く環境は、  
子どもと高齢者の双方に幸せ  
の相乗効果をもたらしていま  
す。

【**共生型デイサービス**：高齢者、障害者、子どもなど多様な利用者が共生し、  
支え合うデイサービス。ケアサービスの包括化を志向する政府の政策

【**認知症サポート医**：2005年度に創設。地域における認知症の医療・介護連携の推  
進、かかりつけ医へのアドバイスなどを行う高い専門性を持つ医師

この町で、ずっと……

地域に根ざした活動が続ける、頼りになる介護・看護企業



ケアプラン  
作成



住み慣れた街で、家で、暮らし続けたい。  
そのお気持ちを大切に、  
サービスに努めます。



- 訪問介護
- 24時間定期巡回訪問
- 障害福祉サービス
- 看護師・家政婦(夫)紹介

居宅介護支援事業所はぎ

☎ 03-6417-0341 7階  
fax 6417-0342

はぎ介護センター

☎ 03-5436-6081 5階  
fax 5436-6082

有限会社 はぎ介護センター

目黒区目黒2-8-10 アーバン目黒ビル 5階・7階  
<http://www.hagi-kaigo.co.jp/>



地域のコンビニ介護屋  
株式会社 ナイスケア

ケアプラン作成

24時間定期巡回

デイサービス

住宅改修

訪問介護

福祉用具

障害者支援

☎ 03-3717-7143  
<http://www.nice-care.co.jp>

介護保険以外は  
こちら →

創業昭和30年~不易流行

ケアメイト大岡山

厚生労働大臣許可 看護師家政婦(夫)紹介所



介護や  
家事・育児などの  
“ちょっと困った”を  
ケアワーカーが  
解決します。

※ケアワーカーとは家政婦(夫)のことです

☎ 03-3717-3115  
<http://www.care-mate.co.jp>

暮らしを支える総合的な介護サービス

優っくり小規模多機能介護 目黒中央



訪問



通い



宿泊

3つのサービスを1か所で



デイサービスと同じ場所で、お泊りもできます。  
ヘルパーがご自宅まで伺うこともできます。  
優っくり小規模多機能 目黒中央は  
皆さまの在宅介護を全面的にサポートします。



優っくり小規模多機能 目黒中央 / 奉優会

目黒区中央町2-32-23

電話 03-5734-1643

メール [megurochuo-syoukibo@foryou.or.jp](mailto:megurochuo-syoukibo@foryou.or.jp)

**訪問看護ステーションSTORY学芸大学  
まちかど保健室 Dカフェまちかど保健室**



目黒区全域  
世田谷区一部

24時間対応  
急患受付

赤ちゃんからお年寄りまで  
ご自宅での療養をお手伝いします

☎03-6452-3539

目黒区中町2-31-10  
元区役所 さくらプラザ近く

どなたでもお気軽にお越し下さい

在宅看護専門看護師  
看護師・保健師  
認知症ケア専門士

相談  
無料

**ナースステーション東京 ~目黒~**

Tel 03-6417-0561

24時間  
対応

看護師・理学療法士・作業療法士・  
言語聴覚士がご自宅に伺います。

健康チェック

リハビリ

医療処置

**マイケアプランセンター東京 ~目黒~**

Tel 03-6417-0562

ケアプラン作成

介護相談・アドバイス

目黒区上目黒2-36-3

介護のあれこれ、笑顔に変えてゆけ



- ☆訪問介護
- ☆デイサービスセンター
- ☆ケアプラン作成

お気軽にお電話下さい

**070-5558-1063**

有限会社 生羅 目黒区中央町2-16-3 ミネタウンハウスB棟

**生羅にご依頼ください**

〈笑顔〉のある介護現場！  
後悔しない介護を心がけています

網目のように織られた絹。縦と横幾重にも  
重なり合ってるので丈夫な織物を形作ります。  
丈夫でありながら、とてもしなやかな  
んです。お客様・ご家族様をはじめ、支援  
に関わる多くの方々、そして私達、縦横の  
交わりを通して、お客様の生活をしなやかに  
支えたい！！ 認知症の方に寄り添いたい！！  
そんな願いが《生羅》の二文字。



**自由が丘訪問看護ステーション**

豊かな経験と確かなケアで  
ご自宅の療養を支えます

24時間対応



看護師/ケアマネジャー/リハビリスタッフ

ケアプラン  
介護相談  
医療処置  
認知症ケア  
末期・難病  
リハビリ  
床ずれ

03-5701-2010 <http://jiyuugaoka.net/>

目黒区自由が丘1-23-24 サンテラス自由が丘101



日本財団在宅看護センター  
**街のイスキア**  
訪問ナースステーション

ご相談はこちらへ  
Tel 03-6303-4894  
Fax 03-6303-4895



いつでも  
あなたが  
笑顔でいられますように  
24時間365日  
住み慣れた家での  
暮らしを支えます

目黒区中目黒 5-1-19 1階

## 認知症対応型共同生活介護グループホーム

# かたくりの里 目黒

東京都目黒区目黒本町5-21-2

3ユニット：定員27名

03-5725-2831

東急目黒線「武蔵小山」徒歩7分



お気軽にお立ち寄りください!

### わたしの居場所、あなたの居場所 共に生きる場所

ご入居者さまにとって居心地の良い場所であるために  
何が出来るかを常に考え、工夫を重ねています



全床に見守りロボット「眠りSCAN」を配備。睡眠状態を  
把握し生活習慣の改善などに役立てています。



ALSOK あんしんケアサポート株式会社

東京都港区元赤坂1-5-31 新井ビル3F  
03-5414-5021 <https://acs.alsok.co.jp>

# ～「安心」と「安らぎ」の空間～

「第二の我が家」と思っていていただける、  
家庭的で温かい、心のこもった介護を



## グループホーム ひかり目黒

152-0032 目黒区平町2-15-20

お問い合わせ・資料請求は—

電話 03-3718-6866

Email [ghhikari\\_meguro@crest.ocn.ne.jp](mailto:ghhikari_meguro@crest.ocn.ne.jp)

## グループホーム かがやき目黒

153-0063 目黒区目黒 4-17-18

お問い合わせ・資料請求は—

電話 03-6451-0635

Email [ghkagayaki\\_meguro@orion.ocn.ne.jp](mailto:ghkagayaki_meguro@orion.ocn.ne.jp)



株式会社日光ハウジング



泉大津のまちを疾走する「上之町」のだんじり



認知症カフェ  
であい旅

フ  
ォ  
ト  
グ  
ラ  
フ  
ァ  
ー  
の  
コ  
ス  
ガ  
聡  
一  
さ  
ん  
が  
全  
国  
の  
認  
知  
症  
カ  
フ  
ェ  
を  
訪  
ね  
て



## まちの誇りとオレンジリングを結びつける挑戦 「だんじり認知症サポーター」(大阪府泉大津市)

大阪府泉大津市の川端徹医師は、地元で2代続く開業医。幼い頃、祖母に連れられ綱を曳いたことがきっかけでだんじり祭りに夢中になり、小・中学時代、青年団、若頭、世話人とすべての年代に参加、さらに祭り全体の運営にも携わってきました。

2014年、認知症サポート医である川端先生は市役所の会議で認知症サポーターを増やすアイデアを求められ、だんじり祭りのメンバーに受講してもらおうと思ひます。「だんじりは地域に密着した真面目な活動なので向いていると思ひました」

こうして始まった「だんじり認知症サポーター」は、お祭りに向けた「寄り合い」に認知症サポーター養成講座を組み込み、10月のお祭り本番で**オレンジリング**を身に付けてもらうというものです。

今年も川端先生の所属する「上之町」をはじめ、多くの町会でリングを身に着けた人たちがだんじりを曳きました。浴道にもリングをした人がいたことは、取り組みへの地域の理解があることを示します。

ここまで来るには、川端先生と同一年の通

称「同志会」の協力がありました。その一人、藤原誠一さんは、「だんじりでは年長者が範を示せば若い子は真似してくれる。だから率先してリングを身に着けている。俺たちはとおるちゃんサポーターや」と笑ひます。

川端先生と仲間たちの努力もあり、「だんじり認知症サポーター」は関西一円に賛同をを広げ、いまや2400人超のサポーターが誕生しています。

2019年6月、川端先生は自身のクリニック近くに「一隅を照らす庵」というスペースをオープンさせました。そこでは毎週金曜に認知症カフェが行われ、サポーターを含む地域の人が集まっています。

お祭りや行事などは、その運営を通じて地域の絆が生まれる機会です。そこに認知症啓発を織り込む「だんじり認知症サポーター」のアイデアは、全国で参考にてきるはずで

### 一隅を照らす庵

- ▼大阪府泉大津市戎町5-13
- ▼0725-32-2580 (川端医院)
- ▼毎週金曜日

※オレンジリング: 養成講座を受講し「認知症サポーター」に認定された人に渡されるオレンジ色のリストバンド

### コスガ聡一 (こすが・そういち) さん

認知症カフェジャーナリスト。これまで訪れたカフェは全国200カ所以上。朝日新聞社のウェブメディア「なかまある」で、動画コーナー「コッシーのカフェ散歩」を連載中。

川  
端  
さ  
ん  
オ  
レ  
ン  
ジ  
ン  
グ  
を  
手  
首  
に  
着  
け  
た



## 特殊詐欺根絶 アクションプログラム・ 東京

警視庁は東京都や各種団体・企業と連携して「特殊詐欺根絶アクションプログラム・東京」を展開しています。

特殊詐欺の被害は「還付金等詐欺」31%、「オレオレ詐欺」28%、「キャッシュカード詐欺盗」26%（いずれも件数）となっています。増加が目立つのが還付金詐欺。区役所や金融機関の職員をかたり、携帯電話でATMを操作させる手口です。『還付金制度』は申告書などで請求するもので、電話での手続きは絶対ありません。

「女性の架け子（詐欺犯人）」による被害も急増中です。電話で暗証番号を聞いたり、通帳やキャッシュカードを受け取りに来るなど……。このような怪しい電話があったら、「躊躇せず110番通報」と警視庁では訴えています。

特殊詐欺根絶アクションプログラム・東京のサイトでは、特殊詐欺の最新の手口を動画で見ることが出来ます。

## 目黒区主催 BPSDケアプログラム 養成研修スタート

2019年度「日本版BPSDケアプログラム」養成研修が開催され、介護職約30名が参加しました。これは東京都医学総合研究所が開発した認知症の行動・心理症状（BPSD）に向き合うためのプログラムで、BPSDを病気ではなく、認知症の人のメッセージと捉え、心の中の思いや願いを知り、有効なケア戦略をケアチームで導き出す

ためのものです。

区役所でのアドミニストレータ（管理者の意）研修の後、各事業所で実習をし、その結果を基にフォローアップ研修を行いました。この研修は20年度も継続します。

もの盗られ妄想や徘徊など、家族が最も頭を悩ませますBPSDの問題の一段のレベルアップが期待されます。

## 厚生労働省から Dカフェ・せらびあに視察 8月9日



認知症施策推進室長 岡野智晃さん

厚生労働省老健局認知症施策推進室の岡野智晃さん、加藤英樹さん、坪井由紀子さんが「病院で開催するカフェを体験したい」と、三宿病院のせらびあを訪れ、認知症の本人、介護家族、医療職などと話し合いました。

昨年6月に発表された「認知症施策推進大綱」では、今後5年間の具体的な施策として、①普及啓発・本人発信、②予防、③医療・ケア・介護サービス・介護者支援、④認知症バリアフリーの推進・若年性認知症支援、⑤研究開発・産業促進・国際展



三宿病院の清塚鉄人さんたちと語る



加藤英樹さん(右)

開を示しています。認知症施策推進室はそのエンジンとなる部門です。

## 韓国 梨花女子大学の4人 Dカフェ・YOROを訪問 8月25日



YOROを訪れたのは梨花女子大学社会福祉学科の4年生、キム・イヨンさん、カン・ヘヨンさん、キム・ウネさん。「認知症カフェの活性化方をテーマとする公募展」に参加するための調査・見学です。かねてよりインターネットでDカフェの活動をウォッチしていたとか。夏休みツアーを組み、通訳を伴っての来訪でした。

## そばにいて安心 真心の福祉タクシー そよ風福祉タクシー



通院・退院のお手伝い  
旅行や冠婚葬祭 など  
いろいろな用途にご利用ください

東京消防庁認定 民間救急  
そよ風福祉タクシー 目黒区目黒本町1-16-13

ご予約・ご相談は  
**090-3903-5733**

## ボランティアスタッフ募集

Dカフェにはあなたの能力を生かせる  
さまざまな活動や仕事があります

- 〈Dカフェ〉
- ☆各店の運営
- ☆新規カフェ計画
- 〈編集〉
- ☆取材／撮影
- ☆執筆／編集
- 〈その他〉
- ☆ホームページ管理
- ☆イベント計画
- ☆広報／広告

03-3719-5592 d-cafe@kazekusa.jp

認知症の人に寄り添う

# 認知症介助士



公益財団法人  
日本ケアフィット共育機構

そっと、さっと、あんしんを。

## 認知症介助士とは？



認知症について  
理解を深める



接し方を学ぶ



一人ひとりに  
寄り添える存在です

### 資格を耳にするには？

→ 検定試験に合格して耳にする

★セミナー+検定試験セット テキスト付 19,800円 (税込み)

認知症介助士セミナーでは、学習を深めると同時に  
ディスカッションを通して自分1人では  
思いつかない気づきを得ることができます。

詳しくはこちら



※テキストをお持ちの方は16,500円 (税込み) で受講可能です。

★検定試験のみ 3,300円 (税込み)

- ①公益財団法人日本ケアフィット共育の検定試験を受験
- ②全国のCBT試験会場で受験

<https://www.carefit.org/dementia/about.php>

TEL 0120-06-1064 FAX 03-6261-2334 MAIL [toiawase@carefit.org](mailto:toiawase@carefit.org)

ADDRESS 〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町2-2-6

## 次号予告 2020年9月15日発行

### ■写真満載 Dカフェ全10店を紹介

祐天寺、学芸大学、都立大学、自由が丘、西小山、武蔵小山……  
東急電車とバスを乗り継いで回る「Dカフェ小さな旅」

### ■新里和弘さんの「What is 認知症？」

松沢病院認知症疾患医療センター長の新里さんが  
認知症との向き合い方、医療・介護サービスのことなど  
住み慣れたまちで暮らし続けていくための知恵を伝授

### ■専門職へのインタビュー「介護のミカタ」

ケアマネ、ヘルパー、かかりつけ医、看護師……  
医療・介護現場を支える「頼もしいスペシャリストたち」

### ■連載エッセイ&コラム

エッセイ 「Dカフェの風景」  
コラム 「地域医者のひとり言」  
「認知症 やさしくA to Z」  
ルポ 「認知症カフェ であい旅」  
漫画 「ゆずこの素人介護」

「でいめんしあ」は区の施設、地域包括支援センター、そして  
医療機関、薬局、介護施設など約900カ所で無料配布しています

介護者がつくる認知症情報誌

# でいめんしあ No.12

2020年(令和2年)3月15日発行

発行所 特定非営利活動法人 Dカフェまちづくりネットワーク

Web <http://d-cafe.kazekusa.jp/>

E-Mail [d-cafe@kazekusa.jp](mailto:d-cafe@kazekusa.jp) TEL&FAX 03-3719-5592

本誌は目黒区の補助金を受けて発行しています。

## 表紙画 <杉本聖奈立体イラストの世界>

杉本 聖奈 (すぎもと・まりな) です。

1986年に東京で生まれ、先天性聴覚障  
がいと「人とは何かちがう独特の個性」  
の中で成長してきました。

私にとって大切だったのは、物事や人  
とのつながりを理解するために「絵を  
描く」ということ。

でも目の前で起こることをいつもつか  
まえられずにもどかしく過ごしていました。

もっと知りたい。もっと伝えたい。

コトバが満たない子供の頃の目線を残して、日常のありの  
まを皆さんと共感できたら嬉しいです。

どうぞよろしく願いいたします。



### 主な活動歴

- 2011 銀座で第1回個展「こころの絵カードの世界」展
- 2012 NHKろうを生きる難聴を生きる「わたしの絵は"ことば"」出演
- 2013 東京メトロクッキー缶「東京三步」パッケージデザイン担当
- 2014 『聖奈の絵はコトバ』(中央法規出版)刊行 本づくり大賞優秀賞受賞
- 2015 地下鉄博物館で作品展開催
- 2016 障害者スポーツ文化センター横浜ラポールで作品展開催
- 2017 全国若年認知症フォーラムで「でいめんしあ」表紙原画展、講演
- 2017 日本テレビ「ぶらり途中下車の旅」出演
- 2018 ギャラリー電車「えのでん絵日記号」3カ月間運行
- 2018 鉄道イラストで国交省日本鉄道賞「特別賞」受賞
- 2018 江ノ電グレープミゼリーパッケージデザイン担当
- 2019 トット基金美術展、聴覚障がい者芸術展、パラアートフェスに出演
- 2020 4月より三井アウトレットパーク横浜ベイサイドで常設展示

<http://nan-na.jp/>



C'est la vie

介護付有料老人ホーム（特定施設入居者生活介護）

# せらび恵比寿

[東京都目黒区三田 2-10-20]

支える人、  
支えられる人、  
みんな、しあわせ。



## せらび恵比寿が選ばれる 3つのポイント



### 1.5 : 1 の人員体制

お一人おひとりの自由と個性を大切に「上質な暮らし」を送っていただくようお手伝いさせていただきます。



### 認知症対応力

せらびのグループホーム運営で培われた認知症対応のプロフェッショナルが入居者さまのそばに寄り添います。



### 個別機能訓練の充実

毎日行われる集団体操、口腔嚥下体操とは別に個別リハビリを最大週5回行っております。リハビリ病院からの受け入れ実績多数あり。

## ご利用料金のご案内

終身プラン	入居一時金	20㎡居室 3,000万円	18㎡居室 2,700万円	償却期間 72ヶ月
	1年契約プラン	入居一時金	20㎡居室 600万円	18㎡居室 540万円
月払いプラン	月額利用料	<small>※終身プラン・1年契約プランともにお部屋の広さにかかわらず共通。 ※その他、介護保険自己負担分等の費用がかかります。</small>		
	月額利用料	<small>※その他、介護保険自己負担分等の費用がかかります。</small>		
		食費	76,770円	
		管理費	113,652円	
		基本運営費	81,708円	
		合計	272,130円	
		家賃相当額	20㎡居室 500,000円	18㎡居室 450,000円
		食費	76,770円	76,770円
		管理費	113,652円	113,652円
		基本運営費	81,708円	81,708円
		合計	772,130円	722,130円
ショートステイ		※空室があるときはご利用いただけます。		1泊2日 22,000円

東京都有料老人ホーム設置運営指導指針による施設の類型および表示事項  
 ■類型 / 介護付有料老人ホーム（一般型特定施設入居者生活介護）■居住の権利形態 / 利用権方式 ■利用料の支払方法 / 一時金方式 ■入居時の要件 / 入居時自立・要支援・要介護 ■介護保険 / 東京都指定介護保険特定施設 ■介護居室区分 / 全室個室 ■介護にかかわる職員体制 / 1.5:1 以上

## 姉妹施設

介護付有料老人ホーム せらび有栖川 〒106-0047 東京都港区南麻布5-12-12  
 TEL: 03-5795-4165 FAX: 03-3280-6541

せらび(運営元: 株日本ケアリンク)は、一都三県に事業所を展開しております。せらび恵比寿、せらび有栖川をはじめとした事業所のサービス形態など詳細については、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ / ご見学申し込み せらび恵比寿 担当: 佐々木・福士

☎03-5723-8887

<交通>  
 ・JR山手線「恵比寿」駅・JR山手線「目黒」駅  
 徒歩11分 徒歩10分

せらび恵比寿 SEARCH



https://www.j-carelink.co.jp/

# ベネッセのくらはら

## お一人おひとりに深く寄りそう「くらはら」の介護

～認知症の方、介護が必要な方、お元気な方も、ご自分らしくお過ごしいただけます～



くらはら西馬込 / 4階リビングルーム兼食堂兼機能訓練室

イメージ

### 人員体制

手厚い「2:1」の人員体制※2で暮らしをきめ細かくお見守り



イメージ

### 看護体制

看護職員を日中365日配置※2。日々の健康管理や健康相談に対応



イメージ

### グループケア

お身体の状態に応じたフロアごとの少人数グループケア



イメージ

### お食事

お食事は、ホームの厨房で調理。体調に合わせて個別対応も可能



通常食一例

## 近隣ホームのご紹介

### 機能訓練指導員を配置※3

#### リハビリホーム

## くらはら 砧公園

東京都世田谷区上用賀5-25-23

◎東急田園都市線「用賀駅」より徒歩15分(約1,150m)

## くらはら 西馬込

東京都大田区西馬込1-29-12

◎都営浅草線「西馬込駅」より徒歩4分(約270m)

### 看護職員を24時間配置※2

#### メディカル・リハビリホーム

## くらはら 二子玉川

東京都世田谷区鎌田3-14-5

◎東急田園都市線「大井町線」二子玉川駅より徒歩19分(約1,520m)

## くらはら 大田中央

東京都大田区中央6-2-1

◎JR京浜東北線「大森駅」西口よりバス、「池上営業所」停留所下車、徒歩5分(約380m)

## くらはら 上野毛

東京都世田谷区上野毛4-22-20

◎東急田園都市線「用賀駅」より徒歩13分(約1,030m)

“ベネッセの暮らし”を実際にご体験いただけます。

介護でお疲れのご家族様が休養されたいときなどにもご利用いただけます。

## 「有料ショートステイ」実施中!\*

2泊3日から1ヶ月(29泊30日)までご利用可能

\*「くらはら西馬込」は除外となります。詳しくはお問い合わせください。

●お身体の状態や空室の状況により、お受け入れができません。ご了承ください。

●介護保険適用外のサービスとなります。

基本利用料等の詳細につきましてはお問い合わせください。

※1:「くらはら西馬込」はサービス付き高齢者向け住宅 / 介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) ※2:介護にかかわる職員体制/2:1以上(週40時間換算)、夜間帯(22時～翌6時)最少時は看護職員1名【メディカル・リハビリホームくらはら二子玉川のみ】介護職員3名(満床時)を配置(人数はソフト数を記載)。看護職員(看護師または准看護師)を常勤換算(週40時間換算)で2名配置(満床時)。※3:機能訓練指導員(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士などの有資格者)を概ね合計週40時間配置。

【掲載ホームの概要】■入居条件/入居時自立・要支援・要介護、契約時原則満65歳以上 ■居住の権利形態/利用権方式【くらはら西馬込:建物賃貸借方式】 ■利用料の支払方式/選択方式【くらはら西馬込:月払い方式】 ■居室区分/全室個室 ■介護にかかわる職員体制/2:1以上(週40時間換算) ■類型/介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)【くらはら西馬込:サービス付き高齢者向け住宅 / 介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護)】 ■東京都指定特定施設入居者生活介護、指定介護予防特定施設入居者生活介護

●写真は「ベネッセスタイルケア」の施設の一例、およびイメージです。また、家具などは参考事例になります。●記載情報は2020年1月現在のものです。広告有効期限:2020年9月末日

有料ショートステイ・  
現地見学・入居相談の  
ご予約、資料請求は  
今すぐお電話で!

ベネッセスタイルケア お客様窓口 いーな いーろーご  
0120-17-1165

◎お電話で、申込番号 **K0031599** とおっしゃってください。受付時間 9:00～18:00(土・日・祝日含む毎日)

株式会社ベネッセスタイルケア 〒163-0905 東京都新宿区西新宿2-3-1 新宿モノリスビル

各ホームの詳細は、ホームページで!

ベネッセ くらはら 検索

<https://kaigo.benesse-style-care.co.jp>

首都圏・東海・関西 エリアを中心に 全国300ヶ所以上 有料老人ホームを展開しております。

下記、「個人情報の取り扱いについて」をご確認の上、ご承諾くださる方は、お名前およびご連絡先をご提供ください。  
 <個人情報の取り扱いについて> お客様の個人情報は、お申し込みいただいた資料送付、見学対応等のほか、弊社およびその関連会社の営む介護その他の高齢者事業、保育等の子育て支援事業、健康促進事業、配食事業およびそれに付帯する事業に関するご案内・メールマガジンの送付等、および各種の統計調査に利用することがあります。個人情報の開示・訂正・利用停止等をご希望の場合は、フリーダイヤル0120-924-540(受付時間9:00～18:00)までご連絡ください。私どもはあらかじめ個人情報を大切にお取り扱いさせていただきます。