

介護者がつくる認知症情報誌

でいめんしあ

No. 2



無料
だワン!



絵・杉本聖奈「春眠大仏」

笑い と 認知症



認知症になる人の割合は85歳以上の3人に1人と言われている。これから高齢化も一層進む。誰がなってもおかしくない病気、それが認知症である。私が認知症で大切だと思うこと、それは「笑い」だ。

笑いのある介護家族は見ていて安心である。われわれは専門家として家族にアドバイスをすることもあられるけれど、深刻な顔を突き合わせても、なかなかいいアイデアは出てこない。もともと日本人はよく笑う民族だった。これは明治初期に日本を訪れた外国人らが口を揃えて言っていることだ。笑いを取り戻し、笑いを認知症に生かせないか。

介護家族に、上手な対応法を伝えるのに、寸劇が一番効果的と言われている。「ネガティブな感情を伴う記憶は、長く残存しやすい」なんて知識として聞くより、舞台に2人の大根役者が出てきて、「あんた、私の財布盗ったでしょ!」「おばあちゃんご冗談を! ボーナスが出て、ふところはポカポカですよ。どうです、一緒にダンスの引き出し、見てみましょうよ」、なんてやった方が腑に落ちる。なぜならリアルであるからだ。

「リアル」と「笑い」を掛け合わせると落語になる。落語はリアリズムの権化である。仕草ひとつとってみても、例えば、茶碗を受け取るその手の幅ひとつ、視線の角度ひとつとっても、落語というのはリアルな世界である。そして面白い。落語が認知症の、特に介護家族のサポートに生かせないか、と最近よく考えている。

「悲しくて やがておかしき 認知症」



にいせと
新里
かずひろ
和弘

都立松沢病院
認知症疾患医療センター長

04～07 Dカフェって、どんなところ？

目黒区内にあるDカフェをご紹介します。喫茶店でもないのに何やらにぎやか。出入り自由な「認知症カフェ」を訪ねてみました。

Dカフェではこんな活動も



祐天寺

西小山



Dカフェ・ニコス



Dカフェ・ラミヨ

Dカフェ参加者に聞きました

Q 参加して変わったことは？
Dカフェの魅力は？
参加して良かったことは？

10～11 介護のミカタ

家族の認知症は1人で抱え込まないのが鉄則。不安や困りごとは、スペシャリストに相談しましょう。きっとあなたの強い味方になってくれますよ。



めぐる認知症サポートマップ

Dカフェ
駒沢公園エリアでも
新規オープン

詳しくは
20頁でチェック



12～13

目黒区には「認知症のことを一緒に考えよう」という市民の集まりが11カ所あります。その開催日・場所・特長などをイラストマップで紹介！

Dカフェ@めぐろ～Dカフェnetトピックス～



集う・学ぶ・食べる・伝える・話す。
Dカフェ・プロジェクトの多彩な活動を紹介します。

16～18

● 質問・投稿フォーム
● Dカフェでちょっと一服

20 19

漫画「ゆずこのど素人介護」 介護にルールなんてない!!



これが、認知症のジジバと3人暮らしのゆずこのホンネです。



15

エッセイ

「笑い認知症」

新里和弘

14

「ちょっとしたぞいてみては」

長谷川侑香

02

認知症ケアの知恵「こんなときどうする」

第2回「妄想」

「誰と会ったの？」で始まる嫉妬妄想。

「お財布がないわ」というもの盗られ妄想。

認知症の専門医とベテラン介護者が、その対処法を話し合いました。

08～09



一軒家でじっくりおしゃべり

会場にはいつも10~25人程の人が集まります。アットホームな雰囲気の中、気になっていることを自由に話す場です。普段言えない気持ちを声に出しストレス発散するもよし、介護経験者に具体的な相談をするもよし。ケアマネや看護師などから、貴重な裏話を聞くこともあります。



祐天寺駅から徒歩5分。Dカフェnet 代表の竹内さんの自宅が会場。



近くのグループホームの入居者さんが、介護士と一緒に遊びに来ることも。



2015年新年初めの会では参加者の1人がお琴を演奏。みんなで聞き惚れました。



イベントを楽しみ笑顔があふれる

西小山にあるデイサービス・ニコスが会場。その場所を月に一度借りてDカフェを開催しています。広々とした場所を活かし、認知症の本人と家族と一緒に楽しめる季節感ある企画が充実。認知症の本人も家族も気分転換しながら楽しめます。12月はクリスマスがテーマでした。



みんなでクリスマスリース作り。大瀧さんのリースはプロ級の仕上げり!



プレゼント抽選会! 当選者のくじを引くのはサンタに扮したデイサービス・ニコスの先崎さん。



見事当選! 杉本聖奈さんデザインのクリアファイルをゲット!

「Dカフェ」は、 あなたを笑顔でお迎えします

悩みを相談できる

休息できる

気分転換できる

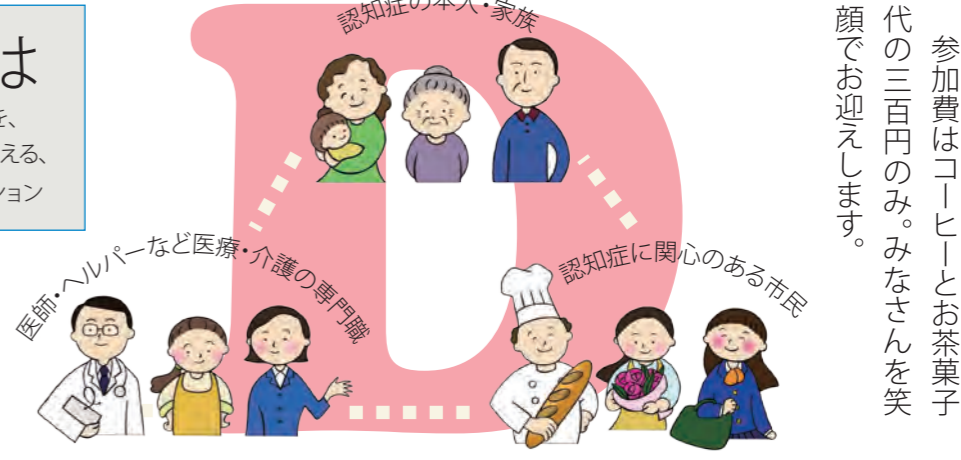
produced by オアシスナビ × ハートページ

目黒にある認知症カフェ、その名も「Dカフェ」
カフェと言っても、喫茶店ではありません。
認知症についてコーヒーを飲みながら語り合う、気楽なお茶会のことなんです。

認知症の介護には、さまざま
なストレスがあります。
誰にも相談できない
何をしたらいいかわからない
大切な人が変わっていつまで
介護が続くかわからない
将来の生活やお金が不安…
こんな悩みや不安を抱えてい
るのは、あなただけではありません。
認知症の人を支える家族
にも、支えが必要なのです。
Dカフェは、認知症の人と家
族を支えるための「認知症カ
フェ」です。NPO法人Dカ
フェ・まちづくりネットワーク(略称:
Dカフェnet)が運営。運営メ
ンバーのほとんどが、認知症の
介護経験者。その大変さを理解
しているからこそ、介護をして
いる人を支えたい、支え合いた
いと思っています。
Dカフェのメンバーは認知症
介護のつらさだけでなく、楽し

さや喜びも体験してきています。
どうしたら症状が緩和されるか、
どうしたら認知症の本人も家族
も、生き生き暮らせるか、一緒
に考えサポートしていきます。
Dカフェに集まるのは、介護
中の家族だけではありません。
認知症の本人も参加します。周
囲と楽しくおしゃべりをしなが
ら、気力や社会性を取り戻し、
症状が緩和する人もいます。
その他、ケアマネジャー・医
師・看護師などの専門職の人も、
地域の住民や、認知症に興味を
持つ一般の人も参加します。
参加者全員に共通しているの
は、認知症に偏見を持たず、認
知症を理解したい、みんなで支
え合いたいという気持ちです。
興味のある方は、ぜひDカ
フェをのぞいてみてください。目
黒区には、祐天寺と西小山の2
カ所があり、5月以降、さらに
数カ所がオープンします。

Dカフェとは
D=Demencia (認知症)のことを、
D=誰もが、自分のこととして考える、
D=District (街)の交流ステーション



Dカフェ 参加者に 聞きました

Q 参加して変わったことは？

**介護中の夫と、認知症の妻
谷口さんご夫妻**

妻は驚くほど明るく元気になりました。もともと社交的な女性なんです。でも認知症になって妄想も出てきて外出が減りました。家に2人だけだとお互い気持ちが沈んでしまっ…。でもDカフェに参加してから妻は生き生きしてきましたね。みんなが妻に話しかけ楽しく会話してくれる。妻のユーモアに驚く方も多く、私もそんな妻を見てうれしく思います。

そして私自身もDカフェで社会性を取り戻し、心の余裕が持てるようになりました。一時期は精神的に本当にきつかったので、Dカフェがあって本当に助かりましたね。これからは楽しく参加させてもらいます。

Q Dカフェの魅力は？

ケアマネジャー 伊藤さん

お医者さんを囲む会はおもしろいです。さまざまな分野の先生、しかも有名な先生が参加されていて、そのお話を同じひとつのテーブルを囲みながら聞ける。今後「介護」と「医療」は今以上に連携していく必要があります。そのために私自身、医療業界の方ともっと関わり、知識を深めたいと思っています。

また、Dカフェでは家族の生の声を聞けるのも魅力です。私の場合、仕事の中では「ケアマネと利用者」という立場での会話になり、内容が限定されがち。でもDカフェでは、たくさんのお話を自由な立場で聞くことができます。これをうまく仕事に活かしたいです！

Q 参加して良かったことは？

認知症の母親を介護中 浦さん

ここに来ればいろんなことが分かるんです。認知症の介護経験者が大勢いるし、お医者さんやケアマネさんも来ます。自分が気になっていることを話すと、毎回、誰かからヒントがもらえるんです。私、最初は介護を全部1人でやるつもりだったんですね。母の事は自分でみよう、自分で全部調べて、自宅で介護しようって。でもDカフェに参加して、1人で抱え込まなくていい、ということが分かりました。

私のような介護者はたくさんいると思います。自分だけで抱え込まないでDカフェに参加してほしい。実体験としてそう思いますね。

Q Dカフェに参加する目的は？

元介護者 小澤さん

実は、自分が楽しいからなんです。介護していた両親はもう両方亡くなって、私も定年退職したので、今は自分の時間がたくさんあります。私はパン作りが趣味なんです。1人で作っても食べきれない。でもDカフェに持って行くとみんな喜んでくれる。それがうれしくてオリジナルパンを作っているんです。

時には、認知症の人のリクエストに応じてハーモニカを吹いたり、歌を歌ったりします。誰にもリクエストされないのに勝手にハーモニカを吹く時もありますが、ご愛嬌(笑)。みんなの役に立っているかは分かりませんが、私は楽しいですね。

Q 参加を迷っている方に一言

認知症の妻を介護中 土屋さん

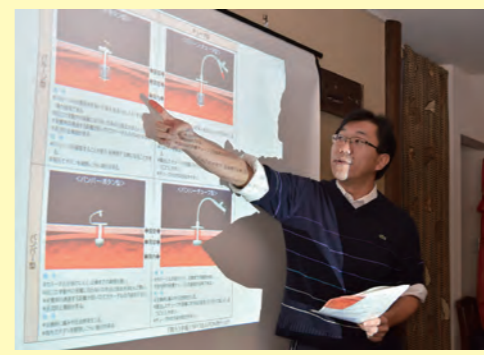
私は12年間、妻の介護を続けています。介護の初期はいろいろ悩みましたが、今は、妻が認知症になったからこそ分かったこと・知り合えた人などに、感謝の気持ちでいっぱいなんです。

こんな心境になれたのは、Dカフェの仲間や代表の竹内さんに出会えたから。この出会いがなければ、今の自分もなかったと思います。Dカフェに参加することを迷っている方には、どんな形でもいいからとりあえず一度は参加してみてください。自分の目で見てみないと分からないですから。そして、参加した人には絶対に、良かったと思わせる自信がありますよ(笑)。

Dカフェではこんな活動もしています



胃ろう＝延命なのか？ 一度作ると、一生口から食べられないのか？など、活発に質問が飛び交いました。



消化器の専門医の八辻さん。胃ろうの種類やメリット、注意点などを分かりやすく説明してくれました。

お医者 さんを 囲む会



参加者には胃ろうの実施を、今まさに悩んでいる人も。また家族で胃ろうを行った人の体験談も飛び出します。

祐天寺のラミヨでは、月に1回お医者さんを招いた懇談会も開催しています。認知症の専門医・内科医・皮膚科医：さまざまな分野の医師が登場します。約2時間の会では、最初にゲスト医師が専門分野の医療について話をします。その後は参加者からの質問コーナー。さまざまな質問が飛び出します。

普段、医師に診察してもらおう機会があっても、限られた時間内では気軽に話ができません。しかし、このお医者さんを囲む会は、時間の許す限り自由に質問ができます。先日のゲストは、都立大学駅そばの「日展会第一病院」院長の八辻賢さんでした。かかりつけ医として地域の暮らしをサポートしたいと語る八辻さんは、消化器の専門医で「胃ろう」について、話をしてくれました。

*日展会グループが運営する「デイサービス・リハビリ工房」で3つ目のDカフェがスタートします。(詳しくはDカフェnetのホームページで)

谷口夫妻の 食でもてなす 忘年会



酢豚も、ひれ肉を使ってふっくらジューシー。おかわり希望者が続出！



谷口シェフ(左)と、今回アシスタントを買って出た杉山さん。息の合ったコンビ！

Dカフェでは、認知症の本人や家族の経験を活かした、活躍の場を提供しています。介護者も認知症の本人も、若いころに比べて身体は衰えています。経験や知識は負けません！みんな、豊富な人生経験があり、酸いも甘いも噛み分ける人生の達人たち。それぞれに趣味や特技もあります。その経験や知識を使わないのはもったいない！

年末に行ったのは、Dカフェの忘年会、名付けて「年越しラミヨ」です。元・中華料理店のオーナーシェフで、現在奥様の介護者でもある谷口さんが、腕をふるいます。谷口さんの素晴らしい経験を活かしてもらいながら、Dカフェのみんなもおいしく食べて楽しめる。今回は、年末の忙しい時期にもかかわらず17人が参加。おいしい料理に舌鼓をうち、盛り上がりました。次回の開催も楽しみます！

谷口さんの生まれ故郷、長崎県の五島ちゃんぽん。カキ、エビ、イカ、アサリなど具たくさん。さすがプロの技！

介護の総合ポータルサイト
オアシスナビ × ハートページ では、Dカフェの活動を詳しくご紹介しています。→ <http://www.oasisnavi.com/chiebukuro/house/df/>

Dカフェnet代表の竹内さんへのロングインタビューや、ここで紹介しきれなかった情報も掲載。他にも在宅介護術、介護保険、老人ホームの見つけ方、孫の介護マンガなど役立つ情報が満載です。

オアシスナビ 検索 <http://www.oasisnavi.com/>

パソコンで「要介護度」を簡易診断できます！
インターネット上の質問に答えていくだけで、要介護度をその場で簡易判定。どなたでも、無料でご利用いただけます。(提供/オアシスナビ×ハートページ)

要介護度認定チェック 検索 <http://www.oasisnavi.com/simulation/>

*シミュレーターは「要介護度の目安」を簡易的に知るためのツールです。認定結果は調査当日の心身の状況や、主治医の意見書によって大きく影響されるため、シミュレーターの結果と異なる場合があります。

*このページは「でいめんしあ」と「オアシスナビ×ハートページ」の共同制作です。

こんなとき どうする？

監修：宮永 和夫

第2回 妄想

認知症専門医の宮永和夫さんを囲んで、Dカフェの常連さんたちが話し合う、「こんなときどうする」。今回のテーマは、より近い介護者ほど、その対象になりがちな「妄想」です。

代表格は、「あの後家さんのところへ行くのね」なんて「嫉妬妄想」に、どこを探しても「通帳／財布がない」でおなじみ(?)「もの盗られ妄想」。

当人の大切にしている価値観やさみしい気持ちに寄り添うことで、つい怒ったり叱ってしまったりしがちな「妄想」と、上手に付き合うヒントを紹介します♪

- ひぎをさする、ほおずりする、脈をとる… からだに触れて、スキンシップ♪
- スキンシップは、家族に代わって、ヘルパーさんなどの「代償行為」でもOK!
- 運動で発散！ 手をつないで、散歩はいいかが？
- 盗られる「もの」がなければ、盗られない!! 整理整頓で環境整備
- 妄想の対象者は、視界から消えて「選手交代」



認知症ケアの知恵「こんなとき どうする」

決めて24時間一緒に過ごせば、嫉妬妄想は消えると言っけれど、そんなことはとてもムリ!! できるだけ長くそばにいてあげて、異性、とりわけ対象となっている人との接触を避けるようにしてみよう。

目の前にいる人物が対象となっている場合、視界から消えることで、妄想も治まります。担当のヘルパーさんや看護師さんが嫉妬の対象になってしまったら、別の担当者「選手交代」!

「通帳がないわ」「一緒に探しましょう」

泥棒呼ばわりをされてはたまったものではありません。こんなときは、「一緒に探しましょう」。ただし、探し物をあなたが見つけても、「ここにありましたよ」とは言わず、本人に見つけさせること! 「本当は隠していたのだろう」と疑われかねません(涙)。

そもそもは、隠した場所を

忘れて分からなくなり、さらには隠したことも忘れてしまっ記憶障害から生じてくる「もの盗られ妄想」。どんなに探しても見つからないような場所に隠されていることもしばしば。宝石だったり、お金だったり、洋服だったり、盗られるものには、本人の価値観が垣間見えます。

この「もの盗られ妄想」、貯金の観念が希薄な北欧などではあまり見られないとのこと。要は、盗られるものがなければ、もの盗られは起こりません。盗られて困るもの自体を片付けるべく、整理整頓しちゃいましょう!

スキンシップが効果的

◆ からだに触れる

◎ 「今日の体調はどう?」

体温を測りながら、ひぎをさすったり、脈をとったり。体調確認もスキンシップに。

◎ 「一緒にテレビ見ようか」

テレビを見ながら手にぎにぎにぎ。父親の嫉妬妄想に疲れ果てた母親を見兼ねた娘さん、父親と手をつないでテレビを見たところ、効果てきめんだったケースも!

肩に手を当てたり、手をにぎったり、からだに触れることで、安心感につながります。ほおずりしたり、ハグハグしたり、恥ずかしがらずに折に触れてスキンシップを図りましょう♪

備えあれば憂いなし

◎ 施設などの場合、施設長(権威のある人)が名刺を渡して、「大事なものは責任を持ってお預かりいたします」

◎ 「財布はここにしまっておきましょうね」と分かりやすい場所に。

◎ 同じ認知症の人が通うデイサービスなど、自己肯定感を取り戻せる「居場所」づくり。

もっと詳しく読みたい方は…

ビギナーの安心・実践 ステップ式認知症処方

宮永 和夫 著 定価1800円+税

認知症の患者さんが、どんなときに、どんなことで困っているかを想定した場面ごとに、実際の診療現場でまず最初に処方されるお薬3つと、どんなケアをしたらよいかをまとめました。専門的なお薬の説明もありますのでお医者さんの話も理解しやすくなります。

みやなが かずお
宮永 和夫 さん

日々積み上げている臨床体験、認知症家族への熱い支援活動。患者・家族には頼もしいお医者さんです。このページは宮永さんの著書『ビギナーの安心・実践 ステップ式認知症処方』(新興医学出版社 1800円+税)をベースに編集しています。

南魚沼市立ゆきぐに大和病院院長。全国若年認知症家族会・支援者連絡協議会会長。

株式会社 新興医学出版社

TEL 03-3816-2853
FAX 03-3816-2895

TEL 03-3816-2853
FAX 03-3816-2895

妄想(もうそう)：妄想で眠れないときは、温かいものを飲ませる、ベッドを温める、照明を明るくする、など環境を調整することを試みてください。

～頼もしい現場のスペシャリストたち～

もの忘れや暴言など、家族の様子が変わったとき、
 “もしかしたら認知症?”と思う反面、それを認めたくないのも事実。
 でも現状を隠さず声に出すことで、初めて手を差し伸べてくれる人が現れるはず。
 認知症ケアに携わる専門職の人たちは、みな一様にこう言います。
 「1人で抱え込まないで」と。
 介護が必要になった本人や家族を温かく見守り、
 伴走者のごとく寄り添って日々駆け回っている現場のスペシャリストは、
 あなたの強い味方になってくれること間違いなし!

認知症支援コーディネーター

たはら かつよし
田原勝善さん
 西部包括支援センター



「困った!」と思ったら、
 まず包括支援センターに

目黒区の5カ所すべての包
 括支援センターに各1人ずつ、
 認知症支援コーディネーター
 が配置されたのは3年前。認
 知症患者が増え続ける中、ま
 ずはそこで相談を受け止める
 というワンストップサービス
 を目指す区にとっても、田原
 さんたちコーディネーターは
 キーパーソンです。

「必要とされる情報を把握
 し、適切な情報を提供すると
 いう、相談窓口としての役割
 りが主な仕事です。『うちの母
 認知症みたいなんです』と駆
 け込んできたご家族の話をし
 っくりお聞きして、必要な情
 報をなるべく分かりやすくお
 伝えすると共に、ケアマネジ
 ャーなどの関係者につなげて
 いく。モットーは、志は高く、
 敷居は低く。必要とあらばと

きには、こちらのほうから出
 向いて敷居をまたがせていた
 だくこともありますよ」
 認知症支援コーディネーター
 には「ネットワーク、ヘッド
 ワーク、フットワーク」の3
 つのワークが必要と言われ
 ています。取材したこの日も田
 原さんは、「さつきも認認介
 護中のお宅にお邪魔して、知
 恵を絞って相談にのってきま
 した」と、包容力ある笑顔で
 話してくれました。

介護保険サービスで、
 喜びある暮らしを!

介護保険制度に基づいて、
 利用者との介護サービスの重要
 なパイプ役を担っているのが
 介護支援専門員、通称ケアマ
 ネジャーです。
 「一言で言えば、調整係。あ
 くまでも利用者本位という目
 線で、その方が困っていること
 望んでいること、必要なこと
 などをとことん聞き取ること
 から仕事は始まります。愚痴
 でも何でも、いかに本音を引

認認介護：介護する人もされる人も認知症、という状態。老
 老介護以上にケアマネジャーにとっては、頭の痛いケース。

ケアマネジャー

ねもと あきもり
根本哲守さん
 日扇会在宅介護支援センター



き出すかが腕の見せ所。幸せ
 の尺度は、人それぞれ違いま
 すからね。マッチング次第で
 その方の生活の質が大きく変
 わるということは、常に肝に
 銘じています」
 以前、認知症の**周辺症状**の
 ひとつとして家族に攻撃的に
 なっていた方が、根本さんが
 勧めたデイサービスでタオル
 たたみなどの生活リハビリを
 行ったところ、日々穏やかに
 大好きだった買い物にも1人
 で行けるようになったそうです。

ケアマネジャーだよ』と言わ
 れています。利用者の方の生
 活が改善されて生き生きとし
 た姿を拝見したとき、こちら
 もこの上ない喜びと誇りをひ
 しひと感じます」

ケアする側が変われば、
 される側の表情も変わる

「最近、患者さんに泣かれ
 ることが多くなりました。先
 日も、『私、ちよっとヘンなの。
 もしかしたら、認知症じゃな
 いかと思うの』と、目に涙を

看護師

もち まちこ
盛真知子さん
 東京医療センター地域連携室



浮かべながら訴えてくる方が
 いらして。ご家族にもまだ告
 げたくないような心配事を、涙
 と共に口からポロツとこぼさ
 れる。そんなとき私は、**ユマ
 ニチュード**の研修で学んだと
 おり、相手の目をしっかりと見
 ながら優しく話しかけます。
 多くの場合、思わずギュッと
 抱きしめてるうち、一緒に泣
 いてしまうのですが(笑)」
 信頼が生まれて、心の内を
 さらけ出す。そして共感し合
 うことで、さらに絆が生まれ
 る。これがまさに、ユマニチ
 ュードというケアメソッドの
 理念です。

東京医療センターがユマニ
 チュード導入への取り組みを
 始めたのは、2年前。認知症
 患者が増える中、治療とケア
 の板挟みで疲弊する看護師が、
 それを機にプライドを取り戻
 し、心にゆとりを持って仕事
 と向き合えるようになったと、
 盛さんは言います。
 「看護師は、やさしさを伝
 える専門職」と言われています。
 でもそれは、認知症患者
 を抱えていらつしやるご家族
 にもできること。ただただ『あ
 なたが大切』と、目で、口で、
 手で、伝えればいだけなん
 です」

ユマニチュード：認知症ケアの技法。『ユマニチュード入門』を出版した
 東京医療センターの医師、本田美和子さんにより広まる。

周辺症状：記憶障害など認知症共通の症状に対し、性格や環境、
 人間関係など多様な要因が関連して起こる症状のこと。

めぐろ認知症サポートマップ

目黒・世田谷・渋谷エリアの認知症診療の中核病院

松沢病院認知症疾患医療センター

◇総合的な認知症鑑別診断が1日できる
「医師の診察」「臨床心理士の心理検査」「画像診断」をセットに、約3時間で検査終了。予約制

◇本人の受診拒否で困っている人は「家族相談日」の利用を
「家族相談」は毎週火曜 午前 予約制
有料(6000円~7000円)
電話03-3303-7211 社会復帰支援室・相談係
※一般の相談窓口は月曜から金曜の午前9時~午後5時(土曜は午前中)

センター長の 新里和弘さん

世田谷区上北沢2-1-1 電話03-3303-7211
京王線・八幡山駅
<http://www.byouin.metro.tokyo.jp/matsuzawa/>

若年性認知症専門のワンストップ相談窓口

若年性認知症総合支援センター

◇若年性認知症支援コーディネーターが「医療」「社会保障」「サービス」「契約」「就労」など、多面的な相談に応じる

◇相談無料

- 電話相談 月曜から金曜 午前9時~午後5時 03-3713-8205
- 来所面談 予約制

電話相談OK

目黒区碑文谷5-12-1 TS碑文谷ビル1F・3F
電話03-3713-8205
東横線・学芸大学駅 東急バス・碑文谷5丁目交番
<http://www.ikiikifukushi.jp/>



- ☆介護者・介護経験者、医師、ケアマネなど、認知症ケアのベテランが相談に応じます。
☆ゆったりと休息できるスペースです。
☆本人・家族一緒に参加いただけます。
<http://d-cafe.kazekusa.jp/>
- 1 Dカフェ・ニコス
どこ: 原町1-22-1 ニコスビル 西小山駅5分
いつ: 第1日曜 午後1時半~3時半
- 2 Dカフェ・ラミヨ
どこ: 五本木1-5-11 ラミヨ 祐天寺駅5分
いつ: 第2日曜・第4土曜 午後1時~4時
- 3 Dカフェ・東が丘
どこ: 東が丘2-5-1 東京医療センター
バス: 東京医療センター前
いつ: 第2水曜 午後2時~4時
- 4 Dカフェ・リハビリ工房
どこ: 八雲5-10-22 グリーンヒル駒沢公園
バス: 東京医療センター前
いつ: 第3土曜 午後1時半~3時半

- 5 目黒認知症家族会 たけのこ
どこ: 中目黒スクエア
いつ: 第1・第3金曜 午前10時~12時
☆認知症の方は保健師とボランティアでサポートします。
☆家族交流タイムで介護の悩みを話し合い、上手なケアについて考え、課題を解決します。
☆個別の相談には、ベテラン介護者が保健師・包括支援センタースタッフとともに、丁寧に応じます。
<http://takenoko.kazekusa.jp/>
- 6 レビー小体型認知症介護家族おしゃべり会
どこ: 学芸大学駅そば
いつ: 最終日曜 午後
☆レビー介護の体験者たちが一緒に考えます。
<http://lewyoshaberikai-yuruyurugumi.jimdo.com/>

- ☆介護者がストレスを分散し、交流する場。
☆包括支援センターのスタッフが常駐します。
- 7 天空(そら)の会
どこ: 北部包括支援センター
いつ: 第2木曜 午後1時半~3時半
- 8 あづまの会
どこ: 区役所
いつ: 第3水曜 午後1時半~3時半
- 9 なごみの会
どこ: 西部包括支援センター
いつ: 第3木曜 午前10時~11時半
- 10 悠楽(ゆら)の会
どこ: 目黒本町社会教育館
いつ: 第4水曜 午後1時半~3時半
- 11 八重(やえ)の会
どこ: 中央町さくらプラザ
いつ: 第4木曜 午後1時半~3時半

活動のスケジュール 2015年5月~2015年11月

名前	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	連絡先
Dカフェ	①ニコス	3日(日)	7日(日)	5日(日)	2日(日)	6日(日)	4日(日)	03-3719-5592 NPO「Dカフェnet」 d-cafe@kazekusa.jp
	②ラミヨ	10日(日)	14日(日)	12日(日)	9日(日)	13日(日)	11日(日)	
	③東が丘	23日(土)	27日(土)	25日(土)	22日(土)	26日(土)	24日(土)	
	④リハビリ工房	16日(土)	20日(土)	18日(土)	15日(土)	19日(土)	17日(土)	
家族会	⑤たけのこ	1日(金)	5日(金)	3日(金)	7日(金)	4日(金)	6日(金)	03-3719-5527 takenoko@kazekusa.jp
	⑥レビーの会	15日(金)	19日(金)	17日(金)	28日(金)	18日(金)	20日(金)	
介護者の会	⑦天空(そら)の会	31日(日)	28日(日)	26日(日)	30日(日)	27日(日)	25日(日)	03-5428-6891 北部包括支援センター
	⑧あづまの会	14日(木)	11日(木)	9日(木)	13日(木)	10日(木)	8日(木)	
	⑨なごみの会	20日(水)	17日(水)	15日(水)	19日(水)	16日(水)	21日(水)	
	⑩悠楽(ゆら)の会	21日(木)	18日(木)	16日(木)	20日(木)	17日(木)	15日(木)	
	⑪八重(やえ)の会	27日(水)	24日(水)	22日(水)	26日(水)	30日(水)	28日(水)	
								03-5724-8033 南部包括支援センター
								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!

Dカフェ(認知症カフェ)
NPO「Dカフェnet」が運営

認知症家族会
介護者・介護経験者が運営

介護者の会
ボランティア・サポーターが運営

ちょっとのぞいてみては 長谷川 侑香

前回、「場の力」について、新里先生のエッセイがありました。Dカフェ・ラミヨには、いろいろな人が集まり、それが何とも言えない「場の力」を作り出しているとのこと。

五本木の民家の玄関が第一歩。階段を上がると、そこには誰でも参加できる“入口”があります。決して気のいい友達同士が参加しているわけでもありません。認知症にかかわるいろいろな方が参加しておられ、それぞれが好きな席に座ります。もちろん、リピーターも多いけれども、初めてでも遠慮はいりません。そこにはルールもありません。

門戸をたたいた人は、認知症の方の介護や、病気、薬、病院などについて、感じたことや、思っていることを話します。参加者は、相槌^{あいづち}を打ったり、時には自分の体験を話したりします。講師として招かれているドクターからは、主治医やかかりつけ医という特定の立ち位置ではない立場からのアドバイスを受けます。

ここに参加する多種多様な方々は、まさに、限りある命とかがわっています。その、内に秘められた思いが伝わってきます。

私は、ケアマネジャーとして認知症の要介護の方のケアプランを作成するとともに、医療法人の訪問診療に同行して、接するご家族の今困っていることを聞く機会がありますが、実際は、ご本人やご家族の真に訴

えたいことまで行き当たらないケースが多く、もどかしさを感じることもあります。認知症のご家族の方にとっては、普段かかわっている相手であっても、あるいは、普段かかわっている相手だからこそなかなか「本音」が言いにくい部分があるということでしょうか。

Dカフェは、認知症の方の介護を生活面などから総合的にマネジメントする上で必要な「本音」を客観的に聞くことができる場所になっています。実際、病名は同じでも、病気の受け入れ、進行、介護者、環境などすべて異なります。ましてや、ひとくくりに認知症といっても病名は一様ではありません。それだけに、その「本音」は、ほっとすることもあれば、時として厳しい内容のこともあります。Dカフェでは、それらの思いが絶望や諦めに向かうのではなく、うまく受け止めてくれて、聞いている人に介護をもう一步踏み出してみようかなという雰囲気にしてもらえることがあります。

そうしたちょっとしたきっかけが必要ではないでしょうか。悩んでいるご本人やご家族の方、あるいはかかわっている各種の専門職の方が、そういう雰囲気を取り戻す場として、Dカフェをちょっとのぞいてみてはいかがでしょうか。



長谷川 侑香 (はせがわ ゆか) さん
ケアマネジャー。イエナ・ケアサプライ所属。
病院のこと、介護サービスのこと、そして認知症ケアのこと。
介護ライフのすべてに精通している、素敵なケアマネさん。

学ぶ

スキルアップ勉強会 “回想するということ”

Dカフェメンバーの人材育成を目的に、「回想法」の第一人者・野村豊子さんをラミヨに招いて、毎月セミナーを行っています。と言っても堅苦しいものではなく、常に笑顔広がる楽しいひととき…なのです。

「さて、まずは冬になると思い出すおいしい食べ物を中心と添えて、自己紹介していただくから」
昨年12月の第1回は、野村さんのそんな提案から始まりました。雑煮に鍋に、ホットワイン…。そこにいた10人は、おのれの過去の人生に思いを馳せ、これぞという一品を懐かしい思い出話を交えながら披露。これまで知り得なかったその人の人生経験を垣間見たことで、あつという間に親密な輪ができあがりました。



「留学先のトロントで、『回想法』に出会ったの」と、野村さん(中央)。

「人は、後悔や失敗をしつつも英知を生かしながら人生を歩んできました。」
思い出というのは、数々のそんな経験がアップルパイの層のように積み重なってできていると思うのね。アップルパイの形は人それぞれ違うけれど、それをおいしく味わうお手伝いができたら、ステキじゃない?」
「回想するということ」は、まだおぼろげなことしか分からない。でも、家族も含め、これから数多くのアップルパイと一緒に味わいたいな、と思えるようになった勉強会でした。

集う

第2回 めぐろ認知症ぷらすミーティング

知って、学んで、理解して、認知症をとことん前向きにとらえよう! そんなイベントが、昨年11月5日、開催されました。どんなことが行われたか、順を追ってレポートします♪

会場の中目黒GTプラザホールの扉が開いたのは、午前11時。開催時間内に延べ60人が足を運んでくれました。



▲包括支援センターが、ここまで出張サービス。

場内には訪問歯科や高齢者施設を紹介するコーナー、介護福祉相談コーナー、マッサージやアロマハンドケアといった体験コーナーなど、多種多様なブースが設置。あつちでケアマネジャーと真剣に顔を突き合わせている人もいれば、こつちでは肩を揉まれてまったりしている人もいる。実に自由で、振り幅のある空間が広がっていました。
正午をまわるとステージに照明が当たり、いよいよお待ちかね坂本尚史さんと福西健実さんのDuo "multi pie" による「バイオリンとギターの調べ」の始まりです。
どこからか「あら、なかなかのイケメン」なんて声も聞こえてきましたが、そんなつづきもかき消



▲「情熱大陸」の演奏で、熱気頂点に!

されるほど、演奏はどんどん熱を帯びていきました。
その後は少し冷静になって、Dカフェプロジェクトの案内を間にはさみ、松沢病院認知症疾患医療センター長・新里和弘さんの講演。テーマは、来場者のニーズにピタリと合った「認知症との付き合い方」。「介護は、呆けてよかったところを探す作業」という心強い言葉に、大きく頷く人多数。



▲ユーモアと、笑いにあふれた講演。



▲白熱する、新里さんを囲んでの話し合い。

新里さんは、講演後のテーブルを囲んでのフリートークにも参加して、みなさんの悩みや疑問に丁寧に応じていました。
この5時間に及ぶイベント、人それぞれ得たものは違うと思えますが、きつとプラスにはなったはず。会場に入っていくときの不安げな表情が、終わったときにはみなさん何かをつかんだような、晴れやかな顔になっていました。

開催予告
第3回 めぐろ認知症ぷらすミーティング
2015年8月26日(水) 11時~16時

伝える

東京都認知症サポート医・かかりつけ医フォローアップ研修 at 都庁

2015年1月11日

来場者370人のうち、医療関係者が7割、行政が3割。

そこで、地域における先進的な取り組みとして、この「でいめんしあ」の編集人でDカフェまちづくりネットワーク代表でもある竹内弘道さんが、目黒の認知症カフェ「Dカフェ」の現状、必要性、期待できることなどをプレゼンテーションしました。続くパネルディスカッションには「お医者さんを囲む会」のレギュラー、榎林洋介さんも参加。都内の医師、看護師、行政、介護事業者などに「目黒のDカフェ」を強く印象付けました。



▲Dカフェのプレゼンテーション。



▲パネルディスカッション。左から座長の平川博之さん・都医師会理事、竹内さん、榎林さん。

ラミヨ de クッキング

食べる

ときには、飲茶カフェ。ときには、ホットプレートカフェ!?

定例のDカフェとは別に、有志が勝手に集まることも多々あります。そのひとつが、ラミヨのキッチンを使つてのクッキング・コミュニケーション。飲茶作りにチャレンジしたり、ホットプレートでお好み焼きやホットケーキを焼いたり。
お腹も満たされ、お酒もおしゃべりも進み、身も心もほんわかあつたかゝい気分では夜は更けていくのです。



▲飲茶ラミヨで、ワンタンづくり。

質問・投稿 フォーム



送り先:「でいめんしあ」編集部

ファックス:03-3719-5592

メール:d-cafe@kazekusa.jp



あなたのお名前(ハンドルネームでもOK)

アドレス:

下記アンケートにご協力をお願いします。

気に入った記事に

- 表紙「春眠大仏」 エッセイ「笑いと認知症」 Dカフェ・ラミヨ Dカフェ・ニコス
お医者さんを困む会 谷口夫妻の忘年会 参加者に聞きました
こんなときどうする「妄想」 介護のミカタ めぐろ認知症サポートマップ
エッセイ「Dカフェの風景」 漫画「介護にルールなんてない!!」
Dスペース@めぐろ()

興味を引いた広告に

- 櫻乃苑都立大学 訪問歯科119番 有料老人ホーム情報館
オアシスナビ×ハートページ 日比谷花壇 新興医学出版社

Dスペース@めぐろ

～Dカフェnetトピックス～

話す

竹さん&うらののDトーク!

「でいめんしあ」を読んでくれた人からの感想や質問を集めた、読者投稿のコーナーです。みなさんも何か意見があったら、遠慮なくメールください。

創刊、おめでとうございませう。「でいめんしあ」って、なんぞや?」と、包括支援センターに置いてあった貴誌を軽い気持ちで手に取りました。中を見てビックリ! ついに先日、母が認知症と診断され、途方に暮れていた私が知りたかった情報が盛りだくさん。まさに、運命を感じました。次号もぜひ読みたいのですが、どついたら見逃さず手に入れることができますか? (MISAKO)

毎晩のように電話で「ここはどこ? 家に帰りたい。この人(父のこと)誰?」と、聞いてくる母を案じています。そんな折に出会った「でいめんしあ」。さっそく、母の世話をしている父に一冊、送りました。(T)

創刊号のP10S11の「こんなときどうする」、とても参考になりました。高齢化社会を生きやすくするためには、間違った思いやりはいけなし、真面目に取り組み過ぎて過労になってもいけないと、実感させられました。2号も、期待しています。(S)

真ん中のページのサポートマップが、とてもありがたかったです。私にはまだ介護経験はないけれど、将来に向けて漠然とした不安があるので、心強い味方を得たような気がしました。認知症カフェ、いつか伺わせていただきませうので、そのときはよろしくお願い致します。(神奈川県民ですが...)

認知症の姑がなかなかデイサービスに行こうとせず、困ります。毎回、お迎えの車に乗せるのに四苦八苦。朝からヘトヘト。何かいい策はないですか? (疲労困憊の嫁)

デイの人に、「上手な送りだしの実例」を聞いて、一つ一つ試してみよう。あれがダメならこれ

次号予告 2015年9月15日発行

- グラビア Dカフェ紹介
駒沢公園エリアに誕生、新規Dカフェの探訪ルポ
- 認知症ケアの知恵「こんなときどうする」
うつ、意欲低下などへの対応アイデア集
- インタビュー「介護のミカタ」
頼れるスペシャリストたちからのメッセージ

介護者がつくる認知症情報誌

でいめんしあ No.2

2015年(平成27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 TEL&FAX 03-3719-5592

本誌は平成26年度目黒区認知症カフェ活動支援事業委託により発行しています。

表紙画家紹介

杉本 聖奈(すぎもとまりな)

1986年東京生まれ。先天性聴覚障害とアスペルガー傾向を併せ持つ。聞こえないだけでは、ない複雑さの中で、物事や人との繋がりを理解するために大切だった絵カードの世界。日常の何気ない生活を切り取って、独特の立体イラスト作品を中心に創作活動を続けています。

<http://marina-nan-na.com/>





Dカフェ **ちょっと一服**
 コーヒー・紅茶おかわり自由 スナック付

参加費
300円

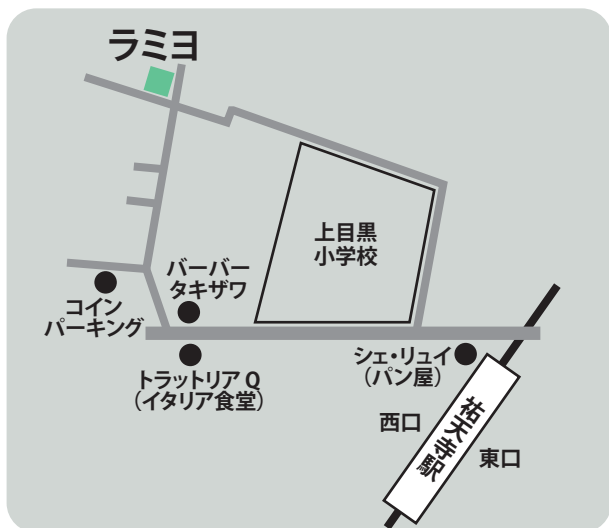
問い合わせ：NPO [Dカフェ net]
<http://d-cafe.kazekusa.jp/>
 TEL&FAX 03-3719-5592

祐天寺

Dカフェ・ラミヨ

第2日曜・第4土曜
 13時～16時

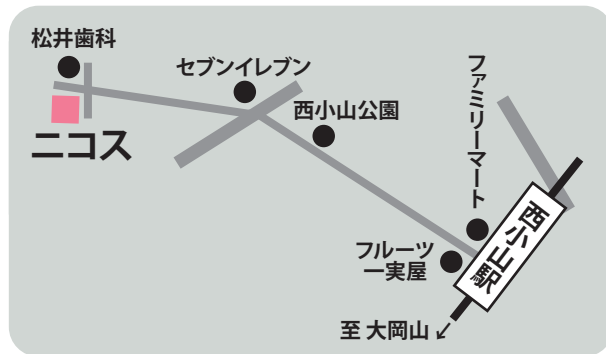
五本木1-5-11
 市民交流スペース「ラミヨ」



西小山

Dカフェ・ニコス

第1日曜 13時半～15時半
 原町1-22-1 ニコスビル1階



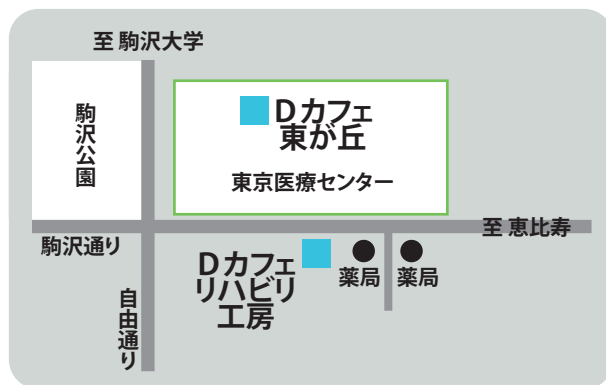
駒沢公園

Dカフェ・東が丘

第2水曜 14時～16時
 東が丘2-5-1 東京医療センター10階

Dカフェ・リハビリ工房

第3土曜 13時半～15時半
 八雲5-10-22 グリーンヒル駒沢公園1階



Dカフェ懇話会「お医者さんを囲んで」

市民交流スペース「ラミヨ」
 毎月1回・不定期開催 予約制・定員20人

認知症をはじめ、内科、循環器科などさまざまな医師を
 囲んでの気軽な懇談会。



小山恵子医師



清水恵一郎医師

日比谷花壇のお葬式

病院のお迎えからアフターサービスまで、ご葬儀をトータルにプロデュースいたします。
 花が持つ優しさを活かしながら、お客様のご要望に即した葬儀を実現します。



お申込・事前相談・資料請求
 24時間対応フリーダイヤル
0120-06-3987
<http://www.hibiya-lsp.com>

株式会社日比谷花壇
 ライフサポート事業部
 〒106-8587
 東京都港区南麻布1-6-30

「ハートページ」誌は、介護保険や介護サービスを利用する人のための介護情報満載のガイドブックです。

ハートページ

「ハートページ」は、介護を受ける方やご家族に介護保険情報や介護サービス事業者の的確な情報を提供するために、介護保険制度スタートの翌年平成13年(2001年)に社会貢献事業として誕生しました。税金を使わない民間活力を導入して編集・制作し、自治体の介護保険窓口・関連施設等で無料配布しています。創刊以来15年、今後も介護サービス事業者(ケアマネジャー他)の皆様と共に、地域社会づくりに貢献できる誌面を目指していきます。

1 介護保険情報ページ



介護保険の最新情報や活用の手引き

2 広告ページ



シニアライフのための生活情報や企業・サービスの情報

3 事業者リスト

介護サービス事業者選びに役立つ情報

5 ケアプランハートページ	予約
事業所番号 1234567890 法人名 社会医療法人社団ハートページ	
所在地 123-4567 目黒区目黒1234	
T E L 000-000-0000 FAX 000-000-0000	
営業時間 8:45~16:55 カラダシヤ 4人	
休業日 土・日・祝・年末年始 介護サービス 000000	



株式会社プロトメディカルケア

探せる

希望に合った介護に関する情報を見つけられます。



選べる

施設の詳細な情報を、文字だけでなく、画像や動画でわかりやすく解説しています。



便利

気になる施設があったら、その場で「資料請求」や「見学予約」ができます。



高齢者の住まいはインターネットで探せます

介護のポータルサイト

オアシスナビ × **ハートページ**

株式会社プロトメディカルケア

〒101-0051
東京都千代田区神田神保町2-4 Daiwa神保町ビル8F
TEL:03-3222-1800(代) FAX:03-3222-1940

フリーコール 0120-964-047

オアシスナビ 検索



PC <http://www.oasisnavi.com/> スマホ <http://smp.oasisnavi.com/>

認知症でも入居できる 老人ホームをお探しします!!

**相談
無料**



介護業界経験豊富な相談員が
このようなお悩みにお答えします

入居金0円~

認知症

介護

リハビリ

特養・老健待ち

サービス付き
高齢者向け住宅

認知症でも入居できる?

グループホーム

GHはどこもいっばいで入居しづらい

病院退院後の入居先はどうしよう?

特養入所は要介護3以上になったと聞いたけど...



高齢者の住まい選びの
情報誌「ケアプロナビ」**進呈!!**

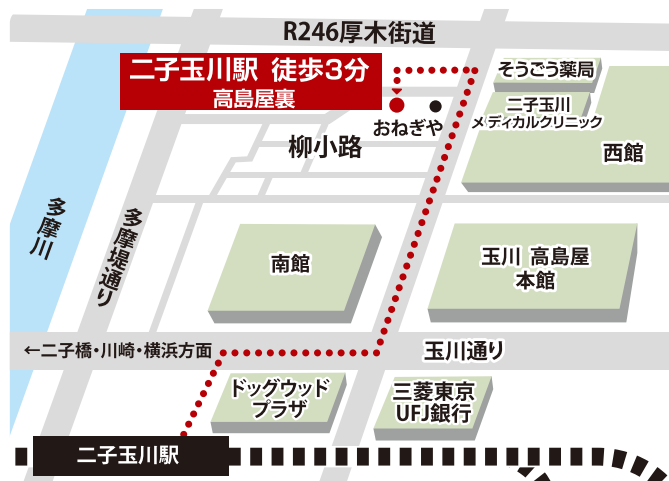
老人ホーム・介護施設の一覧(厳選)
ご希望の方に無料で進呈いたします。

入院プラチナサポートサービス

有料老人ホーム情報館がご案内したホームに入居され、
入居後3ヶ月(90日)以内に入院された方に心ばかりの
お見舞いを送るサービスです。



二子玉川プラザ 入居相談室



相談
実績 **2万人**以上

お客様
満足度 **95%**

有料老人ホーム情報館

有料老人ホーム情報館

検索

www.roujin-homes.jp

イロイロ ロウジンホーム
0120-16-6246

■事業主体

株式会社 ケアプロデュース

東京都福祉サービス第三者評価機関

機構09-196

〒158-0094

東京都世田谷区玉川3-14-5 柳小路北角3F

歯医者さんが ご自宅まで伺います

相談
無料



- ① 歯科医院で行う治療とほぼ“**同等の治療**”が受けられます。
- ② “**健康保険・介護保険・障害者手帳等**”が適用されます。
- ③ “**交通費・出張費**”は一切かかりません。 ※おひとりで通院が困難な方が対象です。

- ✓ 入れ歯の修理・作成
- ✓ むし歯の治療
- ✓ 口腔ケア・口腔リハビリ
- ✓ 認知症の方への対応

歯科医師
500名
以上

設立から
9年
以上

相談件数
1万件
以上



相談できる

こたえてくれる



訪問歯科119番
在宅歯科医療支援機構

ナルサーイ歯に!!
☎0120-763-182

【受付時間】9:00～19:00(土・日・祝 対応)

【本部】〒158-0094 東京都世田谷区玉川3-14-5 柳小路北角2F

訪問歯科119

検索

【URL】<http://119.dental>

東急東横線「都立大学」駅徒歩9分! 介護付有料老人ホーム

万全の
医療体制

POINT 1 24時間看護師常駐!
深夜対応も早期対応もお任せください。

POINT 2 24時間対応の提携医療機関と協力
元気な方はもちろんターミナルケアが必要な方でも安心して毎日をお過ごしいただけます。

有料老人ホーム
櫻乃苑
sakuranosono

都立大学

元気な方から
ターミナルケアが
必要な方まで
ご入居できます。

居室数: 40室
(定員43名 / 個室37室+夫婦部屋3室)

ベーシックプラン 入居一時金、月額ご利用料金のバランスがよい基本的なプランです。

月額ご利用料金 (税込) **219,600円** + 介護保険給付 1割負担額 + その他費用

【入居金額表】

入居一時金	償却年数
90歳以上 1,150万円	3
75~89歳 1,350万円	4
65~74歳 1,550万円	5

※初期償却=入居金×30% / 経年償却=(入居金-入居金の30%)÷償却年数(均等割)
※実際の償却は日単位となります。
※入居一時金償却後も、追加のご請求はなく、終身でご入居いただけます。
※夫婦部屋は二人分の入居一時金より、100万円引いた金額になります。

その他費用

発生の都度ホームで立て替えます。月末での締め、翌月ご請求させていただきます。

実費負担いただく項目の一例

■居室水道光熱費 ■おむつ代 ■日用品費 ■新聞・雑誌等購読費 ■業者依頼クリーニング代 ■理美容費 ■個人的外出タクシー費用及び交通費 ■買物代行費(週1回までは介護保険に含まれます) ■受診時医療費 ■クラブ・アクティビティ材料費等。

別途発生する項目(選択的サービス)の一例

■介護認定を受けている方の、選択的サービスです。■週2回の入浴は介護保険に含まれます。それ以上の入浴は1回30分当たり1,620円(税込)。■提携病院への通院・入退院付添、薬取りは介護保険に含まれます。それ以外の病院へは1,620円/30分及び公共交通機関利用の交通費実費。

【月額利用金額表(一人あたり)内訳】

内訳	内容	利用料
管理費	事務・管理部門人件費 共用施設設備維持管理費 共用施設水道光熱費、等	64,800円(税込)
食費	食料費、厨房管理費	64,800円(税込)
家賃相当額		90,000円(非課税)
合計		219,600円(税込)

※ホームでのお食事が不要の場合、該当分の食料費を返金いたします。
※法改正への対応のため、平成27年4月以降若干の料金改定があります。
詳しくはホームまでお問い合わせください。

ミニマムプラン

入居一時金を増額し、月額のご利用料金を低くしたプランです。

月額ご利用料金 (税込) **139,600円** + 介護保険給付 1割負担額 + その他費用

入居一時金 0円 プラン

入居一時金無しのプランです。

入居一時金 0円

月額ご利用料金 (税込) **519,600円** + 介護保険給付 1割負担額 + その他費用

まずは、お問い合わせください!

お車をご利用の場合

- 東急東横線都立大学駅より緑が丘方面に徒歩約9分
- 東急大井町線緑が丘駅より都立大学駅方面に徒歩約8分



電車をご利用の場合

- 渋谷駅から都立大学駅まで各駅停車で10分



【ホームの概要】【所在地】〒152-0034 東京都目黒区緑が丘1-4-5 ■敷地面積/1185.13㎡ ■延床面積/1930.60㎡ ■構造規模/鉄筋コンクリート造陸屋根地下1階付4階建 ■居室数/40室(定員43名/個室37室+夫婦部屋3室) ■居室面積/2.0、2~2.0、6㎡(夫婦部屋37.6㎡) ■開設日/平成23年2月1日 ■土地・建物の権利形態/賃借(平成23年2月より20年間契約・自動更新あり) ■居室付帯設備/○ナースコール ○ベッド ○トイレ ○洗面 ○エアコン ○床暖房 ○収納 ○カーテン ○テレビ配線 ○電話配線 ○ミニキッチン(夫婦部屋) ■主な共用スペース他/○食堂 ○食堂兼機能訓練室 ○大浴室(大浴槽、リフト浴槽、機械浴槽) ○個人浴室 ○誰でもトイレ ○健康管理室 ○ウッドデッキ 【有料老人ホームの類型及び表示事項】 ■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) ■介護保険/特定施設入居者生活介護 ■介護保険事業所番号/東京都指定1371003052 ■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 ■入居時の要件/入居時要介護 ■介護居室区分/全室介護居室 ■介護職員体制/2.5:1以上

お問い合わせ / 8:30~17:30(年中無休)

0120-390-151

<http://www.sakuranosono.jp>

櫻乃苑 都立大学: 〒152-0034 目黒区緑が丘1-4-5
Tel.03-5731-0939 Fax.03-5731-0940