相談窓口

認知症になっても 自分らしく暮らす。

地域が支えるまちづくり

高齢者支援センター「ささえりあ」

高齢者の皆さまにできる限り住み慣れた地域で安心して生活していただけるように、専門スタッフが配置され、さまざまな支援を行います。

●熊本市高齢者支援センター
ささえりあ 尾ノ上
東区尾ノ上1丁目12-8 ラフォーレ19番館101
TEL096-331-6355

●熊本市高齢者支援センター
ささえりあ 保田窪
東区保田窪本町10-114 グランフィーネ保田窪1F
TEL096-387-8201

●熊本市高齢者支援センター
ささえりあ 託麻
東区戸島2丁目3-15
TEL096-380-7078

●熊本市高齢者支援センター
ささえりあ 江津湖
東区新生2丁目2-10
TEL096-214-6888

●熊本市高齢者支援センター
ささえりあ　あさひば
東区花立2丁目4番5号花立ヒルズ1F
TEL096-360-5550

認知症の人と家族の会・認知症コールセンター

家族や介護者が集まる機会がさまざまなところで提供されており、同じ立場にある介護経験者同士で、介護体験談の共有や情報交換をしています。公益社団法人　認知症の人と家族の会では、熊本県と熊本市が委託を受け、介護経験者が相談に応じる「認知症コールセンター」を実施しております。若年性コーディネーターも配置されていますので若年性認知症の方もご相談下さい。

TEL 096-355-1755

認知症疾患医療センター

認知症の専門医療相談ができる医療機関です。現在熊本県には12か所指定されています。認知症の専門医療相談を行い、認知症医療に関する地域連携の中核となっています。

●熊本大学医学部附属病院　●くまもと青明病院　●くまもと心療病院
●山鹿回生病院　●阿蘇やまなみ病院　●益城病院　●平成病院　●吉田病院
●菊池病院　●荒尾こころの郷病院　●天草病院　●佐藤クリニック

（H30年3月時点）

熊本市東区役所（福祉課）
〒862-8555
熊本市東区東本町16番30号
TEL 096-367-9127



2018年4月　発行

認知症の方と家族のための

みんなでつくる やさしいまち サポートブック



熊本市　東区

認知症の方にやさしい地域づくり 一緒にはじめませんか？

厚生労働省の推計によると、2025年には高齢者の5人に1人が認知症を発症すると見込まれています。認知症は誰もが関わる可能性のある身近な病気です。東区では認知症になっても安心して暮らせるまちの実現をめざして、住民、専門職、学校、企業等と連携しさまざまな取り組みを進めています。

受講は簡単！

認知症を正しく理解し、対応方法などを学ぶ

「認知症サポーター養成講座」を随時開催しています。

講　師	研修を終了した講師（キャラバンメイト）
費　用	無料
時　間	60分～90分程度
申込み	詳細は熊本市ホームページもしくは東区役所（福祉課）まで





オレンジリングは“認知症の人と家族を応援します”という意思を示す目印です

まちの取り組み「認知症　声かけ訓練」

認知症の方は、目的を持って外出されますが、時には帰り道がわからなくなってしまうことがあります。認知症の方を家族だけで支え続けることは難しく、地域全体での見守り、協力が必要です。東区は、このように困った様子の方を見かけた時に、どのように声をかけ、対応するかを学ぶ取り組みを実施しています。



認知症かな？と感じる方に出会ったら

- 驚かせない：あせらず せかさず ゆっくり
- 急がせない：正面から 自然な 笑顔で
- 自尊心を傷つけない：声をかけて みてください

「認知症サポートリーダー（認とも）養成講座」

認知症サポーターを対象に、認知症の方や家族に寄り添う伴走者として活動できる人材を育成する講座です。2017年度は下記の内容で開催しました。

第1回（5月27日）

「災害時における対応とコミュニケーション」



熊本こころのケアセンター
センター長
矢田部裕介先生

第2回（6月12日）

「VR認知症体験」



（株）シルバーウッド
代表取締役社長
下河原忠道先生

第3回（8月5日）

「認知症になってからも尊厳と希望を持って暮らせるために」
～当事者中心のケアとまちづくり～

大牟田市
認知症ライフサポート研究会
代表
大谷るみ子先生

第4回（10月14日）

「認知症になってもあたりまえの暮らしができる新しい時代へ」

医療法人静光園 白川病院
医療連携室室長
猿渡進平先生

NPO法人たまな散歩道
理事長
西村哲夫先生

第5回（2月24日）

「認知症になっても安心して暮らせるまちづくり」
～私たちにできること～

熊本大学　大学院
生命科学研究部
准教授
安武綾先生





認知症カフェってなに？

くつろいだ雰囲気の中で、お茶をしながら気軽に介護の相談やお話ができる場所です。認知症の方はもちろん、家族、地域の方（子どもから高齢者まで）どなたでも参加できます。近年、認知症になっても社会との繋がりが絶えないよう、認知症カフェが全国的に広がっています。



東区認知症カフェMAP



東区認知症カフェ一覧

❶ みんなのカフェ

サンライフ長嶺
みんなのカフェ窓口

東区長嶺東3丁目3-66

☎096-380-6166

開設日時
毎月第2水曜日
14:00～15:30

利用料金 200円

どなたでもお好きな時間にお越しいただきゆっくり楽しい時間を過ごしませんか？笑顔でいきいきと過ごす場所を目指して日々工夫しています。一度お越し下さい。

❷ 赤とんぼ「オレンジカフェ」

赤とんぼ5階 赤とんぼホール

東区戸島西2-3-10

☎096-331-3737

開設日時
偶数月（6・8・10・12・2）
全5回開催　第1土曜日
時間：13：30～14：30

利用料金 200円

認知症の事で悩みや不安をお持ちの方、地域で支えたいと思っている方。お散歩の途中でもお気軽にお立ち寄り下さい。珈琲などを飲みながら、色々なお話をし、ゆっくりとした時を過ごしませんか。

❸ のらくら屋

いつでんきなっせ

東区戸島西1丁目23-63

☎096-214-6600

開設日時
第3土曜日
（状況により変更有）
14:00～16:00

利用料金 100円

手作りにこだわり、その時々で皆さんと一緒に楽しんで頂けるいろんな企画をたてております。気軽にご参加ください。

❹ as a cafe

NPO法人あやの里

東区山ノ内2丁目1－14

☎096-360-3511

開設日時
毎日9:00～17:00

利用料金 無料

イベント時は
参加料が必要な場合があります

クリエイティブな力で人を元気にする認知症カフェ as a cafe。ご本人もご家族も地域の人も、全ての人が楽しくリラックスできる空間を。まずは一度お立ち寄りください。

❺ 元気カフェなかよし

社会福祉法人 仁風会

東区尾ノ上3丁目3-1

☎096-381-8089

開設日時
毎月第3日曜日
14:00～16:00

利用料金 100円

●医療・福祉の専門職を配置しています。ゆったりとくつろげる雰囲気で優しいスタッフがお話を聴きますので、気軽にお立ち寄りください。
●希望に応じて介護予防の活動（脳トレ・体操など）を行います（参加自由）。

❻ ソラカフェ

ソラクリニック

東区佐土原2-7-1

☎096-273-9050

開設日時
不定期・土曜日
14:00～15:30
開催日はお問い合わせ下さい。

利用料金 無料

ソラカフェは、受診を考えているご本人やご家族が事前にクリニックの雰囲気を感じていただき、認知症サポート医や専門職に事前相談ができます。まずはお気軽にお問合せください。

❼ おひさまカフェ

奇数月　第3日曜日
江津しょうぶ苑・ささえりあ江津湖

偶数月　第3日曜日
かもみーる・さあえりあ江津湖

《奇数月》江津しょうぶ苑
東区画図町所島1040

《偶数月》デイサービスかもみーる
東区新生1丁目1-11-1階

かもみーる　☎096-234-8881
江津しょうぶ苑　☎096-370-5852
ささえりあ江津湖　☎096-214-6888

開設日時
14:00～15:00
（13:30～「役立つ豆知識講座」開催）

利用料金 100円

皆さんとお茶を飲みながら、おしゃべりして、すっきりして日々頑張って頂きたいと願い開催しています。『役立つ豆知識講座』も開催しています。どなたでもお気軽にお越し下さい。

❽ にこにこカフェ

（株）かいごのみらい
グループホーム泉ヶ丘

東区南町16-8

☎096-360-0055

開設日時
月1回 第3水曜日
14:00～16:00

利用料金 100円

地域の方主体に、さまざまなレクリエーションも企画して開催しております。子どもから高齢者までどなたでもお気軽にご参加いただけます。楽しい時間を一緒に過ごしませんか。

認知症は早期診断、早期治療が大切です!

「認知症は治らない」とあきらめていませんか?

認知症の中には治療により症状が改善する場合もありますので、他の病気と同様、早期診断、治療が大切です。認知症かな?と思ったらご相談下さい。

かかりつけ医（通院・訪問診療）

より身近な存在で、ご本人の病歴や生活環境を把握したうえで、診察を行い、症状についての説明や治療をします。

専門的な認知症診療が必要な場合には、専門医療機関への紹介などを行います。

医療機関MAP



認知症サポート医・専門医療機関

認知症サポート医とは、認知症の診療に習熟し、かかりつけ医への助言やサポートを行い、専門医療機関や高齢者支援センター（ささえりあ）等への連携の推進役となる医師のことです。また認知症の専門診療は認知症疾患医療センター（背表紙参照）の他にも「精神科」「脳神経外科」「神経内科」等の診療科で行われています。

❶ くまもと悠心病院

診療科目　精神科

住　　所　東区小山町1808-2

電話番号　096-389-1882

認知症の専門外来、入院治療を行っています。また「家族会」を開催し、ご家族の支援にも力を入れています。お気軽にお電話下さい。

要予約

❷ 窪田病院

診療科目　精神科・神経科

住　　所　東区長嶺東2-11-95

電話番号　096-380-2038

温かな配慮と家族支援を心がけております。お気軽にご相談下さい。100床

予約不要

❸ 本庄内科病院

診療科目　内科・消化器内科・呼吸器内科・循環器内科・放射線科・神経内科・漢方内科

住　　所　東区新外3-9-1

電話番号　096-368-2811

CT完備。当院では往診を行っており、看取りにも対応しています。併設の介護老人保健施設には訪問・通所リハビリテーションがあります。お気軽にご相談下さい。CT完備。予約不要

❹ 小柳病院

診療科目　精神科

住　　所　東区山ノ神2丁目2-8

電話番号　096-369-3811

開放的な環境の中、気持ちに寄り添ったチーム医療を提供。ご家族の相談にも迅速な対応を心がけております。受診の際には事前にご相談下さい。

❺ ソラクリニック

診療科目　精神科・心療内科・内科（もの忘れ外来有）

住　　所　東区佐土原2-7-1

電話番号　096-273-9050

初回受診時に診断及び治療を開始することができます。受診前にお気軽にご相談下さい。訪問看護や認知症カフェも実施しています。CT完備。要予約

❻ わかばクリニック

診療科目　内科・消化器内科

住　　所　東区若葉3丁目13-20

電話番号　096-285-6014

認知症の診断、治療、必要な場合には専門機関への紹介。訪問診療部門、訪問看護やケアマネージャーもグループ内事業所あり、医療支援、生活介護支援、ご家族の悩み相談にも迅速に対応します。予約不要

❼ そのだ脳神経外科医院

診療科目　脳神経外科・内科・リハビリテーション科（もの忘れ外来有）

住　　所　東区画図町所島135-1

電話番号　096-379-3888

問診・認知機能検査とCTで初診時に診断し、治療開始できるよう努めます。精査が必要な場合は専門医療機関に紹介。介護保険の相談も可。午後の予約制あり

❽ 悠愛病院

診療科目　内科・リハビリテーション科

住　　所　東区画図町下無田1139

電話番号　096-378-3355

月曜日と金曜日の午前中、ご相談をお受けいたします。受診前に電話でご連絡下さい。