

介護者がつくる認知症情報誌

でいめんしあ

No. 16



無料
だワン!



絵・杉本聖奈「のるるんと一緒 ～今日は藤が丘駅～」

CONTENTS



でいめんしあ

No. 16

Dカフェへ、ようこそ

- 04 Dカフェ・回想愉快 (一般住宅 五本木) **NEW**
Dカフェ・ラミヨ (一般住宅 五本木)
- 05 Dカフェ・世田谷下馬 (介護老人ホーム 下馬)
Dカフェ・プロムナード (複合介護施設 下目黒)
Dカフェ・そなえる (一般住宅 五本木)
- 06 Dカフェ・都立大学 (日扇会第一病院 中根)
Dカフェ・ソナーレ (介護老人ホーム 東が丘)
Dカフェ・自由が丘 (多世代シェアハウス 緑が丘)
- 07 Dカフェ・せらびあ (三宿病院 上目黒)
Dカフェ・まちかど保健室 (訪問看護事業所 中町)
Dカフェ・東が丘 (東京医療センター 東が丘)
- 08 Dカフェ・さんま (厚生中央病院 三田)
Dカフェ・月光原 (複合介護施設 目黒本町)
Dカフェ・でんどう (高齢者センター 目黒)
- 09 Dカフェ懇話会「ゲストを囲んで」 (一般住宅 五本木)

アクセス情報 <Dカフェわが町>

- 13~15 各駅地図
Dカフェ各店へ、最寄駅やバス停からのルート案内
- 16・17 めぐる認知症サポートマップ&スケジュール
認知症市民活動23グループのイラストマップ

29 トピックス <Dカフェ き・ら・り>

新規開設 2カ所のDカフェ [がーべら] [目黒不動]

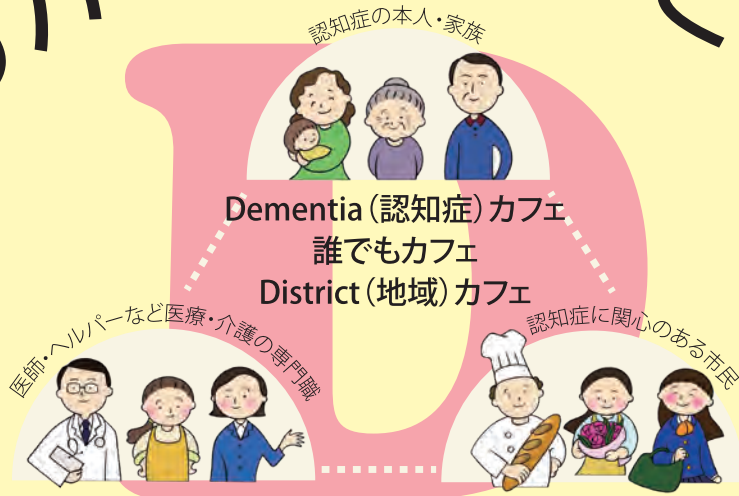
介護情報

- 18 認知症ダイアログ 「三つ数えろ」「小さな満足」「場面転換」
- 22・23 “快”護の知恵袋 「特別の寄与」「介護の記録」「しんきんサポート」

<連載>

- 10 コラム 「地域医者のひとり言」 檜林洋介
- 11 漫画 「ゆずこのど素人介護」 青山ゆずこ
- 12 エッセイ 「フレンドリー診療」 新里和弘
- 19 エッセイ 「看取り医の眼」 大井 玄
- 20 エッセイ 「ケアマネは自転車で」 佐藤睦子
- 21 ルポ 「トリプル介護の記録」 上枝珠美

Dカフェへようこそ



Dementia (認知症) Diversity (誰でも)
District (地域) Dialogue (対話)
Democracy (自由対等)

Dカフェは、この町に16カ所。
介護経験者と専門職が運営する、わが町の認知症カフェです。
認知症に関心のある人たちが、語り合い、知識を深める場です。
知恵を出し合い、共に考え、友達づくりをしましょう。
認知症の方と一緒にご参加を。
参加費は300円。
本格コーヒーをゆっくり味わい、リラックスしましょう。
Dカフェは、人と人、町と町を、つなぎます。



NEW

回想は幸せの種子 Dカフェ・回想愉快

回想記憶（古い記憶）を語り合い、
幸せな気持ちになりましょう。静
かでスローなカフェ。ゆるやかな
午後のひとときを、ご一緒に。



こもごもに、思い出語り

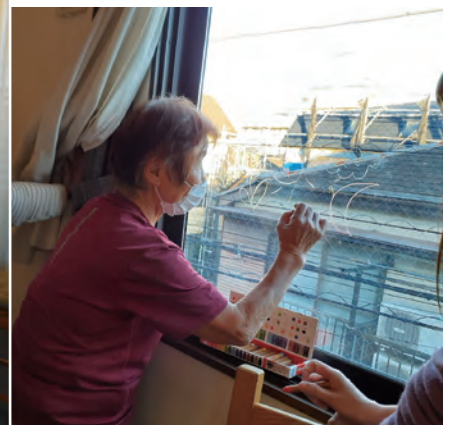


▼スペース「ラミヨ」(五本木1丁目)
▼第2月曜日 2時～4時

NPO本部。じっくり懇談 Dカフェ・ラミヨ



Dカフェ発祥の地。認知症カフ
エのスタンダード。認知症を知
り、一緒に課題と向き合い、適
切な機関につなげます。



窓ガラスに絵を描いてみる

落語会もあります



赤・青のストライプが目印

▼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

老人ホームと町会のコラボ Dカフェ・世田谷下馬

アライブホームと下馬6丁目町会、そしてNPO「Dカフェnet」が共同で運営しています。
下馬あんしんすこやかセンターが全面協力。



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

“もしも”に備える Dカフェ・そなえる

高齢期や将来への「備え」を話し合うカフェ。介護・司法・住宅・福祉のプロと一緒に考えましょう。



司法書士と仲良しに



▼スペースラミヨ
(五本木1丁目)
▼第4水曜日
2時~4時

こぶしえん Dカフェ・プロムナード

目黒四中跡地のこぶしえん、1階のレストランが会場。暮らしの相談やおしゃべりを。



広いレストランで



▼こぶしえん1階
(下目黒6丁目)
▼第4日曜日
3時~5時

地域開放型の老人ホーム
Dカフェ・ソナーレ

グランドピアノのあるイキなグランドダイニングで、看護師やケアマネが地域の皆さんと交流します。



- ▼ソナーレ駒沢公園
(東が丘1丁目)
- ▼第3土曜日
2時～4時

日扇会第一病院
Dカフェ・都立大学

新型コロナ感染予防のため、別会場で臨時開催中。

- ▼臨時会場 八雲住区センター (八雲1-10-5)
- ▼第3土曜日 1時半～2時半
- ▼問い合わせ 3719-5592 NPO「Dカフェnet」
090-5527-0959 田邊



老人ホーム+シェアハウス **Dカフェ・自由が丘**



Dアートコーナー

自由が丘駅・緑が丘駅から10分。多世代の人たちが助け合って暮らすシェアハウス「オーナーズテラス自由が丘」。美術ワークショップ「Dアート」も。

- ▼オーナーズテラス自由が丘
(緑が丘2丁目)
- ▼第3水曜日 2時～4時



三宿病院 Dカフェ・せらびあ

三宿病院は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と友達になりましょう。
 新型コロナ感染予防のため三宿病院と臨時会場ラミヨをZoomでつないで開催中。

- ▼臨時会場 ラミヨ (五本木1-5-11)
- ▼第2金曜日 2時～3時
- ▼問い合わせ 3719-5592 NPO「Dカフェnet」
090-5527-0959 田邊



↑三宿病院とラミヨでオンライン



三宿病院

病院スタッフの二人はラミヨに

東京医療センター

Dカフェ・東が丘

国立病院機構東京医療センターのスタッフとNPOの介護家族が協力して運営しています。

新型コロナ感染予防のため開催見合わせ中ですが、
 東京医療センターと別の会場をつないで、
 オンラインで開催することを計画しています。



- ▼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

訪問看護

Dカフェ・まちかど保健室

会場は訪問看護ステーションSTORY学芸大学。地域密着のベテラン看護師たちと認知症や介護の相談ができます。

新型コロナ感染予防のため、開催見合わせ中



- ▼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

厚生中央病院の医師や看護師とNPO「Dカフェ net」が共同開催。アロマやマッサージでリラックス体験も。

新型コロナウイルス感染予防のため、開催見合わせ中



厚生中央病院



▼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

目黒区立田道ふれあい館の高齢者センターと共同で開催。

新型コロナウイルス感染予防のため、開催見合わせ中



▼田道ふれあい館3階
(目黒1丁目)
▼第1土曜日
2時～4時

清徳苑

Dカフェ・月光原

民生委員、看護師など地域のキーパーソンと活発に交流。美術コーナーも人気です。

新型コロナウイルス感染予防のため、開催見合わせ中



▼清徳苑ホーム1階
(目黒本町4丁目)
▼第1日曜日
2時半～4時

Dカフェ 懇話会 ゲストを囲んで

Dカフェ・ラミヨの第2土曜日はゲストの日。毎回、介護・医療・生活・福祉の専門家を迎えて交流を深めています。

①井藤佳恵さん、「エンドオブライフケア」の知見を深めました。②伴正海さんは高知県など各地の訪問診療の刺激的な実践情報を、③扇貴之さんからは併設の放課後デイの子どもたちと高齢者の交流の様子を。そして、④大熊果奈奈さんと戸澤美佐さんからは高齢者支援の新しい仕組みについて聞きました。

▼スペースラミヨ（五本木1丁目）

▼第2土曜日 2時～4時



看取り医・大井玄さん
コロナ後の社会の在り方についてのお話



①東京都健康長寿医療センター
井藤佳恵さん



②おうちの診療所
伴正海さん



③デイサービスクローバー学芸大学
扇貴之さん




④CSWの大熊果奈奈さん(右)と
目黒区地域づくり支援員の戸澤美佐さん

◆ゲストの予定 4月～9月 Dカフェ懇話会は予約制です。事前に申し込みが必要です。

4月9日	5月14日	6月11日	7月9日	8月13日	9月10日
公認心理師 浅見大紀さん	訪問介護 伊藤敬子さん	ケアプラン 秋田恭子さん	医療アシスタント 西本志野さん	エンドオブライフ 井藤佳恵さん	排泄ケア 石井洋介さん



榎林洋介 [地域医師の  ひとり言]

引き続きの感染予防を

前回の原稿は第5波ピークの昨年夏に書きました。今回もコロナの新しい株による「波」が重なってしまいました。

前回のデルタ株による第5波は想定を上回る感染拡大が、ワクチン未接種者がまだたくさんいる時期（2021年8月1日時点で接種率約40%）に起こり、病院に収容できない方が自宅でも多数亡くなるなど悲惨な状況となりました。犠牲になられたのは、それまでいわれていた基礎疾患を持つ人や高齢者だけではない、ワクチン未接種の40・50代の方も多くみられ、いずれの年齢層でも重篤化することが分かりました。

これらの経験から、第6波に向けて病院における増床のほか、地域で中等症1（酸素吸入を要さない症例）までは治療、経過観察できる体制を行政、医師会などで構築してきました。しかし予想外の拡大スピードのオミクロン株に各機関の対応が追いつかず、現時点（1月末）では混乱の最中にあります。診断のための試

薬やキットが十分に供給されていません。PCRの結果が出るまでに数日を要しています。診断が追いつかず、保健所が実際に対応できるのが数日後となっております。ホテル療養は満室で自宅療養者も大変なスピードで増えていきます。倍以上の体制で準備しても、それを軽々超えてくるのがこのウイルス変異の恐ろしいところです。

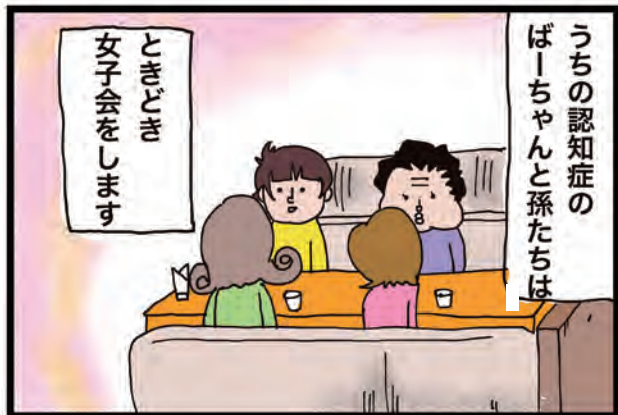
目黒区医師会では、個々の診療所が行う発熱外来に加え、保健所管轄の陽性者の方への電話診療や要請に応じた往診体制を構築しています。また、都の医師会事業にも協力し、24時間体制で臨む機能も構築しています。オミクロン株の重症化率はこれまでに比べて低いとはいえ、重症化しないわけではなく、感染者数が増えれば重症化する総数も増えてきます。まだ風邪と呼ぶことは性急であるとともに多くの医療者は考えています。

引き続き感染予防をお続けください。それが早期の収束に繋がると思っています。

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「わが町のお医者さん」です。

おしゃべりも立派な【おうちレク】



頼られるとシヤキッ!とする↑



青山ゆずこ 25歳で認知症の祖母と同居し、介護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/>





わたし流 「雑談療法」

「外来にだけはなんとか連れてきました」とおっしゃる家族がいます。病院なんか行かない！と言い張る方に、手を替え品を替え、なだめすかして……。その「苦闘」を思うと、患者さんにもご家族にも、少しでも来てよかったと感じてもらえるような診療をと心がけています。

☆表情が徐々に明るくなっていく

☆自ら進んでしゃべってくれる

これを目安に診察を行います。

小柄なご婦人がいらっしやいました。若い時、海外

赴任の夫についてアメリカに行き、ニューヨークの高速道路で大きなアメ車をかっ飛ばしていたことが自慢です。「対向車からは顔が見えないみたいなのよ、小さいから。おほほ」という話が診察の中で何度も出てきます。私も、「すごいですね！」「↓なるほど！」「あははは」と合いの手を繰り返します。そして『今日は、合いの手3回』などとカルテに書いておきます。

ある患者さんにはいつも、俳句を五首、披露してもらっています。それを読み上げ、独断で一等を決め◎をつけます。季語など、俳句の基本を教えてもらったりもし



ます。まあ「雑談療法」ですね。過去の愚痴や悔やみを繰り返す人もいます。でも、それはそれで神妙に聞かせてもらっています。限られた時間の中で、少しでも「ああ、病院に来てよかった」と感じてもらえればそれでよいのです。

付き添いで来ている家族には、認知症という病の特徴や患者さんのいまの状態を分かってもらうことを心がけています。

「先生、こんな時には、そうだね、そうだねって、聞いておけばいいんですね」。こんな言葉がポツリと漏れる

るまで、何年もかかる家族もいます。その時まで、大ごとにならないように注意して、急かさないというのが、私の認知症家族に対する基本的なスタンスです。

時々、認知症になつてよかった、楽しかったという話を家族がしてくれることがあります。このような時は聞き逃さないようにして、カルテに赤字で書いておきます。年に1回ぐらいそのような話をまとめて読むことは、私にとっては楽しい時間です。

「雑談療法」。これに勝る認知症指導はないと思います。

新里和弘（にいざと・かずひろ）さん

都立松沢病院認知症疾患医療センター。熊本大学医学部卒業。アマチュア落語グループで稽古を重ね、認知症落語の創作に意を注ぐ。毎月のラミヨ寄席で「安楽亭くしゃみ」として一席伺っている。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。



各駅 地図

- ◆ 複数のDカフェへ行ってみよう
異なるカフェで、いろいろな情報と仲間に出会えます
- ◆ 認知症の人とペアで行ってみよう
専門職やケア体験豊富な人たちがお迎えします
- ◆ 散歩のついでに寄ってみよう
「予約不要」「出入り自由」本格コーヒーが飲み放題

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

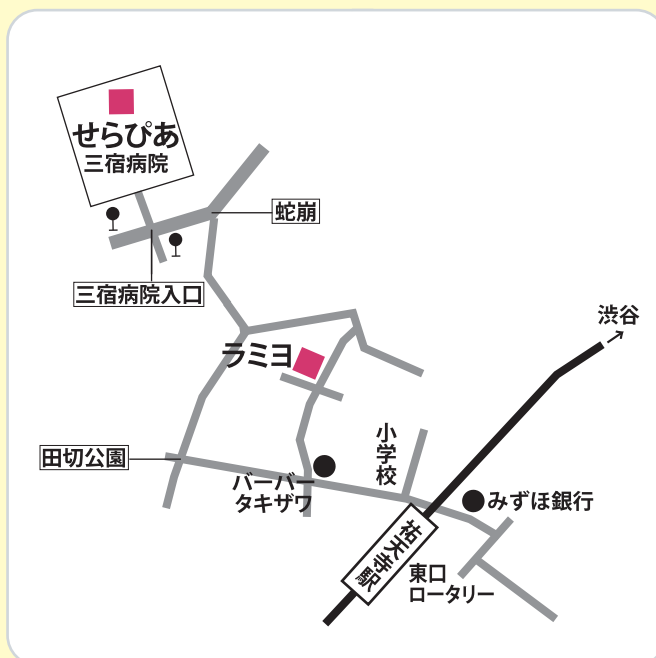


D ラミヨ スペース「ラミヨ」
 第2土曜 2時～4時
 「ゲストを囲んで」(要予約)
 第2日曜 / 第4土曜 1時～4時

D そなえる スペース「ラミヨ」
 第4水曜 2時～4時

D 回想愉快 スペース「ラミヨ」
 第2月曜 2時～4時

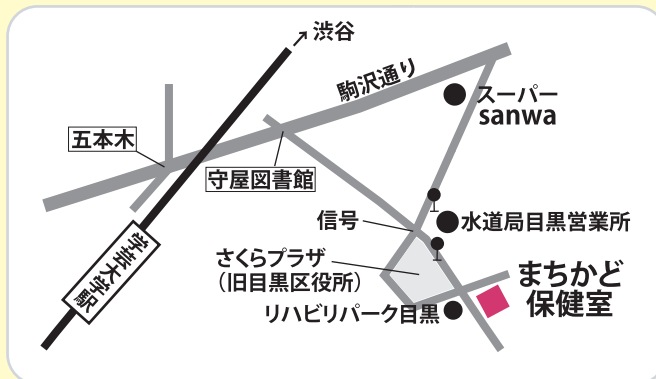
スペース「ラミヨ」 <東横線 祐天寺駅>
 目黒区五本木1-5-11



D せらびあ
 目黒区上目黒5-33-12 三宿病院 3階
 第2金曜 2時～4時
 <東横線 祐天寺駅>
 ●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)
 ●三宿病院無料送迎バス
 祐天寺駅東口「みずほ銀行」前発 1:30 / 2:30 / 3:30



D 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)



世田谷下馬

世田谷区下馬6-29-22
ライブホーム多目的室／下馬6丁目町会会館

第3日曜 2時～4時

<東横線 学芸大学駅>



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

<東横線 都立大学駅>

●バス停：中根2丁目
(多摩川駅～東京医療センター)



自由が丘

目黒区緑が丘2-3-1 オーナズテラス自由が丘

第3水曜 2時～4時

<東横線 自由が丘駅／大井町線 緑が丘駅>



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

<田園都市線 駒沢大学駅／東横線 都立大学駅>

●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)



ソナーレ

目黒区東が丘1-35-22 ソナーレ駒沢公園

第3土曜 2時～4時

<田園都市線 駒沢大学駅>

●バス停：東が丘2丁目
(渋谷駅～田園調布駅)
●バス停：野沢龍雲寺
(目黒駅～野沢龍雲寺／渋谷駅～野沢龍雲寺)

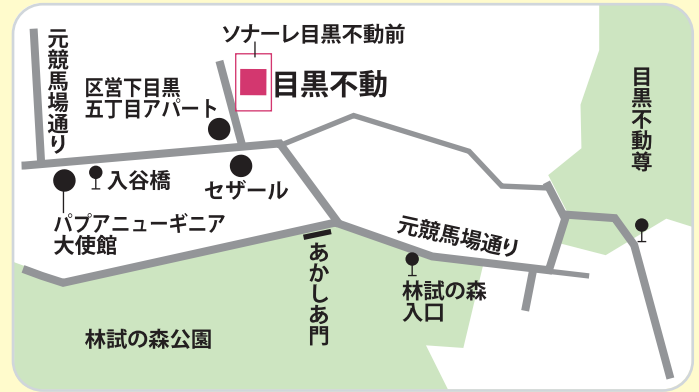
目黒不動

目黒区下目黒5-10-16 ソナーレ目黒不動前

第2木曜 2時～4時

<目黒線 不動前駅>

- バス停：入谷橋／林試の森入口
(五反田駅～渋谷駅東口)



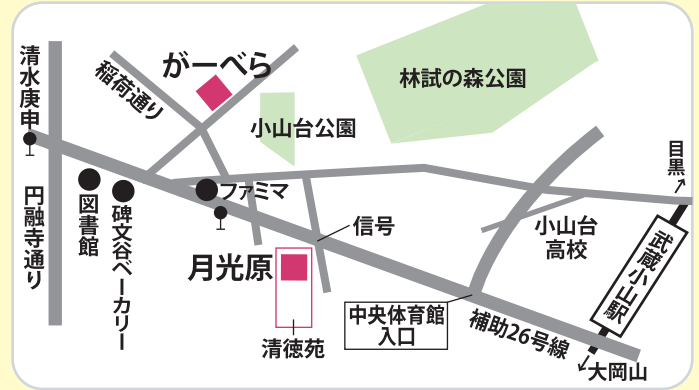
月光原

目黒区目黒本町4-2-1 清徳苑ホーム1階

第1日曜 2時半～4時

<目黒線 武蔵小山駅>

- バス停：月光原
(五反田駅～世田谷区民会館 (弦巻営業所))



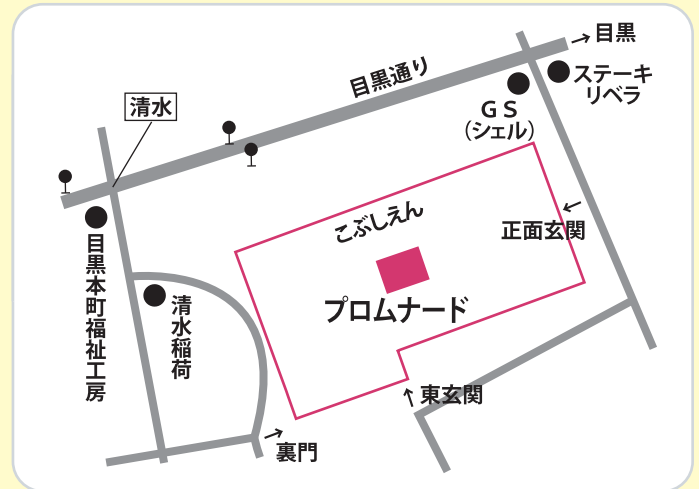
がーべら

目黒区目黒本町1-6-11

第3木曜 2時～4時

<目黒線 武蔵小山駅>

- バス停：清水庚申
(五反田駅～世田谷区民会館 (弦巻営業所) / 渋谷駅東口～洗足駅)



プロムナード

目黒区下目黒6-18-2 こぶしえん1階

第4日曜 3時～5時

●バス停：清水

(目黒駅～大岡山小学校前 /
目黒駅～二子玉川駅 /
目黒駅～弦巻営業所 /
渋谷駅東口～洗足駅 ほか)

さんま

目黒区三田1-11-7 厚生中央病院3階

第3金曜 2時～4時

<JR 恵比寿駅・目黒駅 / 目黒線 & 三田線 目黒駅>



でんどう

目黒区目黒1-25-26 田道ふれあい館3階

第1土曜 2時～4時

<JR & 目黒線 & 三田線 目黒駅>

- 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)

めぐろ認知症サポートマップ

介護者の会

- 天空(そら)の会**
 〇〇: 東山住区センター
 いつ: 第2木曜 1時半~3時半
- あづまの会**
 〇〇: 目黒区役所
 いつ: 第3水曜 1時半~3時半
- なごみの会**
 〇〇: 心身障害者センター「あいアイ館」
 いつ: 第3木曜 10時~11時半
- 悠楽(ゆら)の会**
 〇〇: 目黒本町社会教育館
 いつ: 第4水曜 1時半~3時半
- 八重(やえ)の会**
 〇〇: 中央町さくらプラザ
 いつ: 第4木曜 1時半~3時半



認知症疾患医療センター

認知症診断、医療・介護相談を行う認知症に関するセンター病院

<松沢病院> 地域拠点型
 京王線八幡山駅 03-3303-7211

認知症もの忘れ外来
 認知症鑑定診断
 認知症専門入院病床
 認知症総合相談
 家族相談(自費)

<三宿病院> 地域連携型
 東横線祐天寺駅 03-3711-5771

認知症もの忘れ外来
 認知症鑑定診断
 認知症相談
 認知症初期集中支援チーム

若年性認知症総合支援センター ~若年性専門のワンストップ相談~

東横線学芸大学駅 03-3713-8205
 ・電話相談 月曜~金曜 9時~5時 ・来所面談 予約制

活動のスケジュール 2022年4月~9月

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	連絡先
ラミヨ	9(土)10(日)23(土)	8(日)14(土)28(土)	11(土)12(日)25(土)	9(土)10(日)23(土)	13(土)14(日)27(土)	10(土)11(日)24(土)	NPO「Dカフェnet」 03-3719-5592 d-cafe@kazekusa.jp
そなえる	27(水)	25(水)	22(水)	27(水)	24(水)	28(水)	
回想愉快	11(月)	9(月)	13(月)	11(月)	8(月)	12(月)	
せらびあ	8(金)	13(金)	10(金)	8(金)	12(金)	9(金)	
まちかど保健室	25(月)	23(月)	27(月)	25(月)	22(月)	26(月)	
世田谷下馬	17(日)	15(日)	19(日)	17(日)	21(日)	-	
都立大学	16(土)	21(土)	18(土)	16(土)	20(土)	17(土)	
自由が丘	20(水)	18(水)	15(水)	20(水)	17(水)	21(水)	
東が丘	13(水)	11(水)	8(水)	13(水)	10(水)	14(水)	
ソナーレ	16(土)	21(土)	18(土)	16(土)	20(土)	17(土)	
目黒不動 NEW	14(木)	12(木)	9(木)	14(木)	11(木)	8(木)	
月光原	3(日)	1(日)	5(日)	3(日)	7(日)	4(日)	
がーべら NEW	21(木)	19(木)	16(木)	21(木)	18(木)	15(木)	
プロムナード	24(日)	22(日)	26(日)	24(日)	28(日)	25(日)	
さんま	15(金)	20(金)	17(金)	15(金)	19(金)	16(金)	
でんどう	2(土)	7(土)	4(土)	2(土)	6(土)	3(土)	
認知症家族会 たけのこ	9(土)	14(土)	11(土)	9(土)	13(土)	10(土)	03-3719-5527
若年性認知症家族会	26(火)	-	24(金)	-	29(月)	-	03-5722-9702 目黒区福祉総合課
天空(そら)の会	14(木)	12(木)	9(木)	14(木)	18(木)	8(木)	03-5428-6891 北部包括支援センター
あづまの会	20(水)	18(水)	15(水)	20(水)	17(水)	21(水)	03-5724-8030 東部包括支援センター
なごみの会	21(木)	19(木)	16(木)	21(木)	18(木)	15(木)	03-5701-7244 西部包括支援センター
悠楽(ゆら)の会	27(水)	25(水)	22(水)	27(水)	24(水)	28(水)	03-5724-8033 南部包括支援センター
八重(やえ)の会	28(木)	26(木)	23(木)	28(木)	25(木)	22(木)	03-5724-8066 中央包括支援センター



※ご注意ください!
 新型コロナウイルス拡大防止のため
 予定は変更することがあります。
 出かける前に、必ず確認の電話を!

Dカフェ

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
 〇〇: 五本木1-5-11 スペース「ラミヨ」
 いつ: 第2土曜・日曜/第4土曜 1時~4時
- そなえる** 祐天寺駅
 〇〇: 五本木1-5-11 スペース「ラミヨ」
 いつ: 第4水曜 2時~4時
- 回想愉快** 祐天寺駅
 〇〇: 五本木1-5-11 スペース「ラミヨ」
 いつ: 第2月曜 2時~4時
- せらびあ** 祐天寺駅
 〇〇: 上目黒5-33-12 三宿病院3階
 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
 〇〇: 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
 〇〇: 世田谷区下馬6-29-22 アライブホーム
 いつ: 第3日曜 2時~4時
- 都立大学** 都立大学駅
 〇〇: 中根2-10-20 日扇会第一病院1階
 いつ: 第3土曜 1時半~3時半
- 自由が丘** 自由が丘駅・緑が丘駅
 〇〇: 緑が丘2-3-1 オーナーズテラス自由が丘
 いつ: 第3水曜 2時~4時
- 東が丘** 都立大学駅 バス:東京医療センター
 〇〇: 東が丘2-5-1 東京医療センター3階
 いつ: 第2水曜 2時~4時
- ソナーレ** 駒沢大学駅 バス:東が丘2丁目
 〇〇: 東が丘1-35-22 ソナーレ駒沢公園
 いつ: 第3土曜 2時~4時
- 目黒不動** 不動前駅 バス:入谷橋 NEW
 〇〇: 下目黒5-10-16 ソナーレ目黒不動前
 いつ: 第2木曜 2時~4時
- 月光原** 武蔵小山駅 バス:月光原
 〇〇: 目黒本町4-2-1 清徳苑ホーム1階
 いつ: 第1日曜 2時半~4時
- がーべら** 武蔵小山駅 バス:清水庚申 NEW
 〇〇: 目黒本町1-6-11
 いつ: 第3木曜 2時~4時
- プロムナード** バス:清水
 〇〇: 下目黒6-18-2 こぶしえん1階
 いつ: 第4日曜 3時~5時
- さんま** 目黒駅・恵比寿駅
 〇〇: 三田1-11-7 厚生中央病院3階
 いつ: 第3金曜 2時~4時
- でんどう** 目黒駅 バス:権之助坂
 〇〇: 目黒1-25-26 田道ふれあい館3階
 いつ: 第1土曜 2時~4時

家族会

- 目黒認知症家族会 たけのこ**
 〇〇: スペース「ラミヨ」
 いつ: 第2土曜 11時~12時半
- 若年性認知症家族会**
 〇〇: 目黒区役所会議室
 いつ: 不定期 2時~3時半



認知症ダイアローグ

[三つ数えろ]

認知症の人に「間髪を容れず」言葉を返すのは禁物です。
「ごはん、まだ？」 → (即答) 「食べたじゃない！」
これはダメ。
「ごはん、まだ？」 → (三拍) 「ごはん？」
ゆっくり間を取ってから同じ言葉を返してあげる。すると少しほっとするのです。
認知症の人の心の中には「漠然とした不安」が棲みついています。ゆっくりしたテンポと間合いで接することで不安がやわらぐのです。逆に、すぐに叱ったり、訂正したりすると不安を膨らませてしまいます。



[小さな満足]

不安を雲散霧消させることはできません。でも減らすことはできます。大満足は無理でも「小さな満足」を与えることはちょっとした工夫でできるのです。

夕暮れ時はなぜか不安が膨らみます。「家に帰らせていただきます」というのはこの時間帯が多いですね。ここに居ることがなんとなく不安になる(存在の不安?)。

「ここが家でしょう!」「暗くて危ないから明日にしましょう」などの説得は、かえって帰宅願望を強めてしまいます。

間を取って、しっかり聞いたという表情で、ゆっくりと「帰りたいのね。いいですよ」と

言ってあげれば小さな満足が芽生えます。

そこで「私も一緒に行きます。出かける前にラーメンでも食べない?」と、違う話題を振るのです。



[場面転換]

「小さな満足」の次は「場面転換」。

認知症の人は執着心が強いもの。「帰りたい!」という思いはまだくすぶっています。そこで「ラーメン」という話題です。「お手伝いお願い」とラーメン作りという別の場面へ誘導するのです。調理しているうちに帰宅への執着が消えることがあります。

あるいは「一緒に帰ろう」と表へ出て、コンビニに寄ることで場面転換が図れます。「買い物済んだね。帰ろうか」と言えば素直に家へ逆戻り。

いろいろ試してみることです。「説得よりナットク」ですよ。



「ボケ老人」という師

先日亡くなった長谷川和夫先生は、「長谷川式簡易認知症スケール」をつくった功労者で、また自身が認知症になったことも公表している。

朝日新聞のインタビュウでは『隠すことはない』『年を取ったら誰でもなるんだな』と皆が考えるようになれば、社会の認識は変わる』と語っていた。

その後も「認知症というのは決して固定した状態ではなくて、認知症とそうではない状態は連続している。つまり行ったり来たりなんだ」と、老耄の徑をたどる私が日々体験する事実を述べている。若いころ私は先

生の教えを受けた一人だった。

学生時代も、医師になってからも、私は道草ばかりする劣等生だった。四十を超えてから東大医学部衛生学というかび臭い教室に入り、そこで参加したのが、長野県佐久市の「寝たきり老人・呆け老人」宅診事業だった。本格的に認知症高齢者を診る切っ掛けだった。介護者の苦勞話に耳を傾け、高齢の当事者を丁寧に診察するだけだが、老化に伴う症状はむずかしい。老人科や精神科の専門家に助けを求めることが多かった。ある時介護者から質問された。「義母は夜騒ぐので

入院してもらったのですが、病院にいるときには落ち着いているのに、帰宅するとまた騒ぐのです。どうしてでしょうか？」

答えられるはずもなく、訪れたのが聖マリアンナ医科大学の長谷川教授室だった。彼は教室員から「ボケ老人」と綽名されていた。

先生は学術らしい白哲の風貌の持ち主だった。「病院では落ち着いているのに帰宅すると、夜間せん妄の症状が出るのは、なぜですか」と質問すると、眉を少しひそめて答えた。「うーんそれは私にも判らないのです。だが患者が帰宅すると、また症状が出るだろうというのは、私も、いや研修医でも予測できません。たとえば介護者が見舞いに来て患者と話をし、帰った後、患者がしくしく泣いている。こ

ういう時は、まず必ずと言っていいほど症状が現れますな」

問題は明快。家庭での「人間関係」の良し悪しだ。私たちは「主要介護者・虚弱老人人間関係スケール」をつくり、佐久、杉並、沖繩で調べた。どこでも人間関係の悪い群は、明瞭に周辺症状が多かった。

先生は今もわが師である。



大井 玄（おおい・げん）さん

1935年生まれ。東京大学医学部卒業。ハーバード大学公衆衛生大学院修了。東大医学部教授、国立環境研究所所長などを務めたのち、終末期医療、認知症医療に携わる。東京大学名誉教授。主な著書『人間の往生』（新潮新書）、『看取りとつながり』（サンガ）、『老年という海をゆく』（みすず書房）など。



介護サービスには、 丁寧な説明を

が、これは完全な説明不足で危険な回答だと私は思っています。大事なことは、どういう理由で「要介護1」の判定が出されたのか、家庭の生活状況を把握し、そのうえで「デイサービスの利用が最適なのか」を一緒に考えることです。

あります。ご本人やご家族の事情によって、どういう形態のデイサービス利用が望ましいのか。そのデイサービスを利用することで、この先にどういう生活向上の目標が掲げられるのか……。ここが非常に大切なポイントなのです。

の選定にあたっては複数の事業所を案内し、利用者・家族に選択してもらおう」とことが課せられています。「要介護1ですけど、デイサービス、何回行けますか？」というご相談には……。

「そうですね。その前に、今どんなことにお困りですか？ お母様ご自身はどんなことに困っていらっしゃるようですか？、こんな感じで、じっくりお話を聞く。それが私たちケアマネに求められているスキルなのかな、と思っています。

今回は「危機こそチャンス」というキーワードでお届けしたいと思います！

「母は要介護1です。デイサービス、何回行けますか？、新規のご相談の際に、こんな質問を受けることが多くあります。「ざっくり月〇回くらいは利用できますよ」と数字を示せば、ご家族はある程度納得されるかもしれません。

「通所系サービス」は多様化しています。デイサービスとデイケアは同じようでは実は別物ですし、デイサービスでも「通常規模・大規模デイ」「地域密着型デイ」「認知症対応型デイ」と形態の違いがあります。利用時間や要介護度によって利用料金も変わります。入浴サービスも受けながら日中お過ごしいただく長時間デイもあれば、2〜3時間程度のリハビリ中心のものも

ケアマネには「サービス



佐藤 睦子 (さとう・むつこ) さん

バスガイド、歯科助手、特養勤務、介護福祉士養成校講師など多彩な人生。区内の小・中学校のPTA会長も。学童キャンプでは100人の食事作りもこなす。目黒区介護事業者連絡会ケアマネ分科会代表。ケアメイト大岡山所属。

最初のヤマは、病名にたどりつくまで

若年性認知症を疑われた時、患者と家族は、仕事ができなくなる（収入が絶たれる）のが一番困ります。一過性のもものなのか否か、早く白黒付けてほしいとあせるのです。

ところが、この病気は厄介なことに、すぐに診断がつかないというのが当たり前のようです。

姉の場合も、10年前の1月下旬、家の鍵を失くすなどの騒動が頻発し、会社の人からも指摘されたことから、姉の住居近くにある総合病院の「物忘れ外来」を訪ねました。

物忘れ外来の診断では、軽度認知症も認められず、半年くらい様子を見てくださいというものでした。しかし、日常生活で本人もおかしいと思うことが度々起きるし、出社もできなくなる日が増えていました。

ある、心療内科の医師から「認知機能の低下は、脳の病気だけでなく、身体の中に原因があるかもしれない」とのアドバイスを受け、8月、同じ総合病院でMRIの検査を受けました。私たちも、認知症でないことを信じ祈っていました。

検査の結果「卵巣のう腫」が見つかり、10月、手術を受けました。卵巣からのホルモンの影響で認知機能が落ちることもまれにあるようで、手術はある意味希望の光でした。

しかし、術後、変化はありませんでした。さらに執刀医から、お腹を中心に左半分に、カフェオレ斑がみられる。「神経線維腫」という重篤な病気も疑われるので、大病院に行くよう勧められました。

10月下旬、大病院の皮膚科を受診し、神経線維腫の疑いは晴れましたが、

記憶障害による生活の支障は増えていたので、その病院の「神経内科」でMMSEを受けることになりました。

結果は「26点、遅延再生が悪いが、活動的な生活をし、認知症へ移行しないよう予防し、年に一回は、スペクトルの検査をして経過を見る必要がある」というものでした。しかし、既に精神的にも仕事ができる状態ではなく、会社からも退職を勧告され、本人も自信を喪失し、診断も中途半端な状態で、まだ元気な愛媛の両親の元で暮らすことを、余儀なくされました。

姉は「若年性アルツハイマー型認知症」という病名にたどりつくまでに、結局、1年半もの時間がかかってしまいました。



上枝 珠美さん
(うええだ・たまみ)

愛媛県松山市生まれ。地元放送局を経て東京。市場調査会社、広告代理店で雑誌広告などに従事。海外旅行、ヨガ、ゴルフ、料理などの趣味も満喫。2012年頃から姉の介護が始まり、東京・愛媛間で遠距離介護。2020年秋に定年退職し、愛媛に戻る。両親と姉、3人のトリプル介護中。

MMSE：認知症の診断に用いられ、11の質問からなり、30点満点の23点以下で「認知症の疑い」とされる。



“快”護の知恵袋

介護ライフを充実させる“お役立ち情報”

相続に介護者の利益 「特別の寄与」制度

2019年7月に、介護者の権利を保護するための「特別の寄与」制度が新設されました。これは介護に従事していた相続人以外の親族—6親等内の血族、または3親等内の姻族—は、法定相続人に対し「特別寄与料（金銭）」を請求できるというものです。

[親等表] 故人が夫の親の場合	
1親等	子(夫) 親(夫の祖父母)
2親等	孫、兄弟姉妹
3親等	甥・姪 叔父・叔母
4～6親等	いとこ、甥・姪の子など

姻族＝血族の配偶者または配偶者の血族

特別の寄与の例としては—

- ・息子の配偶者が無償で介護を行っていた
 - ・故人の会社を無償で手伝っていた
- などが挙げられます。

無償でというのがポイントで、報酬を受け取っていた場合は特別の寄与は認められません。

特別寄与料は法定相続人に対し請求を行うものです。請求内容でトラブルにならないよう、“介護日記”や“手伝いの記録”などを残しておきましょう。

(マイパートナー司法総合事務所
宮内悠衣子)

介護の記録 簡単なやり方

ポイントは「介護に費やした（労働）時間」と「経費（領収書）」です。労働時間は、例えば以下のように記録します。

- 7時 起床、オムツ交換、着替え、歯磨き、食事
- 10時 ○○病院
- 16時 散歩・買い物
- 19時 入浴
- 3時 見守り、排泄



ホワイトボードにメモしておき、あとで介護ノートに転記するのがいいでしょう。“お出かけ介護”では移動時間・交通費などが加わります。

領収書はその都度“介護レシート箱”に放り込んでおいて、後日まとめます。

銀行口座の全店照会

介護している親の預金通帳。いくつの銀行に、全部で何冊あるのか分からない！

日常的に頻繁に利用する口座、年金が振り込まれる口座、定期預金口座、休眠口座……。高齢者は長い人生で何通もの通帳や預金証書を作っています。忘れてしまった口座もあるでしょう。

預金口座の洗い出しには近くの銀行の窓口で「全店照会」を利用しましょう。全国の本支店の横断検索ができます。

シー・エス・ダブルユー

目黒区CSWに暮らしの相談を

CSW（コミュニティ・ソーシャルワーカー）は区民の困りごと・悩みごとを丹念に聞き取り、整理して関係の機関に結び付ける、地域のキーパーソンです。高齢者のことだけでなく、子ども、障害ほか、暮らしの諸問題を一緒に考えます。自宅まで出向いてもくれます。また地域のボランティア活動、参加の仕方などの情報提供もしてくれます。

連絡先：目黒区社会福祉協議会
03-5708-5792

認知症による「預金凍結」を防ぐ しんきんサポートの取り組み

認知症が進み預金を引き出せなくなった。家族も引き出すことができず、実質的な「凍結口座」になってしまう例が問題になっています。

全国銀行協会は「診断書などで認知症が確認できれば成年後見制度を利用しない親族にも預金の引き出しを柔軟に認める」とする指針を出しました。各行も個別に「信託口座」などの新商品を出していますが、普及しているとはいえません。

そんな中、城南信用金庫の“高齢者向けサポートサービス”は介護者のお困りに的確に対応しているように思えます。

例えば—

[現金お届けサービス]

来店がむずかしくなった高齢者に指定口

座から現金を毎月1回、自宅まで届ける。

[将来の代理人サービス]

あらかじめ代理人（2親等以内）を届け出ておけば出金などの手続きができる。

[家族信託サービス]

あらかじめ家族などに不動産や預金を信託しておく、預金の払い戻しや不動産の売却・賃貸・建て替えができる。

いずれも高齢者が元気なうちに契約しておきます。特殊詐欺防止のためキャッシュカードを発行しないことも多いようです。訪問担当には経験豊富な信金OB・OGの男女ペアがあたります。「見守り」もしてくれるというわけです。

地域密着型金融機関である信用金庫の連携が活発です。東京南部地域の信金5社（さわやか・芝・湘南・城南・目黒）で構成する一般社団法人「しんきん成年後見サポート」は成年後見や任意後見の普及に積極的に取り組んでいます。



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？

目黒区中目黒 1-4-18
サングリア中目黒 803 号室
(東横線・日比谷線 中目黒駅徒歩3分)

TEL : 03-6451-0686
Mail : 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://gantankouken.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

検索

⇒ 予約フォームへ

家族カウンセリング研究所

講演のご案内

講演テーマ

子どもの能力を引き出すコツ
「3つほめて1つ伸ばす！」
の実践で大人も子どもも幸せに

実践型！親も子ども幸せ
愛が伝わる魔法のコミュニケーション
子どもの悩みを解決する家族心理学講座

【講師】

家族カウンセリング研究所代表
家族カウンセラー

柿澤 一二美 (かきざわ ひふみ)

所属学会 日本家族心理学会
出身地 東京都新宿区



研修事例
プレマのはじめての子育てを学ぶ講座
親と子がともに育ち合う 親のための教室

講演・研修実績

- ・日本赤十字助産婦学校
- ・キッコーマン株式会社
- ・岡山県教育委員会など
全国で講演・研修に携わる。



私自身親子の関係に長年悩んだ経験から
カウンセラーをこころざし、1000人以上の
カウンセリング・サポートを行ってきました。
2男2女の母、4人の子育て経験と心理学の
スキルを融合させた独自のノウハウを講演
などで伝えています。



東京 | 子どもの悩み専門
家族カウンセリング研究所

東京都目黒区鷹番 1-1-9

TEL: 090-6483-3104

ゆいごんじ いし たちあい

遺言時医師立会支援サービス

～相続を『争族』にしないために～

- ◆遺言作成に際し、医師が立ち合いの上、
遺言者の認知機能や精神活動を評価！
- ◆診断書(医的証明書)発行にてその遺言内容を
医的に担保します。

仔細はYouTube動画にて。QRコード参照 →



合同会社 パラゴン・遺言時医師立会支援センター

107-0062 港区南青山5-17-2-502

電話 03-6869-0698 (平日9時～17時30分)

詳細はQRコードからHPで確認を→



老人ホームの相談窓口



「老人ホーム探し」は頼むもの！

- 「病院から退院しても家に帰れない・・・」
- 「高齢でひとり暮らしが不安・・・」
- 「認知症で介護が大変・・・」

住まいに関するお悩みは
「老人ホームの相談窓口」にお任せください！

▽ご相談はこちら▽



株式会社パーソン・プレイス

〒158-0094

東京都世田谷区玉川3-36-12-302

0120-834-818

<https://person-place.jp/>

『あなたに頼んで良かった』
その一言の為に頑張ります



遺品整理 生前整理
お片付けの専門業者

ときわ台駅徒歩1分



東京都板橋区常盤台1-5-10
平田ビル302

TEL090-7639-8239
担当者直通番号 真木(とどろき)

不動産に関するご相談お受けします(無料)

ご高齢者の不動産取引における
トラブルが多く発生しています

私たちは高齢者のサポーターとして
長年の経験と知識を生かし
不動産の売却やトラブル解決だけでなく
成年後見人・民事(家族)信託・相続や終活
などといった幅広いご相談に対応します

例えばこんなこと...

- ・突然、不動産の話が!? 大きい会社に相談すれば安心?
- ・空家やゴミ屋敷はどこから手を付ければ?
- ・親が認知症になってしまった...
- 成年後見人制度を選択するしかないの?
- ・借地権って売れるの?



(相談窓口)

まえだ たけおみ

前田 武臣 宅地建物取引士/相続診断士/終活ライフケアプランナー

お電話・メール、どちらでもお気軽にお問い合わせ下さい

電話：03-3866-7180

Mail：t.maeda@flex-real.net



Flex Consulting Group
株式会社フレックス不動産
104-0032 中央区八丁堀2-28-5

セコム
SECURITY
ホームセキュリティ

あたりまえの毎日を。いつもの笑顔を。



大切な家族と、何事もなく過ごしたい。離れて暮らす親を、見守りたい。
家にいるときも、出かけているときも、たくさんの安心を感じたい。
「セコム・ホームセキュリティ」は、そんな思いに寄り添い、
安全のサービスを磨き上げてきました。
住まいや財産はもちろん、家族や親の健康や笑顔、思い出などまで、
あなたの「大切」なものを、きめ細かく見守ります。

あなたの「大切」を、
セコムする。

No.1

契約件数 拠点数 提供年数

<お問い合わせ>

〒150-0001
東京都渋谷区神宮前1-5-1 7F
セコム株式会社
ホーム・アライアンス営業グループ

☎：03-5775-8514

✉：hmalliance@secom.co.jp

この町で、ずっと……

地域に根ざした活動を続ける、頼りになる介護・看護企業

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



『ゆるゆらといつたりきたり』
グリーンケアのセルフケアガイド
ブックを作成しました！
1冊300円で販売しています。
遺族の方がどんな風に過ごしたら
よいかについて示しています。
お気軽にお問い合わせください。

目黒区中目黒5-1-19 1階



- 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



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。

ケアプラン
作成



はぎ介護センター
☎ 03-5436-6081
fax 5436-6082

7階

居宅介護支援事業所はぎ
☎ 03-6417-0341
fax 6417-0342

5階

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

訪問看護

障害サービス

住宅改修

訪問介護

福祉用具

☎ 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

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
何ができるかを常に考え、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っています。



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>

認知症カフェに集まる家族、
専門職と一緒に作った!

認知症の人と家族のための
「地元で暮らす」
ガイドブック
Q&A

監修 新里 和弘医師
NPO法人Dカフェnet 著



著者 NPO「Dカフェnet」
監修 新里和弘
発行所 (株)メディカ出版
定価 1800円+税

Dカフェに集まった
家族と専門職が
一緒に作りました

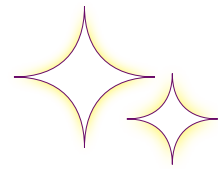
(内容)

- 第1章 認知症の基礎知識
認知症の不安が出てきたとき
- 第2章 介護態勢をつくる
家族と専門職でチームをつくる
- 第3章 介護サービスを使う
「介護保険」を使うために
- 第4章 認知症ケアの心構えとアイデア
困った症状に寄り添うために
- 第5章 医療サポート体制を整える
上手に医療に頼るために

問い合わせ NPO「Dカフェnet」 03-3719-5592



新規開設 2カ所のDカフェ



「Dカフェ・ガーベラ」

3月にオープン。
 “傾聴美容ケア”の活動をしている、NPOソシオキュアア
 ンドケアサポートとのコラボ
 レーションです。目黒本町一丁
 目の民家で、「Dカフェ」「ホッ
 とサロン」「マルシェ」……など、
 地域交流の活動を広く行ってい
 く計画です。
 第3木曜日 2時〜4時。

「Dカフェ・目黒不動」

4月14日スタート。
 介護付き老人ホーム「ソナー
 レ目黒不動前」の1階、広々し
 た“グラウンド・ダイニング”
 で開催します。Dカフェを基軸
 に認知症や介護・福祉のセミ
 ナー、高齢期の人生設計相談な
 ど、下目黒地域の人たちとの交
 流事業も計画しています。
 第2木曜日 2時〜4時。

▶目黒区下目黒5-10-16



▲ソナーレ目黒不動前



▶目黒区目黒本町1-6-11





超音波頭部ケア・ウルトラマ

「Ultra-Ma」に使われる 30 キロヘルツの超音波はイルカが発する超音波と同等の振動数をもっています。波長が 5 センチメートルと長いため、心地よく刺激を与えることができます。



超音波頭部マッサージャーウルトラマのレンタルはホームページからお申込みいただけます。



ヘルシーライフ無料冊子「あざみ野 STYLE」
著名な先生方のインタビューがたくさん載っております！



2022年12月公開予定

ドキュメンタリー映画

「認知症と生きる希望の処方箋」



一般社団法人日本セルフケア研究会

東京都千代田区神田神保町 2-10-29 2F

ウルトラマ 123x導入クリニック様



第8回認知症治療研究会 in 東京
オンライン出展いたします。
開催日:2022年3月13日



株式会社 BP-TECH

Brain & Body Store®

神奈川県横浜市青葉区あざみ野 2-9-13

TEL.045-905-3365 FAX.045-905-3369

次号予告 2022年9月15日発行

- Dカフェへようこそ 各カフェのプロフィール
- Dカフェわが町「各駅地図」 各店へのルートマップ
- 認知症サポートマップ&スケジュール
- 介護情報 「認知症ダイアログ」
「“快”護の知恵袋」
- 連載
コラム 「地域医者のひとり言」
エッセイ 「フレンドリー診療」
「看取り医の眼」
「ケアマネは自転車で」
ルポ 「トリプル介護の記録」
漫画 「ゆずこのど素人介護」

「でいめんしあ」は区の施設、地域包括支援センター、医療機関、薬局、介護施設など約900カ所ま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.16

2022年(令和4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 <https://d-cafe.kazekusa.jp/>

E-Mail 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)

1986年東京生まれです。先天性聴覚障害と「人とは何かがちがう独特の個性」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。コトバが満たない子供の目線で、日常のありのままを皆さんと共感できたら嬉しいです。



「のるると一緒 ～今日は藤が丘駅～」

「のるるん」は東急電鉄の鉄道キャラクターです。絵に出てくる子は「のるるん」が大好きなのです。お出かけの時はいつも一緒です。

この作品は、2019年のゴールデンウィークに、たまプラーザ東急百貨店で開催された「東急トレインパーク」での杉本聖奈立体イラスト作品展のテーマ作品として制作されたものです。

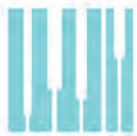
主な活動歴

- 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パールで作品展開催
- 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か月間運行
- 2018 鉄道イラストで国交省日本鉄道賞「特別賞」受賞
- 2018 江ノ電グル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 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/>

介護付有料老人ホーム「ソナーレ目黒不動前」は、ソニー・ライフケアグループが運営しています。

東京都指定特定施設入居者生活介護



ライフケアデザインの介護付有料老人ホーム

ソナーレ目黒不動前

SONARE ライフケアデザイン株式会社は、ソニー・ライフケアグループの一員です



外観イメージ ※土地・建物法事業者非所有

2022年
3月1日
オープン!

Life Focus

人生を想い、あなただけの時間を

ご入居者の「これまで」に着目して作成する

「ライフケアプラン」をベースに

おひとりお一人の「これから」の

“ご自身らしい生活”をご提案していきます。

2:1 基準の
手厚い
人員配置体制

安心の
看護職員
24時間配置

常勤の
作業療法士による
リハビリ

現地見学会受け付け中!

有料ショートステイ利用可能

(介護保険適用外)



イメージ



グランドダイニング(1階)イメージ



ラウンジ(1階)イメージ



ラウンジ(3階)イメージ

新型コロナウイルスへの 感染予防について

※厚生労働省の求める、特定の国からの入国後、自宅などでの待機の期間に該当する方、発熱、せきなど症状のある方のご来場はお断りさせていただきます。
※来場時のマスクの着用、入口にて検温、手指消毒のご協力をお願いいたします。
※弊社では参加の皆様安全・感染拡大防止に配慮することを最優先とした上で、現地見学会や認知症カフェを開催いたしますが、今後の感染拡大の状況によっては、開催の中止、または開催内容の変更をさせていただく場合がございます。

目黒区で15カ所目の認知症カフェ

Dカフェ ソナーレ目黒不動、毎月第2木曜日 定期開催予定!

Dカフェは介護の経験者たちが運営する「認知症カフェ」です。

認知症の人やご家族、これから認知症に向き合うかもしれない人まで、誰でもご利用できます。

車いす対応

場所: 「ソナーレ目黒不動前」1階

日時: 毎月第2木曜日 14:00~16:00

参加費: 300円(税込) ※コーヒーおかわり自由

資料のご請求・お問い合わせは「ソナーレお客様相談窓口」まで

0120-39-5070 受付時間 9:00~18:00 (年中無休)

ホームページにて物件の詳細情報が見られます。QRコードまたはソナーレで検索ください。

検索 <https://www.lifecaredesign.co.jp/>

ライフケアデザイン株式会社 ソニー・ライフケアグループ 〒210-0006 神奈川県川崎市川崎区砂子1丁目2番地4

【ソナーレ目黒不動前ホーム概要】●所在地/東京都目黒区下目黒五丁目10番16号●最寄駅/東急目黒線「不動前」駅徒歩13分(約1,010m)●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]●運営主体/ライフケアデザイン株式会社(ソニー・ライフケア株式会社100%子会社)●敷地面積/2,132.80㎡●延床面積/3,198.24㎡(予定)●居室数/58室(定員65名)●入居条件/原則として、入居時、満65歳以上、要支援・要介護の方。ただし、ご夫婦およびご兄弟が同施設へ入居される場合にはお一人のみ自立可。●居室面積/約20㎡(最多)、約36㎡、約40㎡●構造/鉄筋コンクリート造地上3階地下1階建て●協力医療機関/柴垣医院自由が丘、高輪歯科医院ほか●開設年月日/2022年3月1日※ご入居者の介護度や身体状況などによりご利用いただけない場合がございます。※記載の情報は2022年1月25日現在のものです。



東京海上グループの 介護付有料老人ホーム ヒュッテ目黒



17フロア9室

スタッフ全員がご入居者お一人おひとりの状態を把握していることがヒュッテ目黒最大の特徴です。

心を見つめる認知症ケア

身近な存在のコンタクトパーソンをはじめ、多職種の専門スタッフがチームで入居者を支えます。日々の関わりにおいて心の動きをいち早く察知して対応できるのも特徴です。

一人ひとりのニーズに応えるアクティビティ

専任スタッフが常駐し、ご入居者一人ひとりの「したい」「して欲しい」という気持ちに応えるアクティビティを行っています。「思いもよらないことができた。」「諦めていたことができた。」と誰かに自慢したくなるような心動かすメニューを40種類以上ご用意しています。



1.5:1基準の
手厚い人員配置



看護師
24時間常駐



こだわりの
直営キッチン



アクティビティ
専任スタッフ常駐

●物件名:ヒュッテ目黒 ●所在地:東京都目黒区下目黒3-1-23 ●類型:介護付有料老人ホーム(一般型) ●介護保険:東京都指定特定施設入居者生活介護事業者(一般型) ●事業所番号:1371002419 ●特定施設入居者生活介護/介護予防特定施設入居者生活介護 ●居住の権利形態:利用権方式 ●土地建物:事業主体所有 ●構造:規模:鉄筋コンクリート造 地上6階建 ●敷地面積:406.26㎡ ●延床面積:1,381.56㎡ ●居室数:35室(13.20㎡~13.23㎡) ●定員:35名 ●職員体制:1.5:1以上 要支援・要介護の方1.5名に対し、週40時間勤務を1名と換算した介護・看護スタッフ71名以上 ●夜間最少職員配置(22時~翌7時)/介護スタッフ22名・看護スタッフ71名 ●入居時の要件:自立・要支援・要介護の方 ●共用部分【1階】ダイニング兼ラウンジ【2・4・5階】ラウンジ、浴室【3階】健康管理室、ラウンジ【6階】浴室、多目的室兼機能訓練室、テラス ●開設日:2007年5月10日 ●事業主体:東京海上日動ベターライフサービス株式会社

大鳥神社となり



全室、大鳥神社に面した明るい居室



小規模だからこそできる
ヒュッテ目黒の認知症ケア



Hütte

※Hütte(ヒュッテ)とは「山小屋」の意味です



東京海上日動ベターライフサービス株式会社

〒158-0097 東京都世田谷区用賀4-10-5 世田谷ビジネススクエアヒルズ4 2階

<詳しい資料のご請求は> ヒルデモア/ヒュッテ入居相談室

0120-775-727

(9時~18時 年末年始を除く)

