

介護者がつくる認知症情報誌

# でいめんしあ

No. **18**



無料  
だワン!



絵・杉本聖奈「カメレオンブランコ」

## CONTENTS



# でいめんしあ

No. **18**

### Dカフェへ、ようこそ

- 04 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)
- 05 Dカフェ・プロムナード (複合介護施設 下目黒)  
Dカフェ・がーべら (一般住宅 目黒本町)
- 06 Dカフェ・回想愉快 (一般住宅 五本木)  
Dカフェ・そなえる (一般住宅 五本木)
- 07 Dカフェ・ラミヨ (一般住宅 五本木)  
Dカフェ・世田谷下馬 (介護老人ホーム 下馬)  
Dカフェ・目黒不動 (介護老人ホーム 下目黒)
- 08 Dカフェ・都立大学 (日扇会第一病院 中根)  
Dカフェ・せらびあ (三宿病院 上目黒)  
Dカフェ・東が丘 (東京医療センター 東が丘)
- 09 Dカフェ・月光原 (複合介護施設 目黒本町)  
Dカフェ・さんま (厚生中央病院 三田)  
Dカフェ・まちかど保健室 (訪問看護事業所 中町)
- 10 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>

- 15~17 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
- 18・19 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22グループのイラストマップ

### 20 トピックス <Dカフェ き・ら・り>

第4回 めぐる『認知症を語ろう』ミーティング

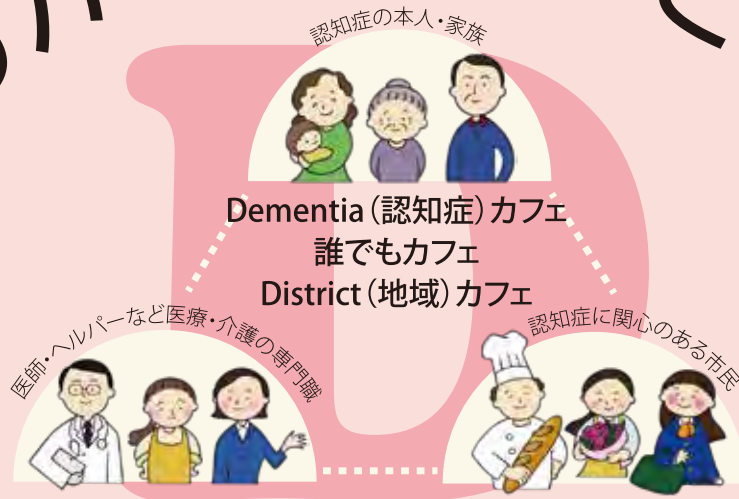
### 介護情報

- 12 認知症ダイアローグ 「リロケーション・ダメージ」
- 24・25 “快” 護の知恵袋 「特集・看護小規模多機能サービス」
- 30 まちかどセミナー しんきん認知症フォーラム

### <連載>

- 11 コラム 「地域医者のひとり言」 渋井総朗
- 13 エッセイ 「フレンドリー診療」 新里和弘
- 14 漫画 「ゆずこのど素人介護」 青山ゆずこ
- 21 エッセイ 「看取り医の眼」 大井 玄
- 22 エッセイ 「ケアマネは自転車で」 佐藤睦子
- 23 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15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。





## 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、そしてベテラン介護者がホームや地域の皆さんと交流します。介護相談にも丁寧に対応します。



- ▼ソナーレ駒沢公園（東が丘1丁目）
- ▼第3土曜日 2時～4時

## おしゃれなシェアハウス Dカフェ・自由が丘

自由が丘駅と緑が丘駅から徒歩10分。子育て主婦やお年寄りが助け合って暮らしているシェアハウス「オーナーズテラス自由が丘」が会場です。



ハウスネコ



- ▼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



# 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です。活発なおしゃべり、暮らしの相談、そして美術ワークショップ。合間にマッサージでゆったりと。



Dアートの作品



- ▼こぶしえん 1階(下目黒6丁目)
- ▼第4日曜日 3時～5時

# 傾聴美容ケア Dカフェ・ガーベラ



「ソシオエステティック（傾聴美容ケア）」の活動をしているグループとのコラボレーション。目黒本町の個人の住宅。くつろげるカフェですよ。



傾聴美容ケア

- ▼ほっとサロンガーベラ(目黒本町1丁目)
- ▼第3木曜日 2時～4時

## 回想は幸せの種子 Dカフェ・回想愉快



認知症の人を中心に、回想記憶（古い記憶）を語り合う、静かでスローなカフェ。“回想”という心の水脈を探る、さまざまなワークショップを行い、認知症ケアに関する感性を磨きます。

身体介護の実践「足爪ケア」



▼スペース「ラミヨ」（五本木1丁目）  
▼第2月曜日 2時～4時

## “もしも”に備える Dカフェ・そなえる



高齢期の暮らし全般のことを話し合います。介護費用、高齢者住宅、相続、不動産など将来への「備え」を、介護・司法・住宅・福祉のプロと一緒に考えましょう。



▼スペース「ラミヨ」（五本木1丁目）  
▼第4水曜日 2時～4時



# NPO本部 Dカフェ・ラミヨ

Dカフェ発祥の場。認知症カフェのスタンダード。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。



- ▼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



赤・青の  
ストライプ  
が目印

創作認知症落語

緑に囲まれた老人ホーム

## Dカフェ・目黒不動

林試の森と目黒不動の緑に包まれて、ゆったりした時間が流れます。ダイニングで休息のひとときを。



- ▼ソナーレ目黒不動前(下目黒5丁目)
- ▼第2木曜日 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

アライブホームと下馬6丁目町会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



# 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

問い合わせ Dカフェnet 03-3719-5592

担当：田邊 090-5527-0959

▼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



東京医療センター

## Dカフェ・東が丘

新型コロナ感染予防のため、下記の臨時会場に東京医療センターのスタッフが出向き、交流します。  
問い合わせ

Dカフェnet 03-3719-5592

担当：田邊 090-5527-0959



▼臨時会場 八雲住区センター（八雲1-10-5）

▼第2水曜日 2時～4時

三宿病院

## Dカフェ・せらびあ

新型コロナ感染予防のため、限定開催しています。必ず電話でお申し込みください。

問い合わせ・申し込み先

Dカフェnet 03-3719-5592

担当：田邊 090-5527-0959



▼三宿病院3階（上目黒5丁目）

▼第2金曜日 2時～3時

厚生中央病院

# Dカフェ・さんま

新型コロナ感染予防のため、開催見合わせ中



町のしゃべり場

# Dカフェ・月光原

新型コロナ感染予防のため、開催見合わせ中



## 看護師と健康相談 Dカフェ・まちかど保健室

新型コロナ感染予防のため、原則オンライン開催です。  
電話でお問い合わせください。  
問い合わせ・申し込み先  
Dカフェnet 03-3719-5592  
訪問看護STORY <https://kango-story.com>





# 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  
介護・医療・生活の専門家をゲス  
トに迎え交流を深めています。

▼スペース「ラミヨ」  
(五本木1丁目)  
▼第2土曜日 2時～4時



井藤佳恵さん：テーマは「エンドオブライフケア」

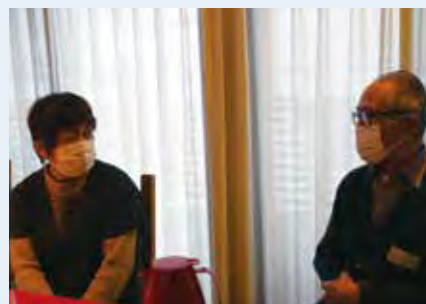
- ①石川麗子さんには“グリーフ（悲嘆）ケア”の基礎を学びました。
- ②平 万里子さんは入浴サービス付き短時間デイの実践者です。
- ③小石恵美子さんはベテランのケアマネさん。現場の事例をたっぷり聞きました。
- ④大井玄さんからは相依相関という世界観について学びました。
- ⑤石井洋介さんは「日本うんこ学会」の主宰者。排泄トラブルのアレコレを聞きました。



①街のイスキア 石川麗子さん



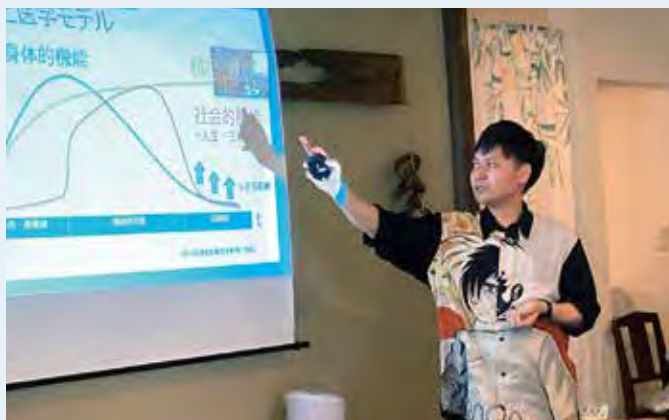
②ふろりは目黒 平 万里子さん



③おてんとうさま 小石恵美子さん



④看取り医 大井玄さん



⑤うちの診療所 石井洋介さん

◆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8日	5月13日	6月10日	7月8日	8月12日	9月9日
訪問マッサージ 岡野隆一	ワーカーズ結の会 中下大樹	爪切り屋 佐々木宏美	デイ・ソラノイロ 野口大輔	エンドオブライフケア 井藤佳恵	ニチイケア 児玉香名子





## 高齢者への訪問診療をしています

今回よりこのコラムを担当する、宝山クリニックの渋井総朗です。当院は常勤である精神科専門医（筆者）が24時間対応を担う在宅療養支援診療所で、主に「高齢者」の「通院困難」な方に対して訪問診療を行っています。

以前の職場でも通院困難な高齢者の家族相談を受けていましたが、ご本人を診察してみないと分からないことが多いため、直接診に行きたいという衝動が日に日に強まっていました。また、ご高齢者は若い人に比べ薬剤の反応に敏感で、不適切な薬を服用すれば具合が悪くなりやす。その薬を抜くだけで劇的に症状が改善することもしばしば体験していました。薬を抜くだけで名医と崇められるなら、何とおいしい商売だろうとの下心から、さまざまなご縁もあり、祐天寺にクリニックを開設しました。

当院のメインはご高齢者への訪問診療です。私自身の体力の問題もあり、ニーズがあるのは重々承知していますが、若い方のひきこもり等には原則対応していません。訪問診療をやっていますと「病院に行くのは嫌だけど、来てくれるなら（診察受けても）ええよ」というご本人の嬉しい声を聞きます。また、ご家族から「ものすごく興奮しますよ」と注意喚起されていたおじいちゃん、とても礼儀正しく迎えてくれご家族もびつくり、などのケースに遭遇することもあります。

玄関先で罵倒されることもあります。お宅がとんでもなくゴミ屋敷だったりすることもあります。多少は慣れましたが、大量の虫が床や壁を這っていたり宙を飛んでいる部屋には、未だに若干の抵抗があります。そんな時には、晩酌をしながら自分の気持ちを慰めています。開設当初から当院周囲の複数の飲食

店の方々には大変お世話になっており、この場を借りて御礼申し上げます。

当院は、ひっそりとした路地裏でカウンターだけの「一見さんお断り」、でもつまみ酒と肴を出す小料理屋、というイメージで開業しました。このイメージに共感できましたら、まずは有資格者の方からお電話をいただけるかと大変助かります。今後ともよろしくお願い申し上げます。



渋井総朗（しぶい・ふさろう）さん

宝山クリニック院長。認知症に深い見識を持つ精神科専門医。頼りになる訪問診療のお医者さんです。

# 認知症ダイアログ

## [リロケーション・ダメージ]

認知症の人が異なる環境に身を置くと、状況変化を受け入れられず、心身・行動に異常を見せること

### 転居やホームの入居

一人暮らしの老親を自宅に引き取る、老人ホームに入居させる、リロケーション・ダメージが出やすい場面です。「お母さんが心配だから」「とっても安心なホームだから」といった“説明・説得”は、認知症の人には効きません。「もう家に帰れない!」という気持ちを募らせるばかりになります。

### 初めてのデイサービス

デイサービスの導入時にも要注意!

何人もの知らない人たちと、クルマで、知らない場所に連れて来られた。ここは何なんだ! 不安になります。着いたとたんに「家に帰る」と出て行こうとする人は珍しくありません。でも鍵がかかっている出られない……。この「帰宅願望」の対応は専門職にとっても非常にむずかしいのです。



### 入院期間中

身体合併症（ケガや病気）で入院。  
最もリロケーション・ダメージが出やすいケースです。毎日の帰宅願望に加え、  
・夜間せん妄（意識障害）で大声を出す  
・点滴の管を抜こうとする  
・トイレに行こうとベッドから降りようとする（骨折入院なのに）  
などなど。

病院側から「生命の保護」を理由にベッドや車椅子に拘束され、廃用症候群（心身の機能低下）になることもあります。

□ □ □

リロケーション・ダメージのものは心の不安です。その気持ちを察して、その不安にうまく対応していくと、徐々に環境になじんでいってもらえます。施設や病院のスタッフにも協力してもらってください。

家族が、病院やホームを訪れ帰宅する際も、「今日はこれで帰ります」と言わずに、「ちょっとそこまで買い物に。また後で」などと声掛けすると効果的です。「帰る」という言葉にはとても敏感ですからね。嘘も方便。笑顔も忘れずに。



『わが父の記』

アルツハイマーに最初に気づくのは本人だと言われますが、私もその通りだと思います。記憶がすっかり抜けてしまう感覚は過去のいかなる経験とも異なりません。あえて言えば、お酒を飲みすぎた翌日、前の晩の記憶がすっぽり抜けている感じに近いと思います。二日酔いのズキズキする頭で、不安になったり後悔したり……。「飲み過ぎたから仕方ない」、その言い訳が認知症では通用しません。

認知症の診察では、お断りした上で「今日、何月何日ですか？」など聞きます。この際にいつも心に留めて

いるのが、井上靖さんの小説『わが母の記』の一節です。井上さんは、母親が「失われた記憶の中から何かを引き出そうとする」行為は、「それこそ雪の落ちている凍った沼の中から、そこに沈んでいる木片の束でも引き張り出すような作業」と書いています。私もまさにその通り！と言いたい。記憶力を試すような質問は苦痛を強いる。これは頭にとどめておくべきです。外来で「今日は検査、しないんですか？」と家族から聞かれることがありますが、この質問は本人のためというより、家族の不安な気持ちから出ていることも多いように思

います。普段接している家族が、認知症が少し進行したと思うなら、ほぼ間違いはありません。大切なことは確認を求めようとするのではなく、それを受け入れる気持ちの大きさをもつことではないでしょうか。

年末、大分から私の両親が上京して来ました。大晦日、散歩がてら父（87）を近くの銭湯に連れて行こうと一緒に家を出ました。ふと気づくと、私はずんずん先を歩いてしまい、父を置き去りにすること数回。何

とか銭湯に到着し湯船に浸かっていると、父が「俺のタオルは？」と聞きます。銭湯でタオルの紛失は面倒臭いです。私は洗い場に帰ったりしますが見当たりません。おかしいなと思っていると、黒湯の下からタオルが浮かんできました。「持ち込んだらダメだよっ！」

ダメだよっ！

ダメだよっ！

ダメだよ……

私の声が銭湯にこだまします。言うは易し行は難し、でした。



新里和弘（にいざと・かずひろ）さん

都立病院機構松沢病院精神科 リハビリテーション科。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。



# イケてる！ タイムトラベラーばーちゃん



※パーティは昔の記憶です。



青山ゆずこ 25歳で認知症の祖父母と同居し、介護と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/>





# 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」  
<https://d-cafe.kazekusa.jp/> TEL 03-3719-5592

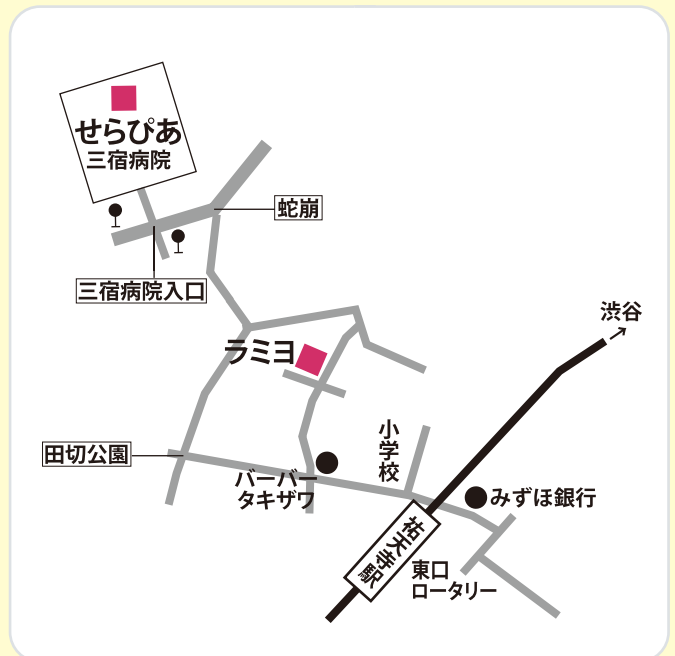


**D ラミヨ** スペース「ラミヨ」  
 第2土曜 2時～4時  
 「ゲストを囲んで」(要予約)  
 第2日曜 / 第4土曜 1時～4時

**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

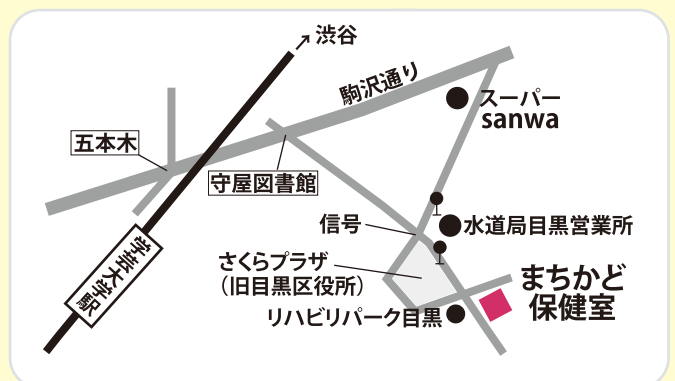
スペース「ラミヨ」 <東横線 祐天寺駅>  
 目黒区五本木1-5-11



**D せらぴあ**  
 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



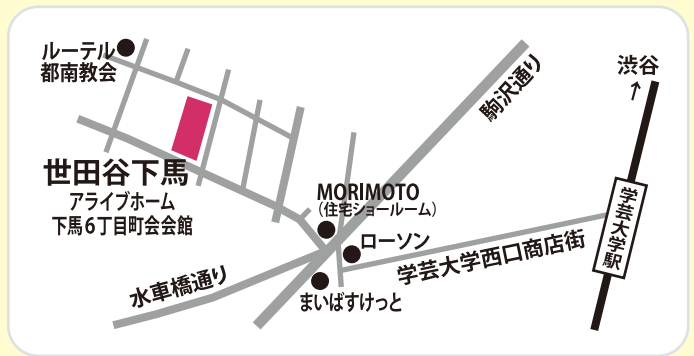
**D まちかど保健室**  
 目黒区中町2-31-10 訪問看護STORY  
 第4月曜 12時～2時  
 ●バス停：水道局目黒営業所前  
 (目黒駅～三軒茶屋駅 / 渋谷駅東口～洗足駅)





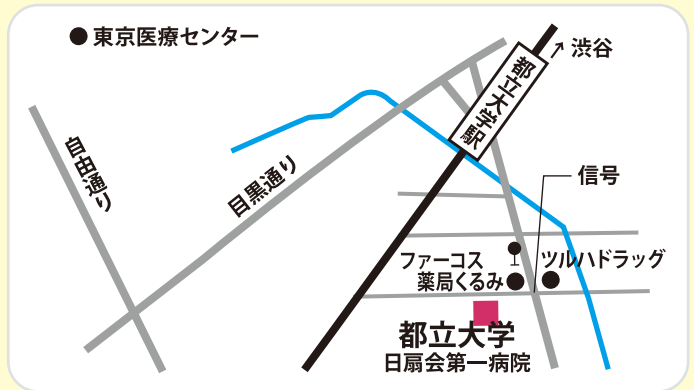
## 世田谷下馬

世田谷区下馬6-29-22  
ア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＞



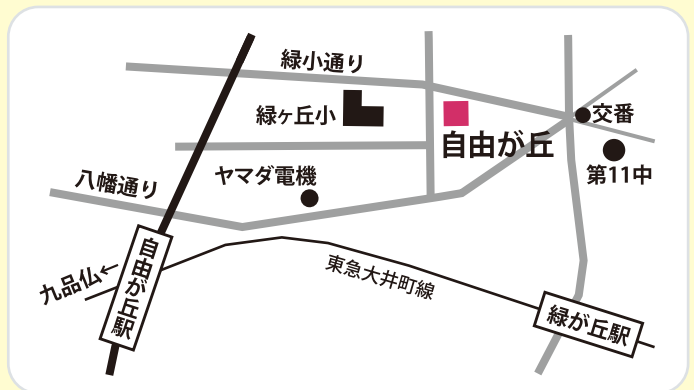
## 都立大学

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 オーナーズテラス自由が丘  
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)



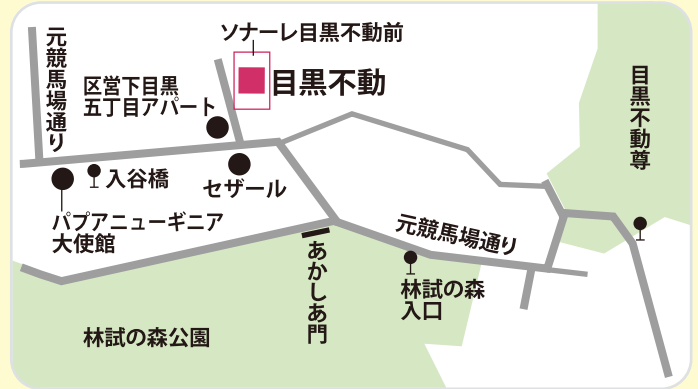
## 目黒不動

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)



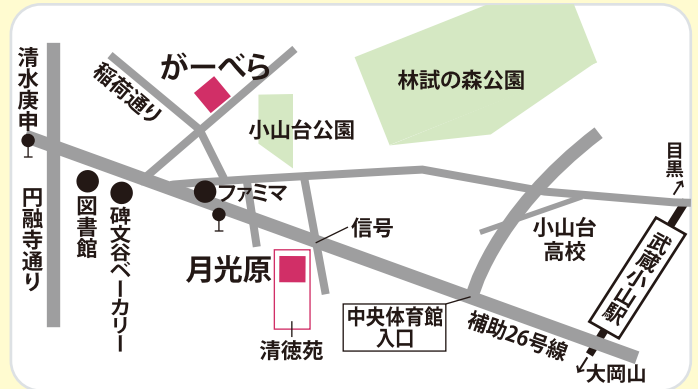
## 月光原

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))



## ガーベラ

目黒区目黒本町1-6-11 ほっとサロン

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

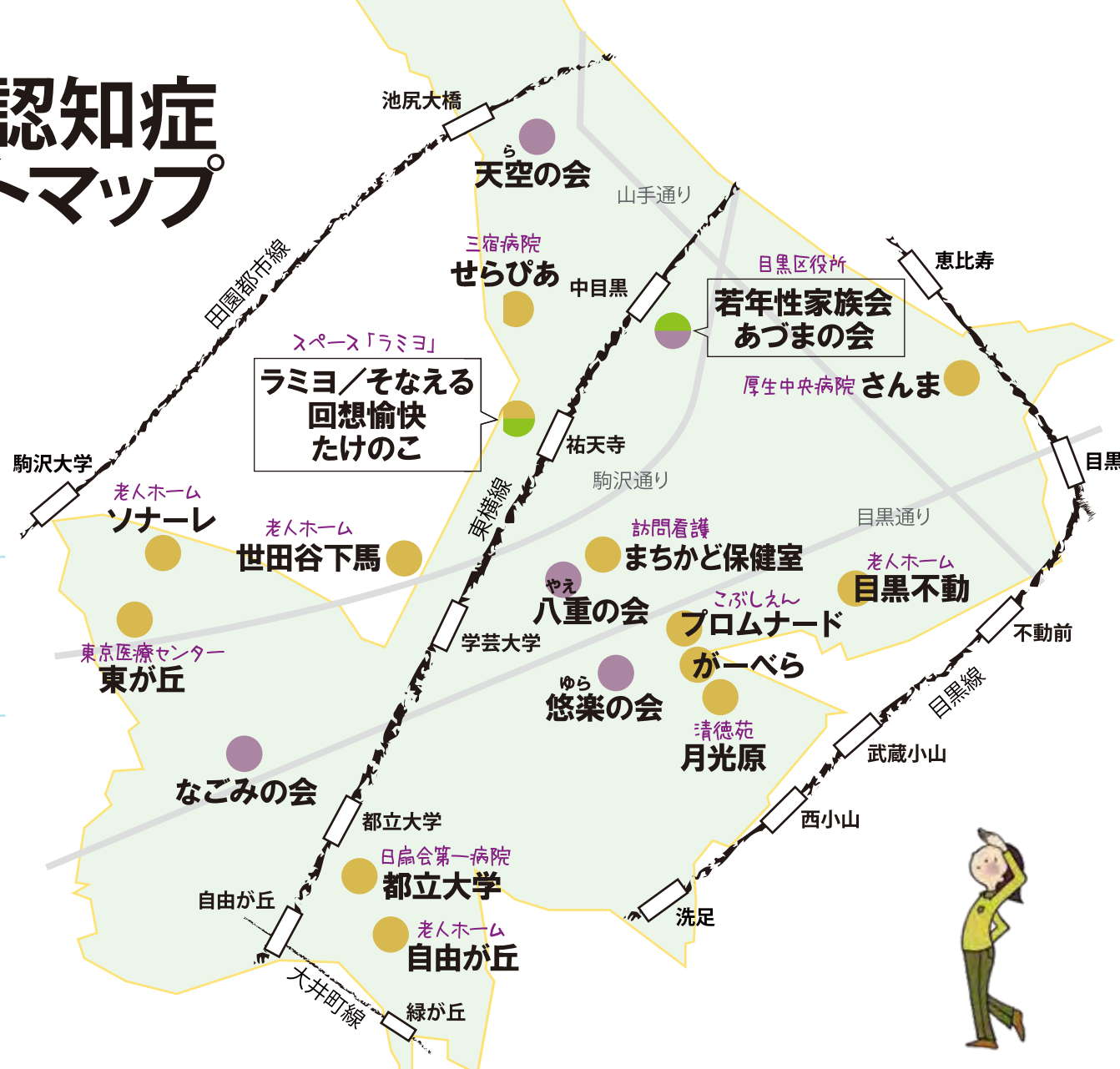
目黒区三田1-11-7 厚生中央病院3階

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>



# めぐろ認知症サポートマップ



## 介護者の会

- 天空(そら)の会**  
どこ：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**  
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：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**  
どこ：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**  
どこ：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 2023年4月～9月

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	連絡先
ラミヨ	8(土)9(日)22(土)	13(土)14(日)27(土)	10(土)11(日)24(土)	8(土)9(日)22(土)	12(土)13(日)26(土)	9(土)10(日)	NPO「Dカフェnet」 03-3719-5592 d-cafe@kazekusa.jp
そなえる	26(水)	24(水)	28(水)	26(水)	23(水)	27(水)	
回想愉快	10(月)	8(月)	12(月)	10(月)	14(月)	11(月)	
せらびあ	14(金)	12(金)	9(金)	14(金)	-	8(金)	
まちかど保健室	24(月)	22(月)	26(月)	24(月)	28(月)	25(月)	
世田谷下馬	16(日)	21(日)	18(日)	16(日)	20(日)	17(日)	
都立大学	15(土)	20(土)	17(土)	15(土)	19(土)	16(土)	
自由が丘	19(水)	17(水)	21(水)	19(水)	16(水)	20(水)	
東が丘	12(水)	10(水)	14(水)	12(水)	9(水)	13(水)	
ソナーレ	15(土)	20(土)	17(土)	15(土)	19(土)	16(土)	
目黒不動	13(木)	11(木)	8(木)	13(木)	10(木)	14(木)	
月光原	コロナ対応のため、今しばらく開催を見合わせます						
がーべら	20(木)	18(木)	15(木)	20(木)	17(木)	21(木)	
プロムナード	23(日)	28(日)	25(日)	23(日)	27(日)	24(日)	
さんま	コロナ対応のため、今しばらく開催を見合わせます						
家族会							
認知症家族会 たけのこ	8(土)	13(土)	10(土)	8(土)	12(土)	9(土)	03-3719-5527
若年性認知症家族会	25(火)	-	29(木)	-	28(月)	-	03-5722-9702 目黒区福祉総合課
介護者の会							
天空(そら)の会	13(木)	11(木)	8(木)	13(木)	10(木)	14(木)	03-5428-6891 北部包括支援センター
あづまの会	19(水)	17(水)	21(水)	19(水)	16(水)	20(水)	03-5724-8030 東部包括支援センター
なごみの会	20(木)	18(木)	15(木)	20(木)	17(木)	21(木)	03-5701-7244 西部包括支援センター
悠楽(ゆら)の会	26(水)	24(水)	28(水)	26(水)	23(水)	27(水)	03-5724-8033 南部包括支援センター
八重(やえ)の会	27(木)	25(木)	22(木)	27(木)	24(木)	28(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、必ず確認のお電話を！



Dカフェ 本人・家族ほか誰でも参加できます  
https://d-cafe.kazekusa.jp/

- ラミヨ** 祐天寺駅  
どこ：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  
どこ：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  
どこ：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  
どこ：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  
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 アライブホーム  
いつ：第3日曜 2時～4時
- 都立大学** 都立大学駅  
どこ：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  
どこ：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  
どこ：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  
どこ：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  
どこ：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  
どこ：目黒本町4-2-1 清徳苑ホーム1階  
いつ：第1日曜 2時半～4時
- がーべら** 武蔵小山駅 バス：清水庚申  
どこ：目黒本町1-6-11 ほっとサロン  
いつ：第3木曜 2時～4時
- プロムナード** バス：清水  
どこ：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  
どこ：三田1-11-7 厚生中央病院3階  
いつ：第3金曜 2時～4時

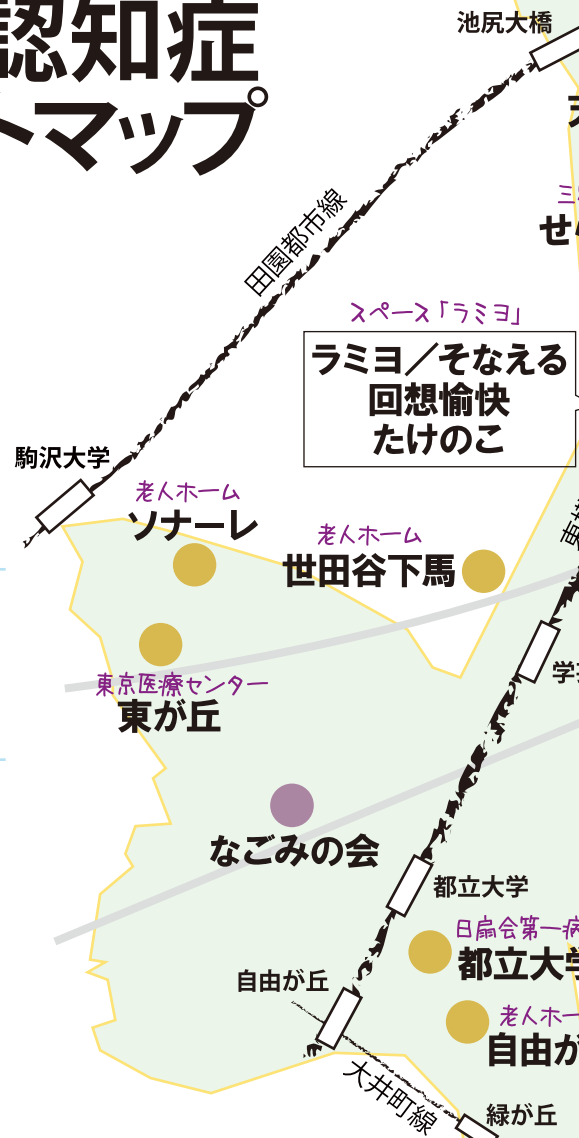
## 家族会

- 目黒認知症家族会 たけのこ**  
どこ：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**  
どこ：目黒区役所会議室  
いつ：不定期 2時～3時半





# めぐろ認知症サポートマップ



## 介護者の会

### 天空(そら)の会

どこ：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

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：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

どこ：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

どこ：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 2023年4月～9月

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	
D カ フェ	ラミヨ	8(土)9(日)22(土)	13(土)14(日)27(土)	10(土)11(日)24(土)	8(土)9(日)22(土)	12(土)13(日)26(土)	9(土)10(日)
	そなえる	26(水)	24(水)	28(水)	26(水)	23(水)	27(水)
	回想愉快	10(月)	8(月)	12(月)	10(月)	14(月)	11(月)
	せらびあ	14(金)	12(金)	9(金)	14(金)	-	8(金)
	まちかど保健室	24(月)	22(月)	26(月)	24(月)	28(月)	25(月)
	世田谷下馬	16(日)	21(日)	18(日)	16(日)	20(日)	17(日)
	都立大学	15(土)	20(土)	17(土)	15(土)	19(土)	16(土)
	自由が丘	19(水)	17(水)	21(水)	19(水)	16(水)	20(水)
	東が丘	12(水)	10(水)	14(水)	12(水)	9(水)	13(水)
	ソナーレ	15(土)	20(土)	17(土)	15(土)	19(土)	16(土)
目黒不動	13(木)	11(木)	8(木)	13(木)	10(木)	14(木)	
月光原		コロナ対応のため、今しばらく開催を見合わせます					
がーべら	20(木)	18(木)	15(木)	20(木)	17(木)	21(木)	
プロムナード	23(日)	28(日)	25(日)	23(日)	27(日)	24(日)	
さんま		コロナ対応のため、今しばらく開催を見合わせます					
家 族 会	認知症家族会 たけのこ	8(土)	13(土)	10(土)	8(土)	12(土)	9(土)
	若年性認知症家族会	25(火)	-	29(木)	-	28(月)	-
介 護 者 の 会	天空(そら)の会	13(木)	11(木)	8(木)	13(木)	10(木)	14(木)
	あづまの会	19(水)	17(水)	21(水)	19(水)	16(水)	20(水)
	なごみの会	20(木)	18(木)	15(木)	20(木)	17(木)	21(木)
	悠楽(ゆら)の会	26(水)	24(水)	28(水)	26(水)	23(水)	27(水)
	八重(やえ)の会	27(木)	25(木)	22(木)	27(木)	24(木)	28(木)



## 第4回 めぐる『認知症を語ろう』ミーティング開催

第4回めぐろ『認知症を語ろう』ミーティング（目黒区共催）を開催しました。従来のように目黒区総合庁舎で一括して行うことができず、日程を2回に分けました。

第1部 フォーラム「認知症という病気を知る」  
2022年10月30日 中目黒GTプラザホール

第2部 認知症個別相談会  
11月13日 目黒区総合庁舎2階会議室

10月30日のフォーラムの登壇者は4人。  
橋本昌也さん（ふくろうクリニック自由が丘）  
新里和弘さん（都立松沢病院）  
豊田公子さん（南部包括支援センター）  
目黒区介護事業者連絡会・佐藤睦子さんの  
司会による、90分間のセッションでした。

11月13日の個別相談会には8組が訪れました。三宿病院の清塚鉄人さん、東京共済病院の齋藤正明さん、宝山クリニックの渋井総朗さんと区のソーシャルワーカーが相談に当たりました。



フォーラム「認知症という病気を知る」



橋本昌也さんの解説「脳血管性認知症」



左から佐藤さん、橋本さん、新里さん、豊田さん





## アルツハイマー認知症は「ウイルス感染症」？

アルツハイマー認知症は、加齢とともに増え、認知症の7割を占めます。脳に現れる病理変化は、程度の差こそあれ、正常な脳にも加齢に伴いみられるものです。したがって、それは、加齢に伴う変性疾患と考える人が多い。しかし近年、アルツハイマー認知症はウイルス感染により起こるといふ説が注目されるようになりました。(松下哲著『認知症のブレインサイエンスとケア』アルツハイマー認知症は抗ウイルス薬で予防できる』かまくら春秋社、2021年)

### パラダイム転換

医学の歴史では、病気の解釈が原理的に変わることはありません。当然、予防や治療法もがらりと変わります。これをトマス・クーンはパラダイム転換と呼びました。

たとえば、19世紀半ばコレラが英国で流行したとき、同病は瘴気(ミiasm)・悪い空気)による伝染だと考えられていました。しかし外科医ジョン・スノウは、ある水道会社Aの水道を利用する人たちに患者が多いのを見て、当局にその水道利用を禁止させ、患者は激

減しました。

次に水道会社Bの利用者には患者がほとんどいないのを見て、AとBのテムズ川からの取水口のの違いに注目します。Bの取水口は上流にあるのに、Aの取水口は下流にありました。彼は両取水口の間、コレラの病原体を含む汚水が流れ込んでいると推論しました。コレラ菌が発見される30年も前です。

### ウイルス感染説疫学的証拠

アルツハイマー認知症では、スノウがみたような疫学的知見は、人口の99・9%が国民健康保険に加入している台湾で観察されました。同国では2004年にカルテを電子化し、病歴を健康保険証のICチップに入れ、疫学調査を確実にしました。

2018年、台湾のツェングラは、単純ヘルペスウイルスHSV感染がアルツハイマー認知症を起し、抗ウイルス薬で治療しておくと発症予防できるという報告を発表しました。それは50歳以上の健康保険加入者約3万3千人の11年間の追跡調査です。新たなヘルペス感染者がアルツハイマー認知症を発症するリスクは、非感染者に比べ、ハザード比にして2・74倍になるといふものでした。しかしヘルペス感染後、抗ウイルス薬を投与されると、アルツハイマー病が大部分を占める認知症になるリスクは、十分の一以下に減りました。HSVが根絶されたと考えられます。抗ウイルス薬は、安価で、有効にみえます。

パラダイム転換になるでしょうか。

### 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。



## 困難ケースには、 チームアプローチ

「80・50問題」「セルフネグレクト」といった困難なケースに、どう向き合えばいいかのお話です。

こうしたケースには介護保険以外に生活保護・障害・児童相談所など、幅広い部門との連携が必要です。ケアマネだけで立ち向かうと疲弊し、無力感に襲われることとなります。「ミイラ取りがミイラに」ならないよう、負のループに巻き込

まれないよう、「チームアプローチ」が必要なのです。私たちの提案に、当事者が素直に応じるなんてことはあるわけもなく……。そもそも当事者たちが抱えている生きづらさは、抱えてしまった障がいや疾患によるところにあり、解決しようとするほどどこじれてしまいやすい傾向にあります。でも放つてもおけないじゃあどうするの？ 種を蒔きます。いろんな種を。情報、人材や言葉、食事や日用品といったモノ……。

「種まき」のタイミンが回数も重要です。ケアマネだけでなくチームの構成員が必要な時にさまざまな方法で種まきをします。そして、それを常に共有し、芽を出すか、花を咲かすか、実を結ぶか、見守ります。全く成果がないことも次へのアプローチのために貴重な情報になります。速攻性のある効果的な支援は「絶対ない！」と腹をくくり、根気よく積極的、な静観をしながら、少しの動きや傾きを見逃さないことが大事なんだと思っています。

孤立してしまっていることが多いこうしたケースに、1人だけで向き合うとケアマネ自身の孤立・孤独を生みかねません。私自身が息切れし孤立しないよう、伴走してくれる仲間をしっかりとつくり、当事者から「ケアマネ交代して欲しい」という声が聞こえない限り、関わり続けることが重要だ、と思っています。提案に乗る気配は一向にないもの、関わりが切れると「見放された」と感じてしまう繊細な方も多いのです。傷つきやすく、治す術を知らずにいる人たちなんだということを忘れないようにしています。

ケアマネは介護保険のエキスパートですが、こうした「困難ケース」に関わることで、介護保険以外の制度・社会保障を学ぶ機会を得て成長していくことができます。さまざまな分野の専門家と仲間になることで、新たな知識を得、コミュニケーション内の輪を広げることができるようになるのです。

次回「認知症の介護にとつて大切なこと」をお伝えします。



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屬。



## トリプル介護の記録④ 上枝珠美

2019年、父の術後のケアで介護休暇を取っていた頃、大阪で一人暮らしをしていた母の一つ下の叔父が、グループホームに母を訪ねてくれました。母の顔を見ると、とんぼ返り。叔父には子供がなく、2年ほど前に叔母を亡くし、自身も肺がんを患っていました。

叔父のことが気になり、その後も時々連絡していましたが、私が定年退職した20年10月頃、叔父から電話がありました。近況を聞くと、抗がん剤治療はこれ以上受けられないので、いずれは緩和ケア病棟に入院とのことでした。

大阪に叔父を訪ねました。以前より痩せ、歩くと呼吸が荒くなるようでしたが、福祉には頼らずマイペースで生活していました。月に一度、様子を見

に行くことにしました。

12月には叔父の主治医に会うことができず、主治医は、叔父が私を姪だと紹介した途端、「ああ、良かった。一人暮らしだから心配していたのです」と言ってくれました。愛媛に連れて帰り、緩和ケアのある病院に入院させたいと話すと「何でも協力するよ」と、おっしゃってくださいました。

両親と姉、3人の介護状態の私にできることは、何だろうか？

母の主治医などにも相談し、まずは叔父に愛媛のサービス付き高齢者住宅や緩和ケアの病院を見学してもらうことにしました。しかし、コロナ禍で、病院も施設も、県外からの人には2週間の待機期間が必要だということでした。

叔父には2週間、私のマンションで過ごしてもらい、大阪の病院と連携しつつ、愛媛の病院を受診できる日を待ちました。

その受診日、私だけが呼ばれた部屋で、叔父の容態から、「今日、今からでも緩和ケア病棟に入院しても良い」と言われました。でも、その日はクリスマス。年末年始も一緒に過ごしたいと申し出て、一緒に帰りました。

まだ時間があると思っていました。その間、サービス付き高齢者住宅でゆったり過ごしてもらい、緩和ケア病棟入院の日を待つつもりでした。

でも、叔父の肺がんは、末期になっていたのです……。



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。



# “快”護の知恵袋

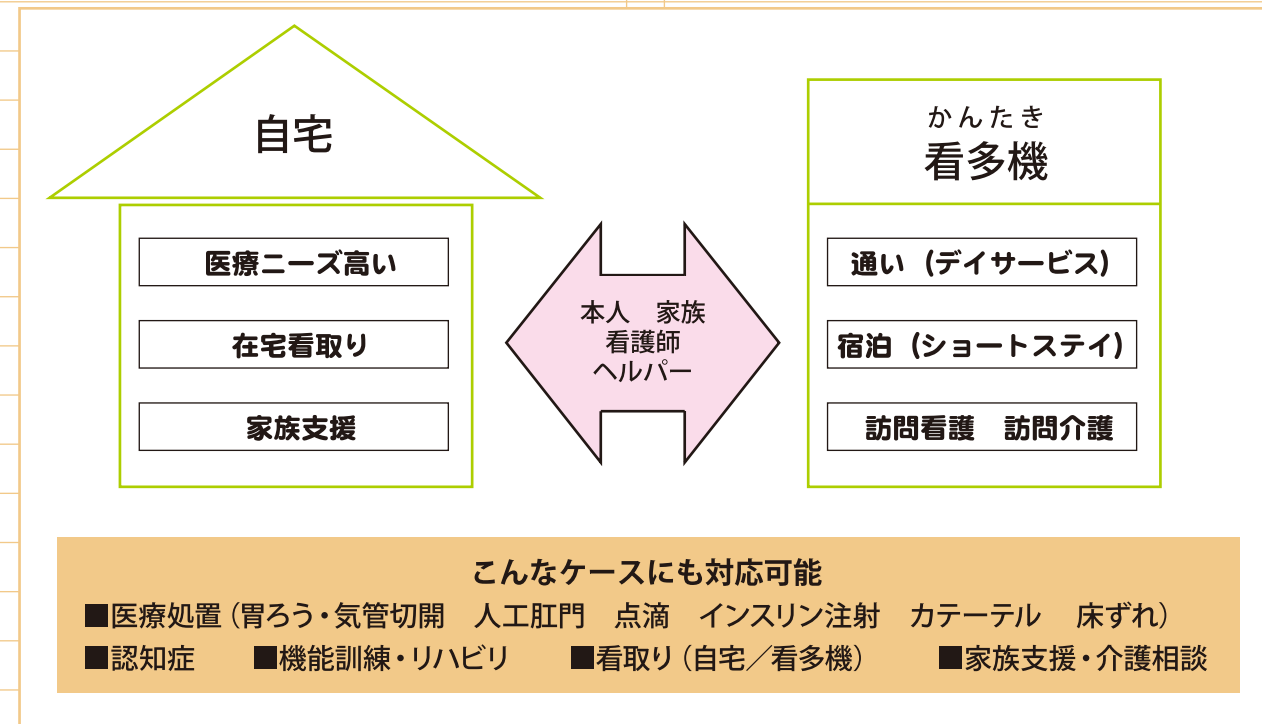
介護ライフを充実させる“お役立ち情報”

特集

## かんたき 看多機

看護・介護複合型の24時間多機能サービス

看多機（看護小規模多機能型居宅介護）は、前号で紹介した「小多機（しょうたき）」の進化形サービスです。デイサービス、ショートステイ、訪問介護に加え、ホーム専従の看護師による「訪問看護」を受けることができます。



### 24時間 365日稼働 医療・介護連携型サービス

看多機は要介護 1 から使えます。退院後の病状が不安定な時期、あるいはがん末期など看取り期の在宅生活を、主治医や医療機関と連携し、介護と看護の一体的な態勢で支援する「複合型のサービス」

です。 家族の負担を軽減するためレスパイト（休息）や介護相談にも専属のケアマネジャーが丁寧に対応してくれます。1つの事業所（ホーム）で、なじみの職員に連続性のあるケアをしてもらえるので、環境の変化に敏感な認知症の人にも安心です。

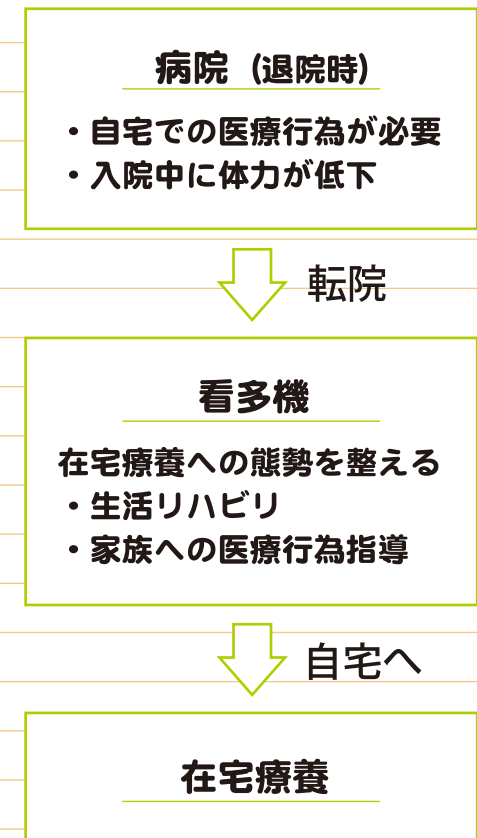
### 定員は 29 名以下 料金は定額制

看多機は登録制で定員 29 名以下。デイサービスの利用定員は 1 日 18 名以下、また宿泊定員は 9 名以下と定められています。利用料金は定額制で、1 割負担の場合、ひと月 11,173 円（要介護 1）～ 31,293 円（要介護 5）です。＊居住形態により差 月額料金とは別に、食事代（一食 400 円～700 円程度）と宿泊費用（一泊 2,000 円～5,000 円程度）が必要です。「高額療養費制度」を利用すれば、年齢・所得に応じて定められている上限額を越えた額の医療費が支給されます。

### 「退院→自宅」の過程で 看多機を上手に活用する

入院中にコロナ感染対策上の厳しい行動制限などで、自立歩行やえん下（のみこみ）・摂食に問題が出てしまった、このまま退院しても日常生活に支障が……。 そんな時には看多機で、医療職の指導のもと 1 カ月ほどリハビリや身体諸機能の回復に取り組み、復調した時点で自宅へ戻るというやり方をおススメします。 退院のめどがいたら、病院のソーシャルワーカー、ケアマネジャー、地域包括のスタッフなどで「担当者会議（カンフ

アレンス）」を開いてもらい、自宅療養へ向けての行動計画を立てましょう。その際、看多機も選択肢のひとつとして検討してみましょう。



看多機利用の際は従来のケアマネジャーに代わりホーム専従のケアマネジャーがケアプランを策定することになります。しかし、その間も今までのケアマネジャーさんとの相談は継続できますので、適宜アドバイスを求めるのが良いでしょう。



## 定員は 29 名以下 料金は定額制

看多機は登録制で定員 29 名以下。デイサービスの利用定員は 1 日 18 名以下、また宿泊定員は 9 名以下と定められています。利用料金は定額制で、1 割負担の場合、ひと月 11,173 円（要介護 1）～ 31,293 円（要介護 5）です。※居住形態により差

月額料金とは別に、食事代（一食 400 円～700 円程度）と宿泊費用（一泊 2,000 円～5,000 円程度）が必要です。「高額療養費制度」を利用すれば、年齢・所得に応じて定められている上限額を越えた額の医療費が支給されます。

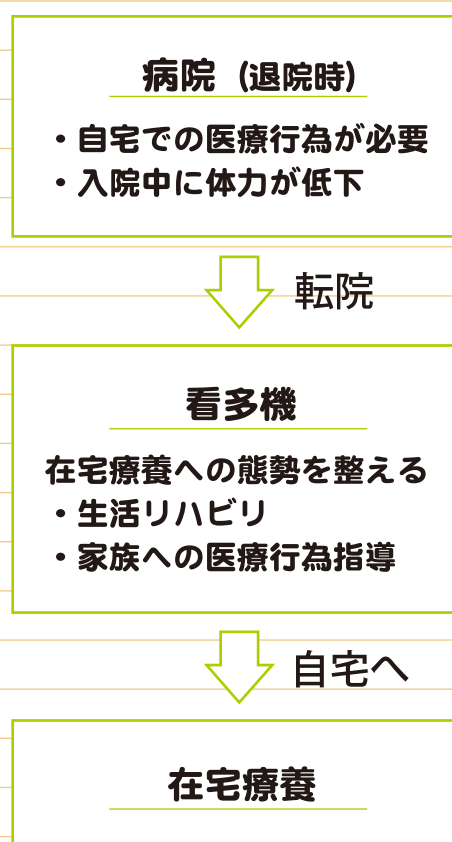
## 「退院→自宅」の過程で 看多機を上手に活用する

入院中にコロナ感染対策上の厳しい行動制限などで、自立歩行やえん下（のみこみ）・摂食に問題が出てしまった、このまま退院しても日常生活に支障が……。

そんな時には看多機で、医療職の指導のもと 1 カ月ほどリハビリや身体諸機能の回復に取り組み、復調した時点で自宅へ戻るというやり方をおすすめします。

退院のめどがいたら、病院のソーシャルワーカー、ケアマネジャー、地域包括のスタッフなどで「担当者会議（カンフ

アレンス)」を開いてもらい、自宅療養へ向けての行動計画を立てましょう。その際、看多機も選択肢のひとつとして検討してみましょう。



看多機利用の際は従来のケアマネジャーに代わりホーム専従のケアマネジャーがケアプランを策定することになります。しかし、その間も今までのケアマネジャーさんとの相談は継続できますので、適宜アドバイスを求めるのが良いでしょう。



# “快”護の知恵袋

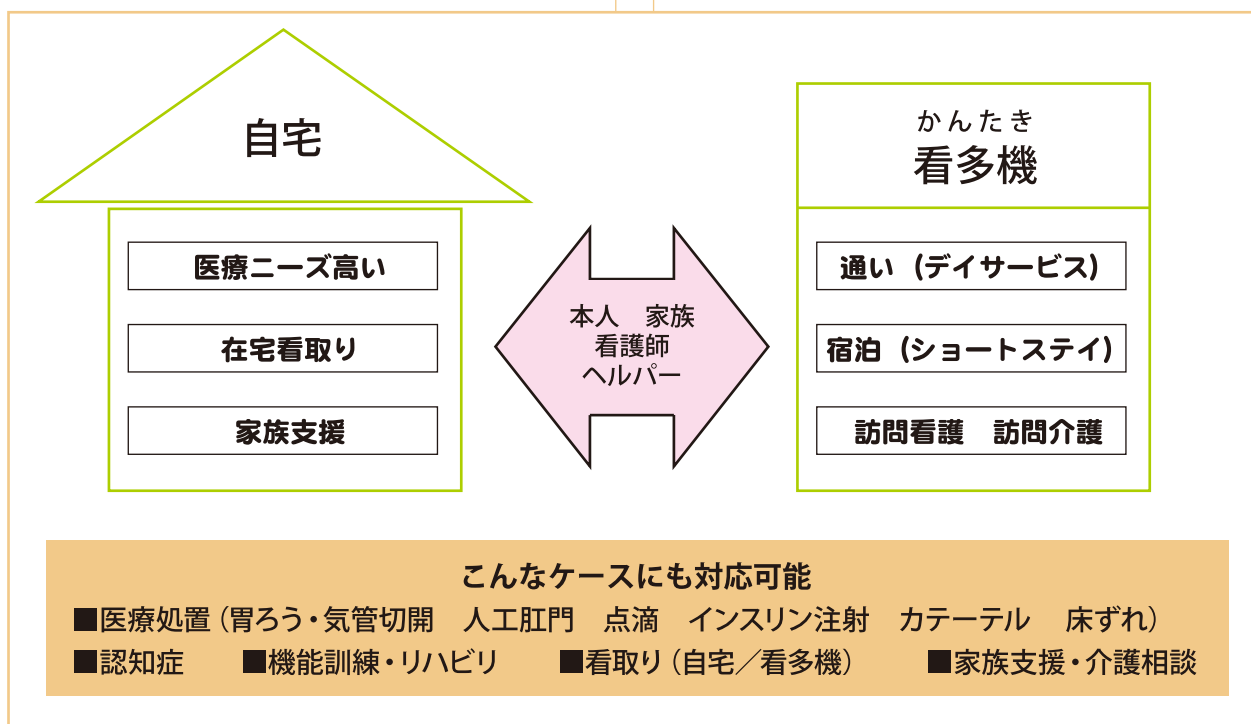
介護ライフを充実させる“お役立ち情報”

特集

かんたき  
**看多機**

看護・介護複合型の24時間多機能サービス

看多機（看護小規模多機能型居宅介護）は、前号で紹介した「小多機（しょうたき）」の進化形サービスです。デイサービス、ショートステイ、訪問介護に加え、ホーム専従の看護師による「訪問看護」を受けることができます。



## 24時間 365日稼働 医療・介護連携型サービス

看多機は要介護 1 から使えます。退院後の病状が不安定な時期、あるいはがん末期など看取り期の在宅生活を、主治医や医療機関と連携し、介護と看護の一体的な態勢で支援する「複合型のサービス」

です。

家族の負担を軽減するためレスパイト（休息）や介護相談にも専属のケアマネジャーが丁寧に対応してくれます。1つの事業所（ホーム）で、なじみの職員に連続性のあるケアをしてもらえるので、環境の変化に敏感な認知症の人にも安心です。

# 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://がたん後見.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

## 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  
・キックマン株式会社  
・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ご確認を →





## 老人ホームの相談窓口



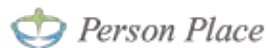
相談無料

### 「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

0120-834-818

〒158-0094

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

東京都世田谷区玉川3-36-12-302



創業150年の花屋がつくる  
お花いっぱい  
家族葬

大切な人へ  
ありがとうをお花に込めて

お迎えからお葬式、  
アフターサービスまでトータルサポート

終活から葬儀までがよくわかる  
パンフレットを無料で差し上げます

資料請求・事前相談・お見積もり・お葬式のご依頼はこちら

24時間  
365日

0120-06-3985



日比谷花壇のお葬式

## 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

## 在宅療養訪問鍼灸マッサージ



岡野隆一  
鍼灸マッサージ師  
柔道整復師



出張専門

あすラック整体鍼灸マッサージ  
(旧レイガーデン整体鍼灸マッサージ)

痛みや不安のない穏やかな療養生活を

通常の鍼灸・マッサージに加え、機能・動作訓練、がんや  
難病、認知症のケアにも力を入れています



大好きな目黒の街で、ご自宅や  
施設で、皆さまが安心して自分  
らしい人生を歩めるように支援  
します

神経難病 骨折の後遺症  
腰痛 関節リウマチ など

☎03-6555-3979

信金理事長インタビュー

# さわやか信用金庫誕生20周年を迎えて



さわやか信用金庫 篠 啓友さん

## 経営理念

さわやか信用金庫は  
地域に根ざし  
人々に寄り添い  
中小企業とともに歩みます。  
あらゆる課題に向き合い  
あらゆる変化に挑み  
明るい未来を創造します。

## 行動指針

私たちが大切にしたい  
「コンプライアンスと3つのS」  
COMPLIANCE (法令等の遵守)  
SOLUTION (課題の解決)  
SPIRIT (挑戦する心)  
SMILE (笑顔)

——さわやか信用金庫は2002年の合併から20周年を迎えられました。これまでの取り組みを踏まえ、今後どのような活動を展開していくのでしょうか。

篠 さわやか信用金庫となりましてから20年が経過しました。この間、地域の中小企業やお取引先を金融面からとことん支援することを通じて、地域金融機関としての役割を

果たすことを目指してまいりました。その基本精神を変えるつもりはありませんが、近年はお取引先の事業構造やニーズも大きく変化しています。当金

庫に求められる役割も金融面のみならず、お取引先の本業支援など幅広い分野に及んでいます。また、単に商品を開発するだけでなく、一先一先に対するオーダーメイドの

サービスがより重要性を高めています。今後、ますます加速するニーズの変化に対応するためには、役職員の認識の共有が必須であることから、20年ぶりに経営理念および行動指針を見直しました。

す。お客さまが認知症になると、預金の入出金はもちろん、賃貸不動産の修繕、建て替え、売却等の不動産の有効活用やそれに伴う金融機関からの借り入れができなくなります。その結果、賃貸不動産が老朽化し、空室が増えてしまうとキャッシュフローの悪化を招き、円滑な資産承継ができなくなる可能性があります。そうならないためには、認知症になる前に家族で将来の財産管理、資産の有効活用について話し合っていたく必要があります。

を提案しています。「さわやか 代理人指名サービス」にて安心感の供与を

——さわやか信用金庫独自の高齢者向けサービスについて教えてください。  
篠 お客さまとご家族の皆さまに人生100年時代を安心して暮らしていただくために、2022年4月より「さわやか 代理人指名サービス」の取り扱いを開始しております。内容は、ご本人様の認知・判断能力が低下し、医師に認知症と診断された際に、あらかじめ届けたい代理人的な方が預金手続きを行うことができるものです。詳しくは、当金庫窓口までお気軽にお問い合わせください。

## ご家族の皆さまの幸せのために

——昨今の高齢化問題について、さわやか信用金庫としてどのような取り組みを行っているのでしょうか。

篠 相続のご相談は年々増加しております。相続時の事前の対策、相続発生時の手続き、相続財産の承継など相談内容もさまざまとなっています。

——さわやか信用金庫独自の「さわやか 代理人指名サービス」の取り扱いを開始しております。内容は、ご本人様の認知・判断能力が低下し、医師に認知症と診断された際に、あらかじめ届けたい代理人的な方が預金手続きを行うことができるものです。詳しくは、当金庫窓口までお気軽にお問い合わせください。

——今日は貴重なお話をありがとうございました。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

また2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人は認知症になるといわれています。

信金理事長インタビュー

# さわやか信用金庫誕生20周年を迎えて



さわやか信用金庫 篠 啓友さん

## 経営理念

さわやか信用金庫は  
地域に根ざし  
人々に寄り添い  
中小企業とともに歩みます。  
あらゆる課題に向き合い  
あらゆる変化に挑み  
明るい未来を創造します。

## 行動指針

私たちが大切にしたい  
「コンプライアンスと3つのS」  
COMPLIANCE (法令等の遵守)  
SOLUTION (課題の解決)  
SPIRIT (挑戦する心)  
SMILE (笑顔)

——さわやか信用金庫は2002年の合併から20周年を迎えられました。これまでの取り組みを踏まえ、今後どのような活動を展開していくのでしょうか。

**篠** さわやか信用金庫となりました。この間、地域の中小企業やお取引先を金融面からとことん支援することを通じて、地域金融機関としての役割を

果たすことを目指してまいりました。その基本精神を変えるつもりはありませんが、近年はお取引先の事業構造やニーズも大きく変化しています。当金

庫に求められる役割も金融面のみならず、お取引先の本業支援など幅広い分野に及んでいます。また、単に商品を開発するだけでなく、一先一先に対するオーダーメイドの



サービスがより重要性を高め  
ています。今後、ますます加  
速するニーズの変化に対応す  
るためには、役職員の認識の  
共有が必須であることから、  
20年ぶりに経営理念および行  
動指針を見直しました。

## ご家族の皆さまの 幸せのために

——昨今の高齢化問題につい  
て、さわやか信用金庫として  
どのような取り組みを行って  
いるのでしょうか。

**篠** 相続のご相談は年々増加  
しております。相続時の事前  
の対策、相続発生時の手続き、  
相続財産の承継など相談内容  
もさまざまとなっています。  
また2025年には、65歳  
以上の高齢者の5人に1人は  
認知症になるといわれていま

す。お客さまが認知症になる

と、預金の出入金はもちろん、  
賃貸不動産の修繕、建て替え、  
売却等の不動産の有効活用や  
それに伴う金融機関からの借  
り入れができなくなります。

その結果、賃貸不動産が老朽  
化し、空室が増えてしまうと  
キャッシュフローの悪化を招  
き、円滑な資産承継ができな  
くなる可能性があります。そ  
うならないためには、認知症  
になる前に家族で将来の財産  
管理、資産の有効活用につい  
て話し合っていたりする必要が  
あります。

私たちが相続をはじめ、こ  
ういったご相談を受ける時に  
大切にしていることは、ご家  
族皆さまの幸せであります。  
当金庫では、ご家族皆さまの  
ご意向を確認し、ご家族の皆  
さまが幸せとなるような方法

をご提案しています。

## 「さわやか代理人指名 サービス」にて安心感 の供与を

——さわやか信用金庫独自の  
高齢者向けサービスについて  
教えてください。

**篠** お客さまとご家族の  
皆さまに人生100年時代を  
安心して暮らしていただくた  
めに、2022年4月より  
「さわやか代理人指名サービ  
ス」の取り扱いを開始してお  
ります。内容は、ご本人様の  
認知・判断能力が低下し、医  
師に認知症と診断された際に、  
あらかじめ届けいただいた  
代理人の方が預金手続きを行  
うことができるものです。詳  
しくは、当金庫窓口までお気  
軽にお問い合わせください。

## しんきん成年後見サポ ートと連携する

——家族信託は有効な相続対  
策であると思います。「しん  
きん成年後見サポート」との  
連携について教えてください。

**篠** 遺言や家族信託は相続・  
認知症対策の有効な手段と  
なっています。当金庫にご相  
談いただいたお客さまの相続  
対策等を円滑に進めるために、  
当金庫はしんきん成年後見サ  
ポートと連携し、事前の相続  
対策等の検討から契約書の締  
結までワンストップで行って  
います。

今後も、しんきん成年後見  
サポートと連携して、これら  
のニーズにお応えしてまいり  
ます。  
——今日は貴重なお話をあり  
がとうございました。

## 第2回「しんきん認知症フォーラム」

# 「認知症と暮らすための知恵」

□2022年11月2日

□城南信用金庫碑衾支店 3階

このフォーラムは一般社団法人しんきん  
成年後見サポートと連携して行っています。  
5月の城南信金目黒支店に続く第2弾です。

基調講演は東京都健康長寿医療センター・  
井藤佳恵さんの「認知症 はじめて講座」。

続いて西部包括支援センター認知症支援

コーディネーターの乙津暢子さんの「包括支  
援センター＝福祉のワンストップ相談窓口」の  
お話。

そのあと、包括やDカフェでの相談事例  
をもとに、パネルディスカッションを行い  
ました。

しんきんサポートの吉原毅さんからは認  
知症の人の権利擁護や介護家族の資産保全  
などの講演を聞きました。



パネルディスカッション



井藤佳恵さん



しんきんサポート・吉原毅さん



乙津暢子さん

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



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。

## 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>

体だけではなく、脳も鍛えるリハビリ型デイサービス

## [筋トレ] [脳トレ]のB&Bスタジオ

見学&無料体験  
随時受付中



**Body** (筋トレ)  
個別性の高いマシンプログラム

**Brain** (脳トレ)  
体を動かすゲーム感覚の脳トレ

B&Bスタジオ



●目黒本町店：目黒区目黒本町5-16-17 1階

●緑が丘店：目黒区緑が丘1-23-6 1階

お問合わせ：03-6452-3167 URL：<https://bbstudio.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

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**

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

**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



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



『ゆるゆらといたりきたり』  
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

小規模多機能型居宅介護とは？

ご自宅での生活を支援する介護サービスです。  
3つのサービスを組み合わせて柔軟な対応が可能です。



概要	ご本人 メリット	ご家族 メリット
日帰り施設利用 ご利用時間の調整可能	心身活性化 生活リズムを整える	ゆとりの時間確保
スタッフが ご自宅へ伺います	在宅生活の維持	在宅生活の維持
施設にて就寝 夜間ケア	健康管理	急な用事にも対応可能



詳しくはコチラ！

お気軽にご連絡ください。

職員募集中！Recruit！



(ゆっくりむら)

優つくり村



検索

<https://yukkurimura.net/>



03-5734-1643



東京都目黒区中央町2-32-23



megurochuo-syokibo@foryou.or.jp

看護師

ケアマネ

介護職

無資格  
未経験  
OK!



老人ホームより自由な  
新しいシニアの住まい方



経験豊富な専門スタッフが常駐  
夜も安心して過ごせます  
スタッフ手製のおいしい料理  
趣味講座のプログラムも多彩  
合唱・料理・書道など楽しめます

住宅型有料老人ホーム

# オーナーズテラス自由が丘

介護付シニア賃貸マンション

# オーナーズテラス自由が丘II

訪問介護だけ、趣味講座だけでもご利用ください

自由が丘の  
住宅型有料老人ホーム  
自由で、自分らしく！  
お年寄りから  
子育てファミリーまで  
ひとつ家族のように  
助け合って暮らします



▲オーナーズテラス書道教室

## ヘルパーステーション H A H A (はは)



お食事づくりからお看取りまで実力派のヘルパーが揃っています。  
オーナーズテラスでの趣味講座に無料参加できます(要材料費・送迎可)

一般社団法人 H A H A

<https://www.haha.or.jp/>

目黒区緑が丘2-3-21

問い合わせ 03-6421-2760





# 超音波頭部ケア・ウルトラーマ



ウルトラーマのレンタルは  
ホームページから  
お申込みいただけます。



医療従事者向けにウルトラーマの  
医学的エビデンスページを  
公開しております。



8th WORLD PARKINSON CONGRESS Barcelona Spain  
(第8回世界パーキンソン病学会)

会期：2023年7月4日(火)～7月7日(金)  
会場：バルセロナ international convention center

出展



一般社団法人日本セルフケア研究会®



ウルトラーマ123X導入クリニック様

【東京】いしざき内科  
東京都練馬区石神井町3-30-20 コーポ田崎1F

【神奈川】ヘテロクリニック  
神奈川県鎌倉市長谷2-9-11-5

【名古屋】名古屋フォレストクリニック  
愛知県名古屋市長区南大高3-1305

東京都千代田区神田町2-10-29 2F  
事務局：神奈川県青葉区あざみ野2-9-13



Youtube  
チャンネル  
配信中!



YouTube

ご視聴、高評価、  
チャンネル登録  
お待ちしております

TEL : 045-905-3365  
FAX : 045-905-3369

次号予告 2023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」  
「まちかどセミナー」
- 連載  
コラム 「地域医師のひとり言」  
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カ所無料で配布  
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.18

2023年(令和5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](mailto:d-cafe@kazekusa.jp)

TEL 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。



### 「カメレオンブランコ」

私はブランコが大好きな女の子でした。  
高く高く、勢いを付けてごとと、いつの間にか周りのモノがいっせいに目に飛び込んでくる。  
ぐるぐる回る、まるでカメレオンの目になったみたい。  
そんな時、もし一緒に彼らとブランコに乗ったら、カメレオンにはどんな世界が見えるのかしら?  
この作品はそんな素朴な少女時代の回想です。

### 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
- 2020 流鉄で令和2年2月2日記念乗車券セットデザイン、以後毎年担当
- 2022 日本チャリティ協会パラアートTOKYO国際交流展でパラアート賞受賞
- 2022 江ノ電120年記念乗車券デザイン担当、江ノ島駅で作品展開催

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



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

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

東京都指定特定施設入居者生活介護

# Life Focus 人生を想い、あなただけの時間を

**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**

**認知症予防の  
アクティビティ  
プログラムも充実**

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。



ライフケアデザインの介護付有料老人ホーム

## ソナレ 駒沢公園

都会的な快適さと自然豊かなステージ、駒沢公園で、新しいケアを。

**ご入居相談会開催中！ 有料ショートステイ利用可能** (介護保険適用外)



グランドダイニング(1階)



ラウンジ(1階)



屋上ガーデンテラス

【ソナレ駒沢公園ホーム概要】●所在地/東京都目黒区東が丘一丁目35番22号●最寄駅/東急田園都市線「駒沢大学」駅徒歩8分(約630m)●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/1,819.64㎡●延床面積/2,832.15㎡●居室数/61室(全室個室(内訳/一人用個室54室、二人用個室7室))●居住の権利形態/利用権方式●利用料の支払い方式/選択方式●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居される場合、お一人のみも可●介護に関する職員体制/21以上●定員数/68人●居室面積/約20㎡、約30㎡、約40㎡●構造/鉄筋コンクリート造地上3階建て●開設年月日/2020年12月1日●協力医療機関/慈恵会在宅クリニック渋谷、慈恵会在宅クリニック早稲田、松原アーバンクリニック、駒沢病院、成城リハケア病院、睡眠総合ケアクリニック代々木、アイまいクリニック眼科、柴垣医院自由が丘、あおきクリニック、サンフラワー歯科●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2023年1月20日現在のものです。



**目黒区で11カ所目の認知症カフェ** 車椅子対応

**Dカフェ・ソナレ、毎月第3土曜日 定期開催予定！**  
「ゆったりとマッサージ」コーナーを常設しています。

場 所：「ソナレ駒沢公園」1階  
日 時：毎月第3土曜日 14:00～16:00  
参加費：300円(税込) ※コーヒーおかわり自由



ライフケアデザインの介護付有料老人ホーム

## ソナレ 目黒不動前

林試の森公園を望む住環境で充実したケア、安心できる暮らしを。

2022年  
3月1日  
オープン!

**ご入居相談会開催中！ 有料ショートステイ利用可能** (介護保険適用外)



屋上ガーデンテラス



グランドダイニング(1階)

【ソナ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/3,171.67㎡●居室数/58室(定員65名)●居住の権利形態/利用権方式●利用料の支払い方式/選択方式●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居施設・入居される場合はお一人のみも可●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階建て●1階建て●協力医療機関/三宿病院、成城リハケア病院、境田医院自由が丘、あおきクリニック、高輪歯科病院●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2023年1月20日現在のものです。

目黒不動前近く  
東急目黒線「不動前」駅  
徒歩13分(約1,010m)  
バスもご利用いただけます  
【五反田駅又は渋谷駅(東横線)より  
東急バス(渋谷28系統)にて  
「入谷橋」バス停下車  
徒歩2分(約95m)】



**目黒区で15カ所目の認知症カフェ** 車椅子対応

**Dカフェ・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。ネイルケアコーナーも常設しています。

場 所：「ソナレ目黒不動前」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

新型コロナウイルスへの感染予防について ※発熱、せきなどの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  
の安全・感染拡大防止に配慮することを最優先とした上で、ご入居相談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。

資料のご請求・お問い合わせは「ソナレお客様相談窓口」まで

0120-39-5070

受付時間/9:00～18:00(年中無休)

ホームページにて館内の360度画像を公開中!  
QRコードまたはライフケアデザインで検索ください。

<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

ライフケアデザイン 検索

※QRコードは(株)デンソー  
ウェブの登録商標です。



〒210-0006 神奈川県川崎市川崎区砂子一丁目2番地4

ライフケアデザインが運営する介護付有料老人ホーム

ソナレ 祖師ヶ谷大蔵 東京都世田谷区祖師ヶ谷三丁目26番3号  
ソナレ 浦和 埼玉県さいたま市浦和区東高砂町26番17号

ソナレ 石神井 東京都練馬区関町南一丁目2番32号  
びあはーと市が尾 神奈川県横浜市青葉区市ヶ尾町1152番地2  
ソナレ 浜田山 東京都杉並区浜田山三丁目26番8号  
ソナレ 目白御留 東京都新宿区下落合四丁目9番15号  
2023年3月オープン(予定) ソナレ・アテリア大泉学園 東京都練馬区東大泉六丁目48番3号

ソナレ 駒沢公園 東京都目黒区東が丘一丁目35番22号  
ソナレ 杉並上井草 東京都杉並区上井草一丁目24番7号  
ソナレ・アテリアア我山 東京都三鷹市牟礼一丁目3番15号  
ソナレ 目黒不動前 東京都目黒区下目黒五丁目10番16号

しんきん成年後見サポート

# 家族信託

のご案内

大切なものを

家族みんなでするために。



## こんな方におすすめです

- 高齢になった父親に代わって、父親が所有している物件の建替えを行いたい
- 障がいを持つ子どもがいるが、自分が側にいられなくなってしまうのが心配だ
- 子のいない息子(兄)の死後、息子に遺した財産を娘(妹)の子に継がせたい