

# 令和3年度 認知症関連事業のご案内



\*新型コロナウイルス感染症の状況により今後の予定は変更となる場合があります。

## 認知症が気になった時は

もの忘れチェック会	
内容	簡単な質問票で認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、後日、医療機関への紹介状をお渡しします。 国立精神・神経医療研究センター病院との共催です。
対象	もの忘れが気になる方、 認知症の診断を受けていない40歳以上の方
実施予定	① 4月27日(火) 午後2時～3時 上宿公民館 ② 5月25日(火) 午後2時～3時 中央公民館 ③ 6月22日(火) 午後2時～3時 なかまちテラス ④ 7月27日(火) 午後2時～3時 小川西町公民館 ⑤ 9月28日(火) 午後2時～3時 天神地域センター ⑥ 10月26日(火) 午後2時～3時 上宿公民館 ⑦ 11月20日(土) 午前10時～11時 福祉会館 ⑧ 1月25日(火) 午後2時～3時 なかまちテラス ⑨ 2月22日(火) 午後2時～3時 小川西町公民館 ⑩ 3月22日(火) 午後2時～3時 鈴木公民館
申込み	近くなりましたら市報等でお知らせします。 (各回定員あり)

医師によるもの忘れ相談会	
内容	専門の医師にもの忘れの相談ができます。 ※ 感染拡大状況により、相談は、会場のテレビ会議システム(ズーム)で行います。
対象	もの忘れなどの症状があり、認知症の心配がある方、 またはその家族等
実施予定	① 5月11日(火) 午後 花小金井南公民館 ② 7月13日(火) 午後 上宿公民館 ③ 9月14日(火) 午後 小川西町公民館 ④ 11月16日(火) 午後 福祉会館 ⑤ 3月8日(火) 午後 なかまちテラス
申込み	近くなりましたら市報等でお知らせします。 (各回定員3人)



もの忘れ相談医	
内容	もの忘れ相談医では、かかりつけ医ではなくても認知症の相談を受け付け、必要時に認知症の診断ができる医療機関を紹介します。
医療機関	こだいら認知症ガイドブックや高齢者のしおり、ホームページなどをご覧ください。 ※ かかりつけ医がいる場合は、まずかかりつけ医にご相談ください。



## 認知症の方を支援する地域づくり

認知症サポーター養成講座	
内容	認知症サポーターとは、認知症の方やその家族を見守る応援者です。認知症についての基本的な知識や関わり方を学ぶ1回90分程度の講座です。 ※ 2人以上の集まりへの出張講座も行っています。 出張講座は、オンラインでの講座も可能です。
対象	市内在住・在勤・在学の方
実施予定	① 5月27日(木) 午後2時～3時30分 場所：上水本町地域センター ② 7月14日(水) 午後2時～3時30分 場所：上水南公民館 ③ 9月2日(木) 午後2時～3時30分 場所：中央公民館 ④ 11月18日(木) 午後1時30分～3時 場所：上水新町地域センター ⑤ 11月19日(金) 午前10時～11時30分 場所：東部市民センター ⑥ 3月3日(木) 午後2時～3時30分 場所：福祉会館 ※ 上記以外にも、適宜開催いたします。 詳しくはお問い合わせください。
申込み	近くなりましたら市報等でお知らせします。(各回定員あり)



認知症支援リーダー養成講座	
内容	認知症の方とその家族の方が安心して暮らしていけるよう活動します。認知症カフェの企画やお手伝い、認知症サポーター養成講座の講師等をしています。 内容は、認知症の方への接し方、認知症の方や家族の気持ちの理解、傾聴について等の6日間の講座です。
対象	認知症サポーター養成講座を受講した方で、地域で認知症の方と家族を支えるための活動ができる方(年齢不問)
実施予定	7月 9日(金) 午後2時～3時30分 7月30日(金) 午前10時～11時30分 8月20日(金) 午前10時～11時30分 9月 3日(金) 午後2時～3時30分 9月17日(金) 午後2時～3時30分 10月 1日(金) 午後2時～3時30分 場所：福祉会館 小ホール
申込み	近くなりましたら市報等でお知らせします。(定員30人)



## こだいら認知症週間



11月15日(月)～20日(土)はこだいら認知症週間です。  
認知症の普及啓発のため、認知症に関する様々な事業を行っています。

- 11月15日～19日 市役所にて、ポスターの掲示
- 11月13日～25日 市内図書館にて、認知症関連図書やパンフレットの展示
- 11月20日(土) 午後 こだいら認知症週間講演会(予定)  
(テーマ未定) 会場：福祉会館

問合せ 小平市高齢者支援課  
電話 042-346-9539  
(平日 午前8時30分～午後5時15分)




## 認知症の方や家族の集う場所・講座

### オレンジカフェ


内容	地域で暮らす認知症の方やそのご家族、地域住民の方が集う場所です。詳しい日程や内容については、各地域包括支援センターへご確認ください。
対象	(1) もの忘れ等認知症の症状がある本人 または家族 (2) 認知症に関心がある方
実施予定	右記<オレンジカフェ開催一覧>参照
費用	1回あたり 無料 もしくは 100円 ※ 場所によって異なります

### <オレンジカフェ開催一覧>

地域包括支援センター名	原則実施日 (※祝日等により変更あり) 会場	内容	定員
けやきの郷	毎月第4木曜日・午後 上水新町地域センター 和室	談話、体操、レクリエーション、相談など  ※ 申込みの上ご参加ください。 ※ ご家族からの相談にも対応しております。 ぜひ一緒にお越しください。	15人
小川ホーム	毎月第1火曜日・午後 ほのぼの館 和室		15人
中央センター	毎月第3水曜日・午後 福祉会館 第1集会室		15人
多摩済生ケアセンター	毎月第1木曜日・午後 美園地域センター第1・2集会室		8人
小平健成苑	毎月第2金曜日・午後 鈴木公民館 学習室2		15人

※ 上記以外にも、地域で開催しているオレンジカフェもあります。詳しくは地域包括支援センターへお問い合わせください。

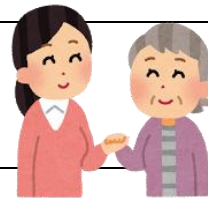
### 認知症本人交流会

内容	認知症になって、不安に感じている方は一人ではありません。思っていること、伝えたいことを、みんなで話してみませんか。本人同士で安心して話し合える場所です。
対象	認知症の症状 (もの忘れなど) がある方 ※ 家族も一緒に参加できます。
実施予定	① 5月13日 (木) ② 7月15日 (木) ③ 9月 9日 (木) 時間：午後1時30分～3時 ④ 11月18日 (木) ⑤ 1月20日 (木) ⑥ 3月17日 (木)  場所：中央公民館 学習室4
申込み	地域包括支援センター中央センターへ (各回定員10人)

### 認知症介護者交流会

内容	認知症の方の介護を行っている介護者同士が語り合い、交流する場です。聞いてみたいことや悩んでいることなど話してみませんか。
対象	認知症の家族を介護している方
実施予定	① 4月19日 (月) 午前10時30分～正午 ② 6月 7日 (月) 午前10時30分～正午 ③ 7月26日 (月) 午前10時30分～正午 ④ 10月25日 (月) 午後1時30分～3時 ⑤ 12月 6日 (月) 午前10時30分～正午 ⑥ 2月14日 (月) 午前10時30分～正午 場所：健康福祉事務センター第3・4会議室 (7月26日のみ福祉会館小ホール)
申込み	地域包括支援センター中央センターへ (各回定員10人)

### 認知症家族介護講座

内容	家族介護者同士が交流しながら、認知症の基礎知識、認知症の方への上手な接し方、ストレスとうまく付き合うための考え方 (認知行動療法) を6日間学びます。年間2コース (同じ内容です)。
対象	認知症の家族を介護する方
実施予定	① 5月17・31日、6月14・21日、7月5・12日 の月曜日 ② 10月4・18日、11月1・15・22・29日、12月13日 の月曜日 時間：午前10時30分～正午 場所：健康福祉事務センター第3・4会議室 
申込み	近くなりましたら市報等でお知らせします。(各回定員10人)

### 認知症家族介護講演会

内容	認知症の家族を介護する方を対象とした講演会です。
実施予定	年2回実施します。詳細が決まりましたら市報等でお知らせします。

## 小平市地域包括支援センター (高齢者あんしん相談窓口) 一覧表

**相談受付時間** 月～金 8:30～17:15 土 8:30～17:15 (けやきの郷は9:00～17:00)

地域包括支援センターは市が設置している高齢者の総合相談窓口です。

認知症に関する相談 (受診、対応方法、介護保険サービスの利用など) も受け付けています。

名称	電話番号	担当地域
小平市地域包括支援センター けやきの郷	042-349-2321	栄町1～3丁目、中島町、小川町1丁目、たかの台、津田町1丁目 上水新町1～3丁目、上水本町1丁目
小平市地域包括支援センター 小川ホーム	042-347-6033	小川西町1～5丁目、小川東町1～5丁目、津田町2～3丁目 学園西町1～3丁目、上水本町2～6丁目
小平市地域包括支援センター 中央センター (基幹型)	042-345-0691	小川東町、小川町2丁目、学園東町1丁目
小平市地域包括支援センター 多摩済生ケアセンター	042-349-2123	美園町1～3丁目、大沼町1～7丁目、仲町 学園東町2～3丁目、学園東町、喜平町1～3丁目、上水南町1～4丁目
小平市地域包括支援センター 小平健成苑	042-451-8813	花小金井1～8丁目、天神町1～4丁目、鈴木町1～2丁目 花小金井南町1～3丁目、回田町、御幸町