

- 誰かと話したい、体験談や工夫していることを聞きたい
- できることを手伝いたい、ボランティアをしたい、イベントに参加してみたい

本人ミーティング

内容：認知症の診断を受けた方やもの忘れに心配のある方が集まって、日頃の生活の不安や悩み、工夫等について、気軽に話し合える会です。飲み物をご持参ください。

名称	開催日・時間	会場	連絡先	参加費
もの忘れがある方のおしゃべり会	6月9日(火)	防災センター4階会議室	03-3489-2422 地域包括支援センター こまえ苑	無料
	10月7日(水) 午前10時~11時	未定		
	2月5日(金)	未定		

認知症カフェ

内容：認知症の人やその家族、地域の方、ケアに携わる専門職が集い、お茶等を飲みながら自由におしゃべりができる場です。

名称	開催日・時間	会場	連絡先	参加費
さくらカフェ	毎月第2木曜日 午後1時30分~3時30分	こまえ正吉苑 二番館	03-5438-2522 地域包括支援センター こまえ正吉苑	300円
せせらぎカフェ	偶数月の第3火曜日 午後1時30分~3時 ※4月は16日(木)に開催	ふらっとなんぶ	03-3489-2422 地域包括支援センター こまえ苑	無料
	奇数月の第4土曜日 午後1時30分~3時	狛江共生の家 「多麻」		
こまカフェ	毎月第3水曜日 午後1時~3時	こまほっとシルバー相談室多摩川住宅	03-5438-3565 あいとぴあ 地域包括支援センター	無料
慈恵結びの会	7月4日(土)、9月5日(土) 12月12日(土)、3月13日(土) 午後10時~正午	東京慈恵会医科大学 西部医療センター ガジュマルホール	Jikei.dementia.c@gmail.com 東京慈恵会医科大学西部医療センター 認知症疾患医療センター	無料

つながり伴走支援 (認知症サポータースキルアップ実習)

内容：ステップアップ講座の内容から更に学びたい方を対象に、コミュニケーションを中心とした体験実習を行います。受講者には「チームオレンジバッジ」をお渡しします。

開催日程	時間	会場	内容	連絡先(申込先)
5月13日(水)	午後2時~4時	防災センター3階会議室	事前説明会	080-7994-9929 ケアステーション MIRAI
6月※	午前11時~午後3時30分 ※日程は個別に調整します。	つどいの場みらい よりみち 防災センター 等	認知症の方とのコミュニケーション体験 地域活動へ参加 など	
7月※				
10月※				
11月16日(月)	午後2時~4時	防災センター4階会議室	ミニ勉強会&活動報告 サポーター同士の交流	

狛江市
2026年度

認知症あんしんガイド

発行：狛江市高齢障がい課
高齢者支援係
電話：03-3430-1251

認知症のことを正しく知りたい・学びたい

2026年6月9日現在

認知症啓発イベント キッズサポーター養成講座

内容：認知症について広く正しく理解していただくための講座です。市内在住の小学生・中学生向けの内容となっています。詳細は、広報こまえをご確認ください。

開催日	時間	会場	内容	連絡先(申込先)
8月4日(火)	午後2時~4時	防災センター4階会議室	認知症のとらえ方に関する講義 本人視点のVR体験 など	03-3430-1251 高齢障がい課 高齢者支援係
8月5日(水)	午後2時~4時	防災センター3階会議室	キッズサポーター養成講座	

認知症サポーター養成講座

内容：認知症の正しい知識を持ち、認知症の人と家族を温かく見守る「認知症サポーター」になっていただくための講座です。受講者には「オレンジリング」をお渡しします。

開催日	時間	会場	内容	連絡先(申込先)
6月3日(水)	午後2時~3時30分	防災センター3階会議室	認知症を理解する 認知症サポーターとは 狛江市の取り組み チームオレンジ	03-3430-1251 高齢障がい課 高齢者支援係
9月1日(火)		防災センター4階会議室		
1月22日(金)		防災センター3階会議室		

認知症サポーターステップアップ講座

内容：チームオレンジ等の一員として活動したい、もっと学びたい方のための講座です。受講者には修了証と「ピンバッジ」をお渡しします。

開催日	時間	時間	内容	連絡先(申込先)
第1回 2月24日(水)	午後1時30分~4時	防災センター3階会議室	知識を深める	03-3430-1251 高齢障がい課 高齢者支援係
第2回 3月10日(水)		防災センター4階会議室	チームオレンジの活動に向けて	

チームオレンジ (みんなの居場所&支え合いの仕組み)

近隣の認知症サポーターがチームになって、認知症の人と家族を支える仕組みのことです。認知症の人やその家族、認知症サポーター等をはじめ、地域の方ならどなたでも参加できます。

名称	開催日・時間	会場	連絡先	参加費
つどいの場みらい cafe ひといき	毎週金曜日 午後2時~4時 ※祝日・年末年始はお休み	つどいの場みらい (中和泉2-3-13)	03-5438-3565 あいとぴあ 地域包括支援センター	300円
チームオレンジ 野川ひとのわ	第1・3・4木曜日 午後1時30分~3時30分 ※祝日・年末年始はお休み	野川のえんがわ こまち (西野川2-31-1)	03-5438-2522 地域包括支援センター こまえ正吉苑	100円
イベント 地域cafeみらい つながり カフェやイベントを 開催します。 ※雨天中止	5月22日(金) 正午~午後2時	狛江駅前ほこみち	080-7994-9929 つどいの場みらい 市川	無料 ※飲食代 有料
	10月2日(金) 正午~2時	市民ひろば		
	12月4日(金) 正午~2時	未定		
	3月5日(金) 正午~2時	未定		

●悩みや不安、心配ごとを相談したい

もの忘れ相談会 (予約制)

内容：市内でもの忘れ外来を担当している認知症サポート医による個別相談です。地域で高齢者の困りごと相談を担当している地域包括支援センターの職員が立ち会います。

開催日	時間	会場	申込期間
5月11日(月)	午後1時30分～4時30分	防災センター401会議室	4/15(水)～5/7(木)
7月7日(火)		防災センター301会議室	6/1(月)～7/2(木)
9月14日(月)		防災センター401会議室	8/17(月)～9/9(水)
11月10日(火)		防災センター301会議室	10/15(木)～11/5(木)
1月18日(月)		防災センター401会議室	12/15(火)～1/13(水)
3月9日(火)		防災センター301会議室	2/15(月)～3/4(木)

申込み・問合せ 03-3430-1251 (高齢障がい課 高齢者支援係)

夜間の介護相談会 (予約制)

内容：介護専門職等による個別相談です。仕事等で日中の相談が難しい方もお気軽にご利用ください。オンラインからの参加も可能です。

開催日	時間	会場	内容	連絡先
奇数月の第3金曜日	午後6時～8時	つどいの場みらい (中和泉2-3-13) ※電話、オンラインでの参加も可能	個別相談	080-7994-9929 つどいの場みらい 市川

相談窓口

内容：社会福祉士、保健師(看護師)、主任介護支援専門員等の専門職が相談に応じます。訪問等で不在のこともあるため、まずはお電話ください。

機関名	担当地域	開所日	開所時間	電話
狛江市役所 (福祉相談課)	市内全域	月曜日～金曜日	午前8時30分～午後5時	03-3430-1111 (代表)
地域包括支援センター	あいとぴあ	中和泉・西和泉 元和泉・東和泉	午前8時30分～午後5時30分	03-5438-3565
	こまえ正吉苑	和泉本町 東野川・西野川		03-5438-2522
	こまえ苑	岩戸南・岩戸北 猪方・駒井町		03-3489-2422
シルバークラウド相談室	狛江団地	狛江団地	午前9時～午後5時	03-3430-7121
	多摩川住宅	多摩川住宅 イ・二号棟		03-3480-6150
ふらっとなんぶ	岩戸南・岩戸北 猪方・駒井町	月曜日～金曜日		03-6774-4160

市内の認知症疾患医療センター※

内容：専門の相談員が相談に応じ、必要な方には外来受診予約の調整等を行います。

※認知症疾患医療センターは、認知症医療の中心的な機関として東京都の指定を受けた病院です。

機関名	担当地域	開所日	開所時間	電話
認知症疾患医療センター 東京慈恵会医科大学西部医療センター	市内全域	月曜日～土曜日	午前9時～正午 午後1時～午後3時	03-3480-0702 (直通)

●人と交流したい、介護について学びたい

家族介護者の会

内容：介護をされているご家族が集い、お茶等を飲みながら、気軽に情報交換や相談ができる場です。お気軽にご参加ください。

名称	開催日・時間	会場	連絡先	参加費
家族介護者の会	毎月第3木曜日 午後1時30分～3時30分	クオール薬局 狛江店2階	03-3430-1251 高齢障がい課 高齢者支援係	無料
こまえ正吉苑 ケアラーの会	毎月第4水曜日 午後1時30分～3時	こまえ正吉苑	03-5438-2522 地域包括支援センター こまえ正吉苑	
<出前講座> 5月27日(水)「加齢性難聴って何？」 11月25日(水)「未定」※日程変更の可能性があります。				
介護をされている ご家族のおしゃべり会	偶数月第3金曜日 午後1時30分～3時30分	狛江共生の家 「多麻」	03-3489-2422 地域包括支援センター こまえ苑	無料
	奇数月第3金曜日 午後1時30分～3時30分	ふらっとなんぶ		
<出前講座> 5月15日(金)「ヨガをして心も体もリフレッシュ!!」 12月18日(金)「アロマハンドトリートメントで癒されて」				
ほっとカフェ in 杉の子	毎月第2水曜日 午前10時～午後1時	杉の子	03-5438-3565 あいとぴあ 地域包括支援センター	無料 ※食事代有料
	<出前講座> 7月8日(水)「お野菜摂れてる?ベジチェック!!」 9月9日(水)「楽しく食べよう!賢く食べよう!!栄養講座」			

プレ介護者・介護者セミナー

内容：介護について知っておきたい情報を提供します。将来の親の介護について備えておきたい方も、お気軽にご参加ください。

開催日	時間	会場	テーマ	連絡先(申込先)
7月29日(水)	午後2時～3時30分	防災センター 402・403会議室	「理学療法士に学ぶフレイル・転倒予防」～いつまでも元気に暮らし続けるために～	03-5438-7270 ケアサポートモア内 狛江市介護支援専門員 連絡会事務局
9月29日(火)		防災センター 302・303会議室	「ひとりで抱え込まない介護へ」～地域包括支援センターができること～	
11月11日(水)		防災センター 402・403会議室	「お口の健康が全身を守る」～誤嚥性肺炎・低栄養予防のために～	
11月25日(水)			「認知症を正しく知ろう」～認知症カフェや地域活動の活用方法～	
1月27日(水)		市役所特別会議室	「介護になって慌てないために」～ケアマネジャーを知ろう～	
3月10日(水)		防災センター 302・303会議室	「訪問診療の役割と安心」～家で暮らし続けるための医療の力～	