

認知症サポート
ミニガイド

認知症が疑われても、周りの人に相談できないことがあるかもしれません。

ひとりで悩んだり、ご家族だけで解決しようとするのではなく、上手に相談機関を活用してより良い対応を考えていきましょう。

あれ、もの忘れかな？
認知症かも？と思ったら

加齢によるもの忘れと
認知症によるもの忘れは
異なります。

もの忘れ

- ☐ 体験の一部を忘れる
- ☐ ヒントをがあると
思い出せる

認知症

- ☐ 体験全体を忘れる
- ☐ ヒントがあっても
思い出せない

認知症は、老化によるもの忘れと区別が付きにくい病気です。
「あれ？いつもと様子が違うかも知れない」といった小さな変化に早めに気づくことが大切です。

気になったことや
思い当たるものがある場合は、
かかりつけ医やお近くの地域ケアプラザに
相談しましょう。

戸塚区のマスコット ウナシー



まずは相談！

▶ かかりつけ医

健康に不安があるとき、すぐに相談できる身近な医師のことです。必要に応じて、認知症の専門医療機関等を紹介します。



▶ もの忘れ検診

もの忘れ検診を実施する医療機関で、問診を行い認知症の疑いを確認します。認知症の疑いがあった場合、専門医療機関を紹介します。

対象 横浜市にお住まいの50歳以上の方および
医療機関で認知症の診断を受けたことがない方

問合せ 戸塚区役所高齢・障害支援課 ⇒ 7p へ

横浜市 もの忘れ検診



もの忘れ検診の
実施医療機関や
費用等について
掲載中

▶ もの忘れ相談

事前予約制

「認知症かもしれない、どこに受診したら？」等のご本人・ご家族からのご相談を医師がお受けします。

※治療・継続相談はできません

対象 もの忘れについて医師に相談したことが無い方

問合せ 戸塚区役所高齢・障害支援課 ⇒ 7p へ

▶ 認知症初期集中支援チーム 要相談

医師や看護師など複数の専門スタッフが、専門医療機関の受診、介護サービスの利用支援、症状に応じた相談等を行います。

問合せ 戸塚区役所高齢・障害支援課または
各地域ケアプラザ ⇒ 7p へ

▶ 横浜市認知症疾患医療センター

認知症の専門医療機関のひとつです。認知症についてかかりつけ医に相談し、必要な場合は認知症疾患医療センターなど専門の機関を紹介してもらいましょう。

名称(所在)	電 話
済生会横浜市東部病院（鶴見区下末吉3-6-1）	045-576-3000
横浜市立みなと赤十字病院（中区新山下3-12-1）	045-628-6761
横浜ほうゆう病院（旭区金が谷644-1）	045-360-8787
横浜市立大学附属病院（金沢区福浦3-9）	045-787-2852
横浜市総合保健医療センター診療所（港北区鳥山町1735）	045-475-0103
横浜総合病院（青葉区鉄町2201-5）	045-903-7106
横浜舞岡病院（戸塚区舞岡町3482）	045-822-2169
横浜栄共済病院（栄区桂町132）	045-891-2171
横浜相原病院（瀬谷区阿久和南2-3-12）	045-489-7600

▶ 市内の認知症の診断・治療を行う医療機関を掲載しています。ホームページをご確認ください。

横浜市 認知症医療機関



認知症のご本人・介護者のサポート①

▶ 介護者のつどい

各地域ケアプラザにおいて、介護について専門家の話や他の人の体験談を聞いたり、悩み事を相談したりできるつどいの場です。介護で困っていることをひとりで抱え込まずに、同じ悩みを抱えている方・経験した方同士で交流することができます。

問合せ 各地域ケアプラザ ⇒ **7p** へ

▶ 認知症カフェ

認知症の人や家族、地域住民等が、気軽に集える場です。認知症についての正しい理解と情報が得られ、悩み・心配事の相談ができます。



市ホームページ
(最新情報はこちら)

認知症のご本人・介護者のサポート②

▶ 認知症コールセンター

介護の方法や介護に関する悩み・心配事の相談ができます。

名 称	電話番号	詳細
よこはま認知症コールセンター	045-662-7833	 市ホームページ (最新情報はこちら)
かながわ認知症コールセンター	045-755-7031	
若年性認知症※コールセンター	0800-100-2707	

※65才未満の方の疑問や悩みはこちらへ

※詳細については直接お問い合わせ下さい

▶ 家族会

同じ悩みや問題を語り合い、互いに支え合う場です。介護者の交流や情報交換、勉強会などを行っています。

名 称	電話／FAX	詳細
公益社団法人 認知症の人と家族の会 神奈川県支部	[電話] 045-548-8061 [FAX] 045-548-8068	 (団体ホームページ)
若年性認知症家族会 彩星(ほし)の会	[電話] 03-5919-4185 [FAX] 03-6380-5100	 (団体ホームページ)

※詳細については直接お問い合わせ下さい

認知症のご本人・介護者のサポート③

▶ 戸塚区認知症高齢者等 SOSネットワーク ～みつけてネット～

事前登録制

認知症の方が行方不明になった場合、早期に発見し保護できるよう、関係機関にいち早くご本人の情報を提供するシステムです。個人情報を守りながら身元を確認できる**見守りシール**も利用できます。

問合せ 戸塚区役所高齢・障害支援課または
各地域ケアプラザ ⇒ **7p** へ



戸塚区ホームページ
(最新情報はこちら)

2次元コードを読み取る
とコールセンターに繋が
り、家族等に連絡します。



※見守りシールのイメージ



総合的な相談・連絡窓口

施設名(所在地)／電話	
●上矢部地域ケアプラザ(上矢部町2342)	☎045-811-2442
●東戸塚地域ケアプラザ(川上町4-4)	☎045-826-0925
●上倉田地域ケアプラザ(上倉田町259-11)	☎045-865-5700
●汲沢地域ケアプラザ(汲沢町986)	☎045-861-1727
●平戸地域ケアプラザ(平戸2-33-57)	☎045-825-3462
●原宿地域ケアプラザ(原宿4-36-1)	☎045-854-2291
●舞岡柏尾地域ケアプラザ(舞岡町3705-10)	☎045-827-0371
●南戸塚地域ケアプラザ(戸塚町2626-13)	☎045-865-5960
●下倉田地域ケアプラザ(下倉田町1951-8)	☎045-866-2020
●名瀬地域ケアプラザ(名瀬町791-14)	☎045-815-2011
●深谷俣野地域ケアプラザ(深谷町1432-11)	☎045-851-0121
●戸塚区役所高齢・障害支援課(戸塚町16-17)	☎045-866-8439 受付時間:月～金曜 8時45分～17時 ※祝日・年末年始除く

若年性認知症※の方向け 相談・連絡窓口

※65歳未満で認知症を発症した方

上記のほか、**若年性認知症支援
コーディネーター**にもご相談できます。

若年認知症 横浜



※令和5年12月現在の情報です。
最新情報は、ホームページでご確認ください。

横浜市 ホームページ(認知症の情報)
<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/fukushi-kaigo/koreisha-kaigo/ninchisyo/>



市ホームページ
(最新情報はこちら)