

介護者がつくる認知症情報誌

# でいめんしあ

No. **4**



無料  
だワン!



絵・杉本聖奈「あ！マッカチンだ。」



ともに老人ホームに「住み込み取材」した娘はもうすぐ5歳になる。

写真の中の娘は1歳半。認知症や寝たきり…のじいちゃん、ばあちゃんと一緒に過ごしたあの夏は、遠い昔のことのようにも思えるし、昨日のことのように鮮明でもある。

初めての子育てにてんてこまいの新米母親と小さな娘に、人の老い逝くさまを、認知症になっても「その人らしさはなくなるらない」ことを、教えてくれた人たち。

認知症になることを自然なものと怖がらずにいられるのは、きっとあなたたちとの出会いがあったから。

## 04～08 新規オープン 4つのDカフェ

厚生中央病院内「さんま」 田道ふれあい館「でんどう」  
向原小学校前「西小山」 さくらプラザ向かい「まちかど保健室」  
秋から冬にかけてオープンした個性的な4店を一挙紹介



### チャートテスト[選べる8つのDカフェ]

START

Dカフェで何がしたい？

- ① 介護や病気について知りたい
- ② 専門家に面談したい

あなたにぴったりのDカフェはどこ？

## 16～17 介護のミカタ

介護現場のスペシャリストに直撃インタビュー  
ホームヘルパー&ケアマネ 池田謙吾さん  
薬剤師&ケアマネ 新井和子さん  
認知症サポート医 新津彰良さん



### めぐる認知症サポートマップ

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15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8店の詳しい情報はP.9でチェック



14～15

### ゲストを囲んで

ラミヨで開催。介護家族と専門職のセッション



11

● Dカフェでちょっと一服  
● グラフ「Dカフェの風景」

### 漫画「ゆずこのど素人介護」 暴走ばーちゃんを止める術とは……!?



認知症のジジババと3人暮らしのゆずこのホンネまんが

21 09

20

### エッセイ

フォトエッセイ  
文・今村美都／写真・高野由香里  
心なごむ空間  
阿部洋子

10 02

### 認知症ケアの知恵「こんなときどうする」

第4回「介護拒否」  
「デイサービスの迎えよ」「行かない！家に居る」  
「こんなときさあ、どうします？」  
認知症の専門医とベテラン介護者が対処法を話し合いました。

12～13

# 目黒にDカフェが続々オープン！ 新たな4店 をご紹介します

目黒区にある認知症カフェ「Dカフェ」。カフェといっても喫茶店ではありません。認知症の方やその家族だけでなく、認知症に興味がある人なら誰でも参加し、コーヒーを飲みながら語り合える場。これまでの4店に加えて、さらに4店が新しくオープンしました！

## Dカフェ・でんどう NEW

目黒  
月1回

カフェの会場は、田道ふれあい館内の高齢者センター。数あるDカフェの中でも、広々と開放的なスペースが特徴。ものづくりテーブルでは、折り紙や編み物が楽しく、みんなでおしゃべりしながら楽しく手先を動かします。介護や認知症の勉強コーナーもあるので、必要な知識を身に付けることもできます。スポーツメーカーMIZUNOの職員の指導で15分間の体操をする時間もあるので、身体もリフレッシュ！



高い天井、広々としたスペースは明るく開放的。



一緒に作業をすることで会話もはずみます。



みんなで身体を伸ばしたり、動かしたり。身も心も軽くなります。



目黒川沿いにある田道ふれあい館で開催。建物に入ったら3階の機能訓練室へ。

## Dカフェ・さんま NEW

目黒  
月1回

厚生中央病院を会場とするDカフェ・さんま。広い会場の半分はマッサージでリラックスしたり、自由におしゃべりやレクリエーションができるスペース。もう半分のスペースでは、毎回変わるゲスト・スピーカーを囲み、役立つ情報を学ぶ「座・さんま塾」を開催。この日は認知症認定看護師の藤原さんを囲んで認知症ケアの話し合い。お医者さんや看護師さんも多く、悩みを気軽に質問できます。



認知症認定看護師の藤原麻由礼さんを囲んで「座・さんま塾」。ためになるお話がたくさん。



厚生中央病院はJR恵比寿駅と目黒駅の中間地点にあり、両方の駅が使えて便利。



こちらのテーブルでは右脳強化ゲーム。



アロマでハンドマッサージ。とっても気持ち良さそう。



レクリエーションで折り紙を楽しんでいます。

10年以上前に妻が若年性認知症と診断されました。もう長い間、認知症の家族会で活動をしています。介護の息抜きにと、この高齢者センターで健康体操のサークルを作って活動をしてきたこともあり、でんどうの運営にも携わるようになりました。ここでは、介護される人・する人、両方の気持ちを大切にしたいDカフェです。



Dカフェ スタッフ  
チームでんどうの土屋さん  
(NPO「Dカフェnet」)

ここは目黒区の高齢者センターと在宅ケア多機能センターが、NPO「Dカフェnet」と協同で開催しています。高齢者センターを利用する元気なお年寄りも、在宅ケア多機能センターの介護サービスに通うお年寄りが、一緒に過ごせる場所です。もちろん、ご自分でも参加できます！



Dカフェ スタッフ  
高齢者センターの岩崎さん  
(社会福祉法人奉優会)

●お待ちしております！

ここは総合病院の中で、一般市民のグループが活動する、画期的な認知症カフェです。もの忘れ外来のお医者さんや看護師さん、医療ソーシャルワーカーの人たちとチームを組んでいるのが、大きな特徴です。認知症はもちろん、生活習慣病など、医療と介護の両面から総合的に相談できます。



Dカフェ スタッフ  
チームさんまの中島さん  
(NPO「Dカフェnet」)

地域の方、Dカフェスタッフ、病院と一緒に作り上げているのがDカフェさんまです。病院スタッフもいるので、介護や医療の悩みから、病院にかかるとはまだ早いと思っている方まで、気軽にリラックスして相談できます。興味のある方はどなたでも、ぜひ参加してください。



Dカフェ スタッフ  
看護師の西川さん  
(厚生中央病院・医療連携室)

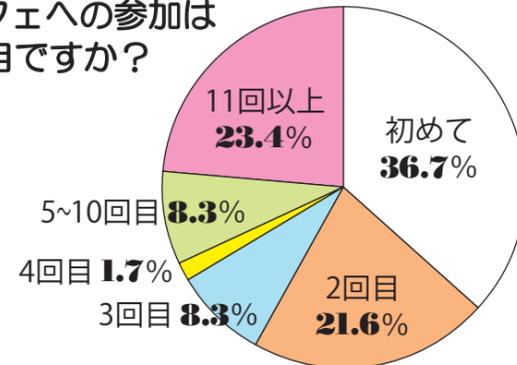
●お待ちしております！

## Dカフェ参加者に聞きました！

Dカフェに実際に参加した方の感想は？ 皆さんにアンケートのご協力をいただきました。アンケート内容から参加者の満足度が見えてきます。

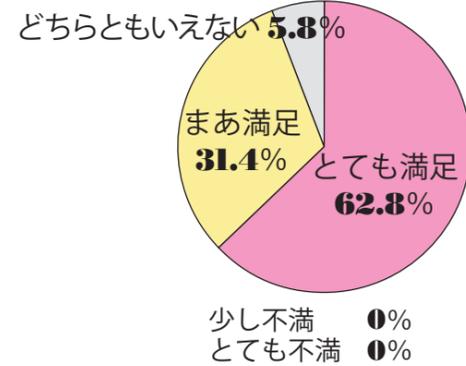
\*アンケートは5つのDカフェで2016年10月26日～12月6日の期間に実施。回答者60名。

### Q Dカフェへの参加は何回目ですか？



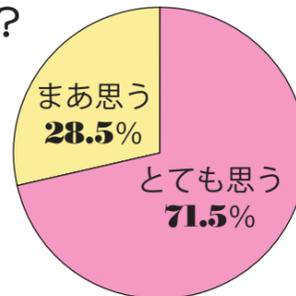
中には11回以上という常連さんも多いですが、初めての方がいちばん多いですね。初めての参加は、少し不安になるものですが、遠慮はいりません！ほかの人も「初めて」が多いのですから。複数のDカフェに参加している人もいました。8つのDカフェはそれぞれ違う特徴があるので、いろいろ行って見て、自分に合うところを見つける楽しさもありそうです。

### Q 参加していかがでしたか？



「とても満足」「まあ満足」と答えた方がほとんどでした。理由としては、「思う存分おしゃべりできて楽しかった」や「雰囲気がとてもよかった」「心の支えになった」「認知症についての知識が深まった」などといった回答がありました。参加したことで心が軽くなったり、楽しい気分になれた人が多いようです。

### Q また参加したいと思いますか？



すべての方が「とても思う」「まあ思う」と答えました。事務局としてもうれしい限りです！楽しく、居心地がいい、勉強にもなるから「また参加したい」と思ってくれるんですね。Dカフェは認知症の方と一緒にでも気軽に参加できる場所です。運営するスタッフも、認知症の家族を介護した経験者や、介護・医療の専門職。何も遠慮はいりません。少しでも興味があればぜひ遊びにきてください。

## Dカフェ・西小山 NEW

西小山 月1回

Dカフェ・西小山は、向原小学校の向かい、西小山診療所の2階。普段はデイサービスとして使われているフロアです。「みんなに会うのが楽しみ！」という気心の知れたメンバーが揃っています。家庭のようなあたたかな雰囲気、初めての方でも、あっという間にお仲間。好きなテーブルに移動して自由にいろいろな人と話せます。



小澤さん(左)、塩田さんのハーモニカで盛り上がりました！



この日はクリスマスパーティー。三角帽子をかぶって歌を歌ったり、ぬり絵をしたり。



谷口さんご夫婦(前列)、スタッフのバシヤリ。(左、杉山さん)

ここでは、1階の診療所や2階のデイサービスに通っている参加者もいて、とっても身近な場所なんです。母も特養入所前はここに通ってました。アットホームな雰囲気、「ここに来ると元気が出る」という方が多く、おしゃべりを楽しめる場所です。

お待ちしております！  
& 参加者の声



Dカフェスタッフ 岩下さん

## Dカフェ・まちかど保健室 NEW

祐天寺 月1回

Dカフェ・まちかど保健室は、祐天寺と学芸大学の間にある訪問看護ステーションで開催。看護師さんが居るので、ちょっとした相談や血圧測定などの健康チェックもできます。この辺りは介護老人保健施設(老健)や有料老人ホーム、デイサービスなどが点在するので、「介護通り」と呼ぶ人もいます。何かのついでに寄ることもできますよ。



お菓子とコーヒー片手にくつろぎながら、みんなでおしゃべり。



「また来たいです」と、向かいの老健から参加の田丸さん。



Dカフェの向かいには、リハビリパーク目黒。さくらプラザ(旧区役所)もまんなか。

医師にはなんとなく聞きにくい病気や薬のことなども、気軽に相談できます。「まちかど保健室」という名の通り、学校の保健室のように、気軽に立ち寄ってほしいですね。「もしかしら認知症かも？」と心配な場合にも、ぜひ寄ってみてください。

お待ちしております！



訪問看護師の丸田さん(訪問介護ステーションSTORY)

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/>



「ハートページ」は介護保険のガイドブック。介護保険窓口などで無料配布しています。



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。



# 選べる8つのDカフェ。 あなたにぴったりの場所はどこ？

Dカフェは目黒区に全部で8つ。8つすべてに参加してもいいし、最寄りの場所を選んでOK。どのエリアのDカフェも、自由に参加できます。どこに行こうか悩む場合は、以下の質問に沿って、たどりついたDカフェに行ってみましょう。

目黒区外、東京都以外からの参加も歓迎です。

**START**

## Dカフェで何がしたい？

- ① 介護や病気について知りたい
- ② 専門家に直接相談したい
- ③ 認知症の家族と一緒に楽しく参加したい

### 知りたいのは どんなこと？

- A 日々の介護
- B 病気や薬

### どんなことを 相談したい？

- C 手続きや地域のサービス
- D 健康相談や介護方法

### 認知症の家族が 好きなことは？

- E おしゃべり
- F ものづくり
- G 頭や身体を動かす

A

B

C

D

E

F

G

### Dカフェ・ラミヨ

一軒家の2階で自由におしゃべり。介護経験豊富な人たちに、いろいろな話を聞けます。



### Dカフェ・東が丘

地域包括のスタッフ、看護師などが参加。介護保険の手続きや疑問なども相談できます。



### Dカフェ・まちかど保健室

訪問看護師に病気や薬などの気になることが相談でき、健康チェックもできます。  
→詳しくはp6



### Dカフェ・リハビリ工房

作業療法士などと一緒に革細工や手芸を楽しみます。リハビリや気分転換にもなります。



B

B

E

G

### Dカフェ・さんま

病院内で開催。お医者さんなどの病院スタッフに、専門的な相談が気軽にできます。  
→詳しくはp4



ラミヨ  
番外編

### お医者さんを囲む会

月1回ラミヨで開催。認知症専門医だけでなく各分野のお医者さんを囲みます。



### Dカフェ・西小山

本人も家族も一緒に楽しくおしゃべりできます。もちろん悩みも相談できます。  
→詳しくはp6



### Dカフェ・でんどう

専門家のリードでストレッチや脳トレなどできます。心も身体もリフレッシュします。  
→詳しくはp5





**Dカフェ** **Dカフェ**で **ちよと** **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

## 東横線 祐天寺駅

### ラミヨ

目黒区五本木1-5-11 ラミヨ

第2土曜 2時～4時半 ←「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（祐天寺駅経由）  
 渋谷駅東口～洗足駅



## 目黒線 西小山駅

### 西小山

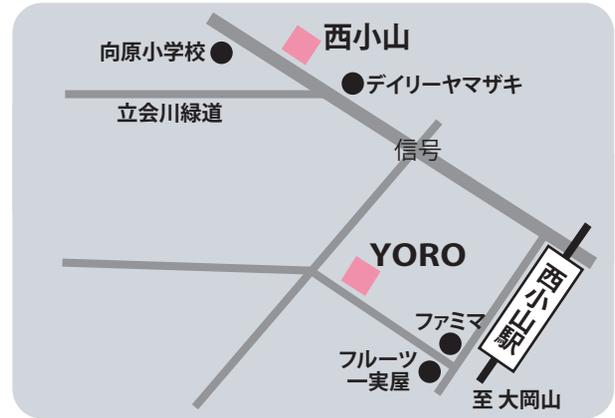
目黒区目黒本町6-6-8  
 西小山診療所2階

第1日曜 1時半～3時半

### YORO

目黒区原町1-5-7  
 養老乃瀧西小山店

5/22(日) 7/24(日) 10/23(日) 1時～3時



## JR目黒駅

### 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



## 田園都市線 駒沢大学駅

### 東が丘

第2水曜 2時～4時

目黒区東が丘2-5-1  
 東京医療センター3階

- バス停：東京医療センター前／東京医療センター

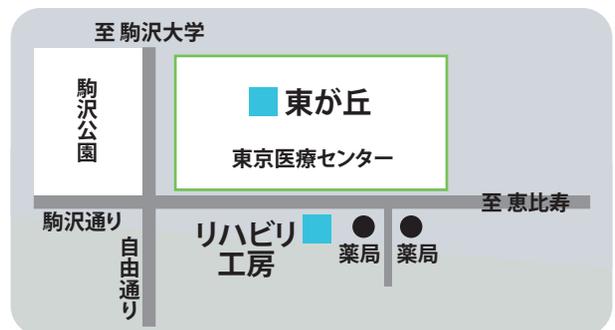
### リハビリ工房

第3土曜 1時半～3時半

目黒区八雲5-10-22  
 グリーンヒル駒沢公園1階

- 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～田園調布駅（駒沢大学駅経由）  
 渋谷駅～東京医療センター（都立大学駅経由）  
 自由が丘駅～東京医療センター  
 多摩川駅～東京医療センター（都立大学駅経由）



# 心なごむ空間

阿部 洋子

心なごむ時の流れを味わうことができる空間が「Dカフェ」ではないでしょうか。

それは心癒される空間という表現とは少し異なります。認知症というキーワードを共有する人々が、熱く、穏やかに語り合う場になっているように感じます。例えば、在宅介護の真ただ中の方と、認知症専門医の先生とが、あるテーマについてキャッチボールを交わしたり、介護体験卒業生どうしが語り合ったり、介護専門職や周辺領域専門職と認知症ご本人が語り合ったりなど、普通であれば、話が錯綜して收拾がつかなくなりそうなものですが、お互いの話を小耳に挟みながら、気がつけば、1つの話題で盛り上がったりしています。

この熱さと穏やかさは、どこから来るのでしょうか？ 大切な家族の誰かが変貌していく姿を、自分のこととして受け止めた経験があるからでしょうか。あるいは、そうした介護家族の方々の姿を間近に見ていた経験があるからでしょうか。

どうもそれだけではないように思います。経済的には介護施設に預けることができるのに、そうしないと決めた責任感の強さ、先ず自分が頑張れるだけ頑張ってみようとする真面目さ、弱音を吐いてはいけないという忍耐強さなど、「Dカフェ」に集う人々には共通点があるように感じます。

けれども、いつ果てるともない介護生活は、情に流されては、共倒れになってしまいます。それをすんでのところ、これではいけないと自身を振り返り、客観視できる理性的な部分がある方々が集まっているように感じます。

だからこそ、お互いの傷をなめ合うことや、愚痴を言い合うということなく、知っていれば良かったと思う情報を提供し合っているように思います。また、体験者だからとか、専門職だからという上から目線ではなく、同じ目線から語り合える空間を作り合っているように思います。



阿部 洋子(あべようこ)さん

跡見学園女子大学臨床心理学准教授。高齢者の心理、回想法、家族心理学、道徳性心理学などが専門。Dカフェには初期から、ゼミ生を連れて来てくれています。難病だったお母さまの在宅介護も3年間経験されている、優しい先生。

# Dカフェ懇話会 「ゲストを囲んで」

～介護家族と専門職のセッション～

ラミヨでは毎月、定員・予約制の懇話会を開いています。まちのお医者さん、総合病院のお医者さん、薬剤師さんや介護職の皆さん、介護経験者などをゲストに、話し合い、語り合っ、認知症ケアの質を向上させていくことが目的です。

① 10月のゲストは榎林洋介さん。科クリニックの榎林洋介さん。認知症や訪問診療、看取り医療の先達で、東大名誉教授の大井玄さんも参加しました。(写真②)

② 12月の新里和弘さんはDr.コトの上司、センター長です。この新里さんの会はいつも定員オーバー状態なので、「予約はお早めに」とアナウンスしているのですが…。(写真③)

③ 目黒区の地域連携型認知症疾患医療センター・三宿病院のセンター長、清塚鉄人さんは1月のゲストで登場。(写真④⑤)



①大井さん(右)「榎林先生、僕はお父上の不肖の弟子でした」



③新里さん(左端)の意外な「別の顔」はp21でチェック!



②厚東さん(右)「ご家族だけの相談日をぜひ活用してください」



④⑤清塚さん(奥中央)「笑うこと、これ、とても大切なことなんですよ」



# ? こんなとき どうする?

監修：宮永 和夫

## 第4回 介護拒否

認知症専門医の宮永和夫さんを囲んで、認知症ケアの知恵を出し合う、「こんなときどうする」。今回焦点を当てるのは、ズバリ「介護拒否」です。本人の介護拒否はもとより、本人が拒んでいるかを見せかけて、介護拒否をしているのは実は家族であることも…となかなか根が深い問題です。

認知症にとって大きなテーマの一つである「介護拒否」への向き合い方や、ちょっとした工夫のアレコレをご紹介します♪

- 一緒に受診、一緒にデイサービス♪ ちょっとした「てまひま」が秘訣!
- 介護拒否にも理由あり!
- 拒否する背景に思いをさせよう
- まずは家族だけで、クリニックや病院へ相談に行ってみよう
- 介護サービスを利用する前に、担当者や顔見知りになろう!



**病院は、一緒に受診 かかりつけ医に協力を**

介護拒否の入口は、まず受診拒否。とりわけ、「もしかしら認知症かも」という不安が心にあると、「どこも悪くない! 病院なんか行かなくていい」とかたくなに受診拒否をすることも。「私の健康診断についてきてくれない?」と一緒に受診するのも手です。かかりつけ医と事前に申し合わせて、専門医につなげてもらうのも良いですよ。家族の言うことは聞かなくても、かかりつけ医の言うことなら、

案内聞いてくれるかも!!  
**家族も心から良いと思っていますか?**

介護拒否で多く見られることの1つがデイサービス拒否。無理やり引張って行っていたところ、デイ全般に苦手意識が芽生え、新しく次のデイへ行けるようになるまでに半年かかったなんてケースも。家族が事前にデイを見学して、本当に良いと思えるところを探しましょう。また、本人が慣れるまで一緒にデイに行つて、短時間過すという手もあります。

**相談窓口**：病院の「相談窓口」では医療ソーシャルワーカー (MSW) や看護師などが、病気のことだけでなく、介護保険やさまざまな相談に乗ってくれます。もちろん認知症の相談にも。介護施設の相談員 (ソーシャルワーカー) も同様です。

### ■ 認知症ケアの知恵「こんなとき どうする」 ■ ■ ■ ■

**知っている顔なら 介護もスムーズ**

あんなに嫌がっていたデイやヘルパーさんも顔見知りになってしまえば、本人も案外すんなり受け入れてしまふもの。ヘルパーさんに「私の友だち」として家に遊びに来てもらうふうを装ったり、初回は外の喫茶店で待ち合わせをして紹介してみたり、事前に顔見知りになることで、安心感が生まれます。

**介護者には切り替えが、趣味などの息抜きも◎**

ヘルパーが来るとなれば事前に家をきれいに掃除、シヨートステイに預けている間も始終心配、結局余計に疲れてしまった…なんて、まじめな家族にこそ起こりがちなこれらの現象。介護者にとって大切なのは、「割り切り!」です。といっても、なかなか切り替えは難しいもの。共倒れしないために、シヨートステイをこまめに利用し、「介護フリータイム」を楽しむ訓練をしてみては?!

◆ 目的をきちんと伝える

◎ 「私のためにお泊りに行ってくれませんか」

◎ 「結婚式に出席しなくてはならないから」

「疲れてしまったので、私のために、今晚だけ」結婚式に出なくてはならないからなどと、目的を伝えれば、分かってくれることは多いものです。「どうせ言ってもムダ」と思わず、きちんと向き合つて、話をしてみましょつ。

◆ 介護拒否の理由を探ろう

◎ デイサービスに和式トイレがない!

デイを嫌がると思つていたら、実はデイのトイレには洋式しかなく、家のような和式がなかったからというところもありました。デイに限らず、介護拒否には本人なりの理由があります。拒否する背景を探ることも重要なポイントです。

◆ 備えあれば憂いなし

◎ 受診拒否には、「相談窓口」を

一人で悩まず、医療機関の「相談窓口」を訪ねてみましょう。

◎ アウトリーチの利用を

アウトリーチという、専門医の「出前診療」の制度もあります。包括支援センターで相談しましょう。

◎ 診療科の看板に過敏に反応

「精神科」もの忘れなんて看板に拒否反応を示すことがあります。事前に、相談員と受診する際の工夫を話し合いましょつ。

◎ 施設見学へは複数で!

デイなどの見学では、家族が事務的な話を聞いている間に本人が一人取り残されて、不安を増大させることがないように、ほかの家族や友達などにも付き合つてもらいましょつ。

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。

**新興医学出版社**

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

みやなが かずお

**宮永 和夫 さん**

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。

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。

「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<br>「松沢病院」<br>京王線・八幡山駅<br>03-3303-7211 | 目黒区<br>世田谷区<br>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>毎週火曜の家族相談</li> <li>アウトリーチ（出前診療）</li> </ul>  <p>センター長の<br/>新里和弘さん</p>             |
| 地域連携型センター<br>「三宿病院」<br>東横線・祐天寺駅<br>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>セラピストによる支援プログラム</li> <li>目黒区のネットワークづくり</li> </ul>  <p>センター長の<br/>清塚鉄人さん</p> |

～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～金 9時～5時
- 来所相談 予約制

無料



東横線・学芸大学駅 03-3713-8205

# めぐろ認知症サポートマップ



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

- 1 ラミヨ** 祐天寺駅  
 どこ：五本木1-5-11 ラミヨ  
 いつ：第2土曜・第2日曜・第4土曜 1時～4時
- 2 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
- 3 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
- 4 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
- 5 西小山** 西小山駅  
 どこ：目黒本町6-6-8 西小山診療所  
 いつ：第1日曜 1時半～3時半
- 6 YORO** 西小山駅  
 どこ：原町1-5-7 養老乃瀧西小山店  
 いつ：5/22、7/24、10/23 1時～3時
- 7 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
- 8 リハビリ工房** バス：東京医療センター  
 どこ：八雲5-10-22 リハビリ工房  
 いつ：第3土曜 1時半～3時半

～NPO運営の認知症カフェ～  
**Dカフェ**

- 9 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 10時～12時  
 本人同伴で参加できます  
<http://takenoko.kazekusa.jp/>
- 10 レビー小体型家族会 おしゃべり会**  
 どこ：学芸大学駅そば  
 いつ：最終日曜 午後  
 「レビー おしゃべり会」で検索

～当事者家族が主催～  
**家族会**

- 11 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
- 12 あづまの会**  
 どこ：目黒区役所  
 いつ：第3水曜 1時半～3時半
- 13 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
- 14 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
- 15 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

～ボランティアが運営～  
**介護者の会**

活動のスケジュール 2016年3月～9月

| 名前    | 3月          | 4月                      | 5月                     | 6月                     | 7月                      | 8月                     | 9月                      | 連絡先                     |  |
|-------|-------------|-------------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------|--|
| Dカフェ  | ①ラミヨ        | 12(土)<br>13(日)<br>26(土) | 9(土)<br>10(日)<br>23(土) | 14(土)<br>8(日)<br>28(土) | 11(土)<br>12(日)<br>25(土) | 9(土)<br>10(日)<br>23(土) | 13(土)<br>14(日)<br>27(土) | 10(土)<br>11(日)<br>24(土) | ←ゲストを囲んで<br><br>NPO「Dカフェnet」<br>03-3719-5592<br>d-cafe@kazekusa.jp |
|       | ②まちかど保健室    | 28(月)                   | 25(月)                  | 23(月)                  | 27(月)                   | 25(月)                  | 22(月)                   | 26(月)                   |  |
|       | ③さんま        | 18(金)                   | 15(金)                  | 20(金)                  | 17(金)                   | 15(金)                  | 19(金)                   | 16(金)                   |  |
|       | ④でんどう       | 5(土)                    | 2(土)                   | 7(土)                   | 4(土)                    | 2(土)                   | 6(土)                    | 3(土)                    |  |
|       | ⑤西小山        | 6(日)                    | 3(日)                   | 1(日)                   | 5(日)                    | 3(日)                   | 7(日)                    | 4(日)                    |  |
|       | ⑥YORO       | -                       | -                      | 22(日)                  | -                       | 24(日)                  | -                       | -                       |  |
|       | ⑦東が丘        | 9(水)                    | 13(水)                  | 11(水)                  | 8(水)                    | 13(水)                  | 10(水)                   | 14(水)                   |  |
|       | ⑧リハビリ工房     | 19(土)                   | 16(土)                  | 21(土)                  | 18(土)                   | 16(土)                  | 20(土)                   | 17(土)                   |  |
| 家族会   | ⑨たけのこ       | 4(金)<br>18(金)           | 1(金)<br>15(金)          | 6(金)<br>20(金)          | 3(金)<br>17(金)           | 1(金)<br>15(金)          | 5(金)<br>26(金)           | 2(金)<br>16(金)           | 03-3719-5527<br>takenoko@kazekusa.jp                               |
|       | ⑩レビー おしゃべり会 | 27(日)                   | 24(日)                  | 29(日)                  | 26(日)                   | 31(日)                  | 28(日)                   | 25(日)                   |  |
| 介護者の会 | ⑪天空(そら)の会   | 10(木)                   | 21(木)                  | 12(木)                  | 9(木)                    | 14(木)                  | 4(木)                    | 8(木)                    | 03-5428-6891 北部包括支援センター  |
|       | ⑫あづまの会      | 16(水)                   | 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  |
|       | ⑬なごみの会      | 17(木)                   | 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  |
|       | ⑭悠楽(ゆら)の会   | 23(水)                   | 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  |
|       | ⑮八重(やえ)の会   | 24(木)                   | 28(木)                  | 26(木)                  | 23(木)                   | 28(木)                  | 25(木)                   | 29(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！





# 介護のミカタ

頼もしい現場のスペシャリストたち

## ホームヘルパー&ケアマネ

池田謙吾さん  
はぎ介護センター



- ご利用者さんの本音がぼろっと出てことがあります。それを手掛かりに、その方のニーズを引き出していく、それがヘルパーの仕事です。(ホームヘルパー 池田謙吾さん)
- ご家族には「ときには俳優になってください」と言っています。認知症ケアでは、さらっと受け流すことと同時に、演じることも大事なんです。(薬剤師 新井和子さん)
- 「これから、どうしたらいいかわからない」と相談に来る人には、「時間をかけて、ゆっくり、考えていきましょう」と言葉をかけます。(認知症サポート医 新津彰良さん)

## 在宅介護を続けるには、遠慮せず、どんどん質問を!

ホームヘルプサービス(訪問介護)は、ケアマネの作成したケアプランに従って行います。排泄・入浴・食事など、利用者の身体に触れて行う“身体介護”。そして掃除・洗濯・調理などの“家事援助”

の二種類があります。ケアマネでもある池田さんは、ホームヘルパーを「介護の最前線にいる人」と位置付けます。そして、ご家族には「ヘルパーに、どんどん質問してください」と声をかけるそうです。遠慮はいらないのです。「こんなことお願いできますか?」って。

## 「否定形」の言葉は、使わないようにしようね!

「年齢による物忘れなのか、病気による物忘れなのか。その判断は自分ではなかなかむずかしい」と言っつのは、薬剤師でケアマネの新井さん。ひとり考えていないで、かかりつけのお医者さんに相談することを勧めます。

でも…。「認知症のお薬が出されたというだけで、もうだめにな

## 薬剤師&ケアマネ

新井和子さん  
小滝薬局



「つちゃうんじゃないかという不安を持ってしまおう人がいます。本人より、むしろ家族の方に多いですね」  
薬剤師の立場から、症状が進まないように、いまの生活が維持できるように、本人の気持ちに寄り添ってアドバイスをしていきます。

「町のかかりつけ薬局の務めですもの」  
一方で、家族の方にも協力を求めます。  
「あれもダメ、これもダメという、否定形の言葉は極力使

わないようにとお願いします」  
「家族が元気で穏やかな気持ちでいたら、いい介護ができるんですよ」  
ご自身も、両親と義母、三人の介護をされた新井さん。貴重なその体験を次の世代につなげます。

「最初に『こうしてあげたい』をイメージしてみましょ!」  
家族の様子がどうもおかしい。ひよっとしたら認知症??

## 認知症サポート医

新津彰良さん  
新津医院



方向性を話し合い、適切な方針を提案します。  
提携する病院や他科のクリニック、そして介護保険の窓口である地域包括支援センターやケアマネさんなどと連絡を取り合い、患者さんとご家族の暮らしをサポートしていきます。

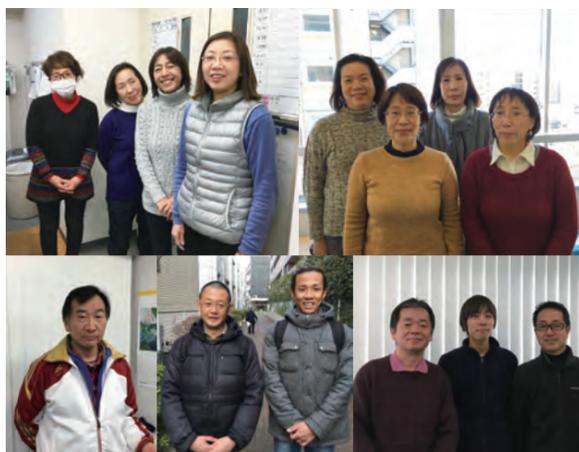
また、来院がむずかしい人には、訪問診療で支えています。

認知症サポート医: 認知症の地域医療で、中核的な役割を担う医師。リストは区のホームページからダウンロードできる。

ホームヘルプサービス: 介護保険サービスの柱のひとつ。訪問介護ともいう。ヘルパーが家を訪問し、介護や生活の世話をします。

# 介護のミカタ 『われらDカフェ応援団』

訪問介護 ケアプラン作成 24時間定期巡回訪問 障害福祉 看護師・家政婦(夫)紹介



## ハンドメイドのケアサービス はぎ介護センター

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

目黒区目黒2-8-10 アーバン目黒7階  
Tel 03-5436-6081  
<http://www.hagi-kaigo.co.jp/>

## 洗足在宅介護支援センター

ケアプラン作成

訪問介護  
福祉用具

## 目黒支援センター

まごごとと  
安心のサービス

☆東急目黒線洗足駅1分  
電話 03-5749-5411



目黒区洗足2-25-16

## 訪問看護ステーション STORY



病気・介護の相談は  
03-6452-3539

☆目黒区全域  
☆24時間対応  
☆赤ちゃんからお年寄りまで



保健師 看護師 助産師 認知症ケア専門士

目黒区中町2-31-10 <http://kango-story.com/>

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

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

☎03-3717-7143 <http://www.nice-care.co.jp>  
介護保険以外は [こちら](#) →

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

## 《生羅》クオリティ!!

“関わりあい”を大切にしています✿

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。

☆デイサービス中央町  
☆訪問介護  
☆ケアプラン作成

Tel 03-5720-7797  
Fax 03-5720-7798

☆デイサービス都立大学  
Tel 03-5726-9297

目黒区中央町2-16-3 ミネタウンハウスB棟 <http://e-seira.jp/>




## 介護・看護・住まいのことならやさしい手

ご利用者数約2万名!  
約1,500名の経験豊富なスタッフが  
24時間365日多様なサービスで  
みなさまの在宅生活を支えています。

目黒区店舗 訪問介護:3店舗、ショートステイ:1店舗  
デイサービス:3店舗、居宅支援:3店舗

お気軽にご相談ください。

|         |               |
|---------|---------------|
| 訪問介護    | サービス付き高齢者向け住宅 |
| 訪問看護    | 定期巡回          |
| 居宅支援    | 住宅改修          |
| 訪問入浴    | 福祉用具レンタル販売    |
| 訪問入浴    | 看護小規模多機能      |
| ショートステイ | 人材紹介派遣        |

在宅介護 やさしい手 ☎0120-885-082 やさしい手 検索

## 自由が丘訪問看護ステーション

～24時間365日緊急対応体制をとっています～

目黒で最初の訪問看護ステーションです。  
地域のみなさまとの信頼関係を大切に、  
在宅療養の「質の向上」に取り組んでいます。

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

医療処置 認知症ケア 末期・難病  
食事や排泄のケア リハビリ 床ずれ 介護相談

目黒区自由が丘1-23-24 サンテラス自由が丘101

## 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

目黒区目黒1-5-4 ウエーラーマンション101

# 暴走ばーちゃんを止める術とは……！？



青山ゆづこ(あおやまゆづこ) 1985年茨城県生まれ。「体験型」介護ジャーナリスト/フリーライター  
 「週刊SPA!」などで記者として活動しつつ、漫画を執筆。2011年(25歳)から「夫婦揃って認知症」の祖父母と同居し、  
 20代の介護素人ながら認知症に向き合う。介護専門情報サイト・オアシスナビにて「孫娘のガチンコ介護マンガ」  
 好評連載中。http://www.oasisnavi.com/chiebukuro/manga/  
 http://ameblo.jp/yuka-yuzu-yuu/



◀松葉づえで登場、榎林ドクター

「どうしたんです？」  
「伊豆の島でちょっと…」  
ラミヨの階段昇降機が役に立ちました。  
「これに乗ってみたかったんですよ。うふふふ…」  
(ラミヨ 10月10日)

Dカフェ・でんどうの売りは、“アイデア・ものづくり”▶

岩田さんはアイデアレディー。牛乳パックを加工して「びっくり箱」を作りました。輪ゴム仕掛けで、ふたを開けるとバラバラと、厚紙が舞い上がります。95歳の大瀧さんも。ご家族と満足の笑顔。(でんどうオープンの日 9月5日)



岩田さん



大瀧さん



▲旭川からのお客さん

旭川市社会福祉協議会の皆さん。「認知症カフェを作りたい」とネットを通じて連絡してくれました。でも目黒まで来ちゃうとは！(ラミヨ 11月8日)



▲年忘れラミヨ寄席

高座を務めたのは、安楽亭くしやみ師。本名・新里和弘さん。そう、あの松沢病院の…。持論の「認知症と笑いの効用」をこんな形で実践してくれました。古典から「饅頭怖い」。そして創作落語「あんこ」。松沢(?)と思しき病院のドクターとナースを主人公にした認知症落語です。(ラミヨ「Dカフェ懇話会」12月12日)



◀暮れのラミヨは恒例の中華パーティー

介護者で元オーナーシェフの谷口さん。今年のスペシャルメニューは“烏骨鶏の薬膳スープ”。初参加のご夫婦「いつも、こんななんですか」「いいえ、きょうだけ。ラッキーでしたね」(ラミヨ 12月26日)



# ご家族も安心できる

## 有料老人ホームの賢い選び方

いい老人ホームは  
**本人の状態に合わせて**  
選ぶことが重要。

～専門家に相談することが大切～



療養型病院にケアワーカーとして7年、その後ケアマネジャー5年、介護保険施行より施設、在宅介護に携わる。

世田谷入居相談室 室長 **木村 利之**

ご家族のために老人ホームを探される際「どうやって選べばいいの?」とお困りになる方も多いはず。今回『でいめんしあ』では、老人ホームを第三者の立場で案内している「有料老人ホーム情報館」で目黒地区を担当されている、木村さんにお話を伺いました。

「**有料老人ホームは、皆さんどうやって探されているんですか?**」

近所の老人ホームを調べるか、ケアマネジャーやお友達の口コミが多いようです。でも、都内では有料老人ホームだけでも700件以上※あるんですね。「急いでたの

あって、お友達のお母様が入居されていていいと聞いたホームに、すぐ見学して決めちゃったの。でもそこは、お元気な方が多くて、目が離せない母には合わないんです。もつとちゃんとみてもらえるところを探したいんです」と、このようにご相談をいただくこともあります。

「**では、いい老人ホームはどうやって探せばいいのでしょうか?**」

まず、いいホームとは、誰にとっても「いい」ホームではないんですね。私たちは、ご本人に合ったホームを探してあげることが結果、いいホームに繋がると思っています。

### 【PR】 有料老人ホームの選び方

そのためには、お体の状態を一番に考慮することが重要です。先程の方のように「お友達がいいホームと言っていたから」といっても、そのホームが自分のお母様にも合うとは限りません。ご家族が通いやすいなど立地や費用、新しい、広い、きれいといったハード面も大切ですが、お友達のお母様と自分のお母様のお体の状態が違っていたら、ホームを探す条件の優先順位は変えたほうが良いでしょう。

たとえば、認知症の方であれば、受け入れ実績が多いホーム。そのようなホームは認知症の方が生活しやすい環境づくりをされていることもあります。持病をお持ちであれば、ご病気に配慮した対応をしているホーム、重介護の方や医療行為がある方のためにスタッフの体制を整えているホームなど、老人ホームも

特徴があるんですよ。ですから、ご本人に合ったホームを探すためにも、ぜひ私たちに相談してほしいと思います。急いでいるなら特にですね。しかし、初めてご相談する方は**特定ホームへの強要があるのではないかと考える方もいるのでは…?**

そうですね。なので、私たちはできる限りご相談者とお会いするよう心がけています。実際お会いすることによって、信頼できる相談員か判断していただき、また私たちとしても、ご本人のご状態やご家族の想いなどを、細かなお話を伺った上で、ご要望に合ったホームを提案していきます。私たちの想いばかりでご紹介してもミスマッチであれば、納得されないでしょうし、信頼いただけないじゃないですか。

ご相談は、二子玉川と横浜

にある「有料老人ホーム情報館」にご来館いただき相談することもできますし、ご自宅や病院の相談室まで私たちが相談員が訪問することもよくあります。相談員には女性も多く、実際自分の親の介護経験がある者や、老人ホームへ入居させた者もいるんですよ。

木村さん、ありがとうございます。ご紹介されたホームへの見学同行や、不安な方には契約時、入居時の立会いもされているそうです。入居後のアンケートでは、95%もの方が「有料老人ホーム情報館」に相談して良かったと答えているとのこと。ご面談、お電話でも相談できるほか、インターネットでも全国の情報を見られるそうです。

お住まい探しに悩まれている方は、気軽に相談してみたいかがでしょうか。

### 有料老人ホーム情報館【二子玉川入居相談室】 電話・来館・訪問 相談 **相談無料**

イロイロ ロウジンホーム  
**0120-16-6246**  
受付時間 9:00~19:00 (土日祝も可)  
〒158-0094 020  
東京都世田谷区玉川  
3-14-5 柳小路北角3F  
交通:東急田園都市線「二子玉川」駅  
徒歩5分 高島屋裏



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 有料老人ホーム情報館 [検索](#)

※サービス付高齢者向け住宅やグループホームを入れると1,000件を超えます。

三宿病院が「地域連携型認知症疾患医療センター」になりました

認知症疾患医療センターには二つのタイプがあります。

一、地域拠点型

2012年、松沢病院が東京都より指定を受けました。目黒・世田谷・渋谷の3区を活動圏域としています。認知症患者の鑑別診断・療養・入院などの対応を地域の関係者と連携して取り組みます。また、かかりつけ医や看護師などへの研修事業を行います。受診が困難な人を対象にした「アウトリーチ（出前診療）チーム」も持っています。

二、地域連携型

昨年9月、三宿病院が目黒区の地域連携型

センターとして東京都の指定を受けました。

専門職による認知症相談、迅速・正確な鑑別診断、生活指導などを行います。区や松沢センターと連携して、区内の医療・介護関係機関とのネットワークづくりを行います。

これにより認知症の相談窓口がより広く充実してきたといえます。

東京都には現在、2012年に指定された12の地域拠点型と、新たに指定された29の地域連携型、合わせて41の認知症疾患医療センターがあります。



次号予告 2016年9月15日発行

- グラビア Dカフェ紹介  
「Dカフェ・YORO」新設(予定)の「Dカフェ・せらびあ」の探訪ルポ
- 認知症ケアの知恵「こんなときどうする」  
見えないものが見える!? せん妄、幻覚への対応アイデア
- インタビュー「介護のミカタ」  
医療や介護の現場で働くスペシャリストたちに聞く

介護者がつくる認知症情報誌

でいめんしあ No.4

2016年(平成28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

本誌は平成27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/>

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。



オハナクラブ

入会受付中!

オハナクラブは、シニアライフをサポートする日比谷花壇の無料会員制度。エンディングに役立つ情報のご提供や、各種特典をご用意しています。



入会申込・事前相談・資料請求

24時間対応フリーダイヤル

0120-06-3987

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



# “チームDカフェ”に参加しませんか？



## ～応援スタッフ募集～

それぞれの場で、それぞれの裏方チームが活動中

### ◇Dカフェ各店

- ・会場の準備
- ・備品や食品などの調達
- ・受付や会計、実施報告

### ◇「でいめんしあ」

- ・取材や撮影
- ・校正
- ・配送手配

### ◇認知症ぶらさミーティング

- ・宣伝物の制作
- ・会場の設営・準備・撤収
- ・撮影、リポーティング



#### チーム東が丘&リハビリ工房



田邊さん  
野寺さん  
笹川さん



#### チームさんま 田中さん、清水さん



#### チームでんどう 浅田さん、土屋さん



#### チームぶらさミーティング



問い合わせ：NPO「Dカフェ net」 d-cafe@kazekusa.jp 03-3719-5592

## 安心とゆとりの 24時間看護・ 介護体制

全施設共通です

医療福祉連携室 アドバイザー 松橋が  
ご案内致します。



お問合せは、携帯番号  
**070-5563-3202**にて承ります。

東京都

### サニーパレス京橋

東京都中央区新川2丁目12-3  
TEL.03-3553-3783

#### 最寄駅

- ・日比谷線 八丁堀駅 徒歩5分
- ・東西線 茅場町駅 徒歩5分



### サニーパレス四谷壱番館

東京都新宿区荒木町14番地  
TEL.03-5368-6891

#### 最寄駅

- ・丸の内線 四谷三丁目駅 徒歩5分
- ・都営新宿線 曙橋駅 徒歩5分



埼玉県

### サニーポート川口

埼玉県川口市東川口5-4-10  
TEL.048-290-1301

#### 最寄駅

- ・JR 武蔵野線、または埼玉高速鉄道
- ・東川口駅 徒歩7分



## サニーペット株式会社



お伺いできる歯科医師

**500名**以上

設立から**11年**で

**1万件**超の相談実績

2014年3月～2015年8月 776名 対象

患者様、介護者様の  
ご要望・ご希望にお応えします。

**対象** おひとりで外出が困難な方

- 全て保険が適用されます。
- “交通費・出張費”はかかりません。
- 入れ歯の修理・作成       むし歯の治療



歯医者さんが  
ご自宅まで伺います!!

相談無料です。  
お気軽に  
ご相談下さい。



**訪問歯科119番**

訪問歯科119

検索

ナルサ イー歯 に!!

**0120-763-182**

【受付時間】9:00～19:00(土・日・祝も対応) ※お盆・年末年始はご相談のみ。

ご入居者様1.5名様 に対し看護・介護スタッフ1名

心に  
寄り添う

万全の介護体制

介護付き有料老人ホーム

# せらび恵比寿

経験豊富なプロの介護スタッフや専門知識や技術の習得に研鑽を日々積み重ねるスタッフが常に笑顔でサービスをご提供しています。  
また、講師を招いての生花・手芸・書道など様々なレクリエーションを行っており、ご入居者様にご満足していただいております。



## 上質なホスピタリティ



ご入居の方々を見守り、健やかな暮らしをサポートするために、実績に培われたケアノウハウと設備を整えています。

## ユニットケア・個別対応



ご入居者様1.5人に対し介護・看護スタッフが1人以上受け持つ手厚い介護体制を整えております。安心・充実のケアサービスをご提供いたします。



山手線「恵比寿」駅下車徒歩11分(約880m)  
山手線「目黒」駅下車徒歩10分(約800m)

## 充実の環境



心も体も生き生きとお過ごし頂ける様、施設内での健康管理への細心の心配りはもとより、施設内での往診や、万が一の緊急時にも24時間の連絡体制を備えております。

## こだわりの食事



食材の「旬」を大切に、美味しいものを美味しい時期に食べていただけるように施設内に完備した自社厨房でお食事を作っています。お一人おひとりの嗜好に合わせ、栄養を考えて献立を考えております。

姉妹施設

介護付き有料老人ホーム

# せらび有栖川

全19室の小規模だからこそできる、お一人おひとりに合わせたきめ細かい個別のサービスをご提供いたします。また、日々の生活を楽しんでいただけるように季節のお食事をご用意したり、イベントも実施しております。

入居者様同士の交流(レクリエーション、外出) 症状により移転することも可能です。

### 入居一時金

| 終身プラン   | 20㎡居室   | 18㎡居室   | 償却期間 |
|---------|---------|---------|------|
|         | 3,000万円 | 2,700万円 |      |
| 1年契約プラン | 20㎡居室   | 18㎡居室   | 償却期間 |
|         | 600万円   | 540万円   |      |
| 月払いプラン  | 20㎡居室   | 18㎡居室   | 償却期間 |
|         | 50万円    | 45万円    |      |

### 月額利用料

|                   |          |
|-------------------|----------|
| 食費                | 75,600円  |
| 管理費               | 111,600円 |
| 基本運営費             | 80,228円  |
| <b>計 267,428円</b> |          |

### 介護保険 自己負担分

| 要支援1   | 要支援2    | 要介護1    | 要介護2    | 要介護3    | 要介護4    | 要介護5    |
|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 5,845円 | 10,072円 | 17,430円 | 19,522円 | 21,779円 | 23,871円 | 26,095円 |

### 毎月かかる費用は

①月額利用料

+

②介護保険自己負担分

+

③その他費用

※所定回数以上の入浴・洗濯、その他実費にてお支払いして頂く費用

- ◆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
- ◆利用料の支払い方式 / 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 (一般型特定施設)
- ◆専用居室区分 / 全室個室
- ◆介護にかかわる職員体制 / 1.5 : 1以上

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

お問い合わせ / ご見学申し込み

株式会社日本ケアリンク  
〒101-0054 東京都千代田区神田錦町3-15  
NTF竹橋ビル6F

www.j-carelink.co.jp

せらび恵比寿

〒153-0062 東京都目黒区三田2-10-20  
TEL: 03-5723-8887 FAX: 03-5723-8886



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



0120-741-650

ベネッセの介護付有料老人ホーム\*

サービス付き高齢者向け住宅

2015年  
10月オープン

# くらら西馬込



土地建物の所有形態 事業主体非所有

歴史と緑が薫る街で、地域の子どもたちとふれあいながら  
手厚い「介護・看護」に包まれた、ご自分らしい暮らしを。

都営浅草線「西馬込駅」より 徒歩 **4分** (約270m)



くらら西馬込 4階リビングルーム兼食堂兼機能訓練室

- 介護保険給付基準を上回る **手厚い人員体制**\*1
- 介護職員が24時間、看護職員は **日中365日常駐**\*1
- 3世代・4世代間の交流もできる **学童クラブ**をホームに併設(予定)
- 認知症の人**が安心してお過ごしいただける **フロア**をご用意

(要介護1の場合) **利用料金のご案内** [税込表記]

|       |   |
|-------|---|
| 入居金   | ご契約時に賃料6ヶ月分の敷金(750,000円)をお預かりします。敷金は契約終了時に原則全額返還いたします。  |
| 月額利用料 | ①月額施設利用料 272,960円(賃料125,000円・食料費*2 29,160円・管理費*3 118,800円)<br>②上乗せ介護費用*1 97,200円                |
| 負担分   | 上記のほか介護保険自己負担分*4が毎月かかります。<br>負担分は「所得」「要介護度」によって異なります。*5 (1割負担の場合の金額) 7,344円(要支援1)~29,167円(要介護5) |

“くらら西馬込”の暮らしを  
実際にご体験いただけます。

**「有料ショートステイ」実施中!**  
2016年9月30日(金)のご利用終了分まで

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。  
※ホームの状況によっては、他ホームになる場合もございます。

都営浅草線「西馬込駅」より徒歩4分の好立地!(約270m)



住所 東京都大田区西馬込1-29-12

●お支払い方法は3通りご用意しています。賃料など、一部の費用をご契約時に前払いいただき、毎月のお支払い額を低くすることも可能です。詳しくはお問い合わせください。●自立の方もご入居いただけます。月々の自己負担金額についてはお問い合わせください。

「くらら西馬込」の同一建物内には、弊社学童保育事業所である「ベネッセ学童クラブ西馬込」を併設いたします(2016年4月開所予定)。詳しくはお問い合わせください。



ご入居募集中

ベネッセの介護付有料老人ホーム

## アリア目黒洗足

広大な敷地に樹齢60年のソメイヨシノの大木があり  
四季を感じられる緑あふれるホームです。

住所 東京都目黒区原町2-15-2 東急目黒線「西小山駅」下車、徒歩12分(約950m)



※一般型特定施設入居者生活介護・サービス付き高齢者向け住宅 \*1当ホームでは介護保険給付基準を上回る、要支援者および要介護者2名に対し、常勤換算1名以上の職員体制(週40時間換算)をとっています。この基準を上回る手厚い人員体制分の料金をとして算出した上乗せ介護費用を頂戴しております。なお、夜間(22時~翌6時)最少時の介護職員数は3名(満床時)です。\*21日3食を30日提供の場合。\*3施設の維持・管理費、水光熱費、厨房維持費等を含む。\*4「夜間看護体制加算(要支援を除く)」「医療機関連携加算」「介護職員処遇改善加算」「サービス提供体制強化加算(18単位/日の場合)」をすべて含めた1割負担額の金額を表示しております。なお、「看取り介護加算」については、法令に定められた条件を満たした場合、自己負担額に加え算定することができます。詳細はお問い合わせください。\*5一定以上の所得がある方は、2015年8月1日以降、ご入居時期に関わらず、利用者負担が2割となります(自己負担割合は、介護保険の「負担割合証」でご確認ください)。●当ホームは医療機関ではありませんので、入居加療が必要になった場合は医療機関での治療が必要となります。●ご入居者個人のおついで、医療費、嗜好品購入費等は上記料金に含まれていません。●介護保険自己負担分は1ヶ月を30日として算出しています。●記載料金は、消費税が含まれています(賃料、敷金、介護保険自己負担分は非課税)。

【くらら西馬込 ホームの概要】敷地面積1,371.22㎡■延床面積2,947.51㎡(うち有料老人ホーム部分は2,749.01㎡)■構造規模/鉄筋コンクリート造 地上4階建・1棟■土地建物の所有形態/事業主体非所有■居室数/68室(定員68名/全室個室)■居室面積/18.0㎡■入居要件/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/建物賃貸借方式■利用料の支払方法/選択方式■職員体制(看護職員+介護職員)/2/1以上(週40時間換算)■東京都指定特定施設入居者生活介護【アリア目黒洗足 ホーム概要】■一般型特定施設入居者生活介護■居室区分/全室個室■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■入居要件/契約時原則65歳以上、入居時自立・要支援・要介護■職員体制(看護職員+介護職員)/2/1(週40時間換算)■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

下記、個人情報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、見学対応等のはか、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ら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。私どもはお預かりした個人情報をお取り扱いさせていただきます。

●写真はベネッセスタイルケアの施設の一部、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2016年1月現在のものです。広告有効期限:2016年9月末日

現地見学・入居相談のご予約、資料請求は今すぐ!

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 Y6031599 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 新宿モリスビル

各ホームの詳細は、ホームページで!  
ベネッセの介護 **検索**  
<http://kaigo.benesse-style-care.co.jp>

首都圏・東海・関西エリアを中心に 全国280ヶ所以上 有料老人ホームを展開しております。