●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) 10 月７日(水) 午前 10 時～11 時 ２月５日(金)	防災センター４階会議室 こまえ苑２階 未定	03-3489-2422 地域包括支援センター こまえ苑	無料

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 ガジュまるホール	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※ ７月※ 10 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	
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 11 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援する仕組み**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	中止		
	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 ※1 月は第４週	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	月曜日～土曜日 ※第３土曜日を除く	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	月曜日～土曜日		03-5438-2522
	こまえ苑	岩戸南・岩戸北 猪方・駒井町			03-3489-2422
こまほっとシルバー相談室	狛江団地	狛江団地	月曜日～金曜日	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			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）「マッサージで心も身体も癒しの時間を」			
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	
	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」			
ケアカフェひとやすみ	毎月第２水曜日 午前 10 時 30 分～11 時 30 分	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	
	＜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 ケアーサポートモア内 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～	