

みんなで
つくってこう！
認知症になっても
安心して暮らせるまち

困っていることはご相談ください 認知症の方や家族を支援します

区では、認知症になっても本人や家族が地域で安心して暮らせるように、認知症高齢者支援の体制づくりに取り組んでいます。
【問合せ】高齢者福祉課高齢者支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4594・☎(5272)0352へ。

「高齢だから仕方がない」と思っていないが 認知症を正しく理解し早めに相談・受診を

認知症はアルツハイマーや脳梗塞・脳出血などの脳の病気が原因で、記憶や理解・判断力などが低下し、日常生活が困難になる状態です。
日常生活の中で本人や家族、周りの人が気付く変化もあります。下記に思い当たるようなときは、早めに相談・受診しましょう。

- ★「たまに」ではなく、「しょっちゅう」同じことを言ったり聞いたりする
- ★「ときどき」ではなく、「いつも」探し物をしている
- ★人の名前が「すぐ」出てこないのではなく、「ヒントを言っても」思い出せない
- ★「食べたメニューを思い出せない」のではなく、「食べたこと自体を覚えていない」

- 認知症は進行を遅らせることができます

認知症になっても治療やケアをすれば進行を遅らせることができ、さまざまな支援を受けながら穏やかに生活することができます。アルツハイマー型認知症は、昨年新たに3種類の薬が使えるようになり、治療の選択の幅が広がっています。「おかしいな」と思ったら、かかりつけ医や認知症・もの忘れ相談医、高齢者総合相談センター(下表)、保健センター(7面参照)などに、早めにご相談ください。

- 高齢者総合相談センター(下表)

介護・福祉・保健医療・健康等、高齢者の方の総合的な相談窓口です。保健センター等の関係機関と連携して対応しています。

高齢者総合相談センター	所在地	電話番号
四谷	左門町9、玉盛ビル1階	(5367) 6770
箕笥町	山伏町2-12、あかね苑新館内	(3266) 0753
榎町	弁天町50、牛込保健センター1階	(5227) 1757
若松町	若松町25-19	(5292) 0710
大久保	百人町2-8-13、Fiss1階	(5332) 5585
戸塚	高田馬場1-17-20 新宿区社会福祉協議会1階	(3203) 3143
落合第一	中落合2-5-21、聖母ホーム内	(3953) 4080
落合第二	上落合2-22-11、パインフィールドビル3階(9月3日/月から西落合4-11-21、落合第六小学校内幼稚園舎に移転)	(5348) 5566 9月3日/月から (5988) 9281
柏木・角筈	西新宿7-21-21、西新宿成和ビル4階	(5338) 9531
区役所	歌舞伎町1-4-1 高齢者福祉課内(本庁舎2階)	(5273) 4593

- 医療機関を紹介しています

新宿区医師会では認知症・もの忘れ相談医リストを発行しています。ご利用ください。

【配布場所】高齢者総合相談センター・高齢者福祉課・保健センター・新宿区医師会(大久保3-1-1)

9月7日(金) 認知症講演会

9月21日の「世界アルツハイマーデー」にちなんで開催します。ぜひ、ご参加ください。
【時間】午後6時～8時30分(午後5時30分開場)
【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
【対象】区内在住・在勤・在学の方、130名
【内容】▶認知症医療の最前線と生活を支えるケア体制(古田伸夫／認知症疾患医療センター長・精神科医師)、▶あなたの記憶力がアップする!記憶するコツ伝授します～もの忘れ予防に効く記憶術(椋木修三／東京カルチャーセンター 記憶術主任講師)
【申込み】電話で 高齢者福祉課高齢者支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4594へ。先着順。



認知症に関する主なサービス

サービスの種類	対 象	内 容	問 合 せ 先
専門医の相談			
認知症・もの忘れ相談	もの忘れが心配な方、認知症の症状や対応でお困りの家族・関係者の方など	診断や治療、対応等について、専門医が個別に相談をお受けします。月2回の相談日等は「広報しんじゅく」でお知らせします(要予約)。	保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862
認知症に関する講座・教室			
認知症サポーター養成講座	区内在住・在勤・在学の方	認知症を正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守り、支援する「認知症サポーター」を養成します。開催ごとに「広報しんじゅく」等で募集します。出前講座もあります。お問い合わせください。	高齢者福祉課高齢者支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4594 高齢者総合相談センター
認知症介護者教室	認知症の方を介護している家族	認知症の理解や対応方法、利用できる制度などを学んだり、介護者同士の仲間づくりをします。教室終了後、OB会も開催しています。年1回(4日制)。	高齢者福祉課高齢者支援係 ☎(5273)4594
「認知症を予防したい」方への教室			
介護予防教室(脳はつらつ教室)	65歳以上で、もの忘れが気になるなど認知症予防に取り組みたい方(介護保険の「要介護」認定を受けている方を除く)	脳を刺激するプログラムと運動プログラムで認知症を予防します(年8コース)。	高齢者福祉課高齢者事業係(本庁舎2階) ☎(5273)4568
介護保険サービス			
介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けた認知症の方のみ利用できるサービスとして、認知症対応型通所介護(デイサービス)・認知症対応型共同生活介護(グループホーム)があります(認知症対応型共同生活介護は「要支援1」の方を除く)。そのほかのサービスもあります。			高齢者総合相談センターまたは担当のケアマネジャー
介護保険以外のサービス			
認知症高齢者の介護者リフレッシュ等支援事業	65歳以上の認知症高齢者の方を在宅で介護している方(利用には一定の要件があります)	介護者がリフレッシュしたいときに、ホームヘルパーが認知症の方の見守りや話し相手、散歩の付き添いなどをします。年間(4月～翌年3月)24時間のリフレッシュ券を交付(10月～3月の申請は12時間)。利用は1時間単位。1日の利用は6時間まで。	高齢者福祉課高齢者支援係 ☎(5273)4594
徘徊高齢者探索サービス	60歳以上で徘徊のある方を在宅で介護する家族	位置情報専用探索器の利用料等を助成します。	

若年性認知症の方の相談窓口・サービス

精神障害者保健福祉手帳	精神障害者の方で日常生活に支障がある方	精神障害者の方が一定の障害にあることを証明するもので、さまざまなサービスが受けられます。	保健センター 保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273)3862
自立支援医療(精神通院医療)	精神障害者の方で通院の治療が必要な方	精神疾患が理由の通院に対し、医療費の負担を軽減します。	障害者福祉課相談係(本庁舎2階) ☎(5273)4518
介護保険制度	40歳以上65歳未満で医療保険に加入している方	「介護保険サービス」欄参照	高齢者総合相談センター 高齢者福祉課高齢者相談係 ☎(5273)4593 ※要介護認定の申請は介護保険課認定第一係(本庁舎2階) ☎(5273)3643
障害者自立支援法に基づく障害福祉サービス	介護保険サービスを利用できない40歳未満の方や介護保険サービスにないサービスを利用する方	〈障害福祉サービス〉ホームヘルプ、行動援護、短期入所、就労移行支援、グループホームなど 〈地域生活支援事業〉相談支援、移動支援、生活サポート、地域活動支援センター、福祉ホームなど	保健センター 障害者福祉課支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4583
障害年金(障害基礎年金・障害厚生年金)	若年性認知症の方	国民年金・厚生年金に加入している方は、一定程度の障害になったときに年金が支給されます。支給には要件があります。詳しくは、加入先にお問い合わせください。	医療保険年金課年金係(本庁舎4階) ☎(5273)4532、勤務先所在地の年金事務所
若年性認知症コールセンター	若年性認知症の方、家族、関係者の方	専門教育を受けた相談員が対応します。 ▶月～土曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時	☎0800(100)2707(フリーコール・通話無料)

民間事業所の活動

NPO法人若年認知症サポートセンター	若年性認知症の方、家族、関係者の方	若年性認知症に関する相談、相談先・家族会の紹介 ▶月～金曜日午前10時30分～午後5時	新宿1-25-3、エクセルコート新宿302 ☎(5919)4186
彩星(ほし)の会	若年性認知症の方の家族	若年性認知症患者の家族会や個別相談ほか ▶月・水・金曜日午前10時30分～午後5時	新宿1-25-3、エクセルコート新宿302 ☎(5919)4185
若年認知症社会参加支援センタージョイント	若年性認知症の方	創作活動や地域交流活動を通した社会参加支援 ▶火・木曜日午前10時～午後3時	新宿1-9-4、中公ビル605 ☎(5312)0644
認知症のひとと家族の会 東京都支部	認知症の方、家族、関係者の方	電話相談、会報誌の発行、会員のつどいほか ▶電話相談 ☎(5367)2339(火・金曜日(祝日等を除く)午前10時～午後3時)	本塩町8-2、住友生命四谷ビル地下2階 ☎(5367)8853

※高齢者総合相談センターの問合せは左表、保健センターの問合せは7面を参照

新宿区役所本庁舎・第1分庁舎・第2分庁舎の代表電話は ☎(3209)1111、新宿区ホームページは ☎http://www.city.shinjuku.lg.jp/です。

◆講座・催し等の申し込み◆

①講座・催し名 ②干・住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 (往復はがきには、返信用にも住所・氏名)	はがき・ファックスの記載例 ※あて先は各記事の申し込み先へ。 ※費用の記載のないものは、原則無料。
--	---

【会場】①③は大久保スポーツプラザ(大久保3-7-42)・②は新宿文化センター(新宿6-14-1)
【費用】400円(回数券あり)
【問合せ】①③は新宿未来創造財団施設課 ☎(3232)7701、②は新宿文化センター ☎(350)1141へ。

水曜上映会

【日時】8月8日(水)午後2時から
【上映作品】「辺野古不意意」名護の14年とその未来へ(ドキュメンタリー・1時間25分)
【会場・申込み】当日直接、中央図書館(下落合1-9-8) ☎(364)1421へ。先着100名。
【申込】7月26日(木)から電話または直接、角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5337)10010へ。先着30名。

講演会

【お得意に旅する裏ワザ】
【日時】8月26日(日)午前11時～午後0時30分
【内容】旅行業界の現状と、お得に快適に旅行する最新のワザ(森健太郎・おとなのいい旅編集長)
【会場・申込み】7月28日(火)から電話または直接、鶴巻図書館

硬式テニス 混合ダブルス大会

【日時】9月16日(日)午前9時～午後5時
【会場】新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)
【対象】区内在住・在勤の方、20名
【費用】500円(材料費)
【会場・申込み】往復はがきに記載例(4面参照)のとおり記入し、8月6日(必着、までに角筈地域センター(〒160-0002西新宿4-33-7) ☎(33077)1373へ。応募者多数の場合は抽選。

卓球女子ダブルス・混合ダブルス大会

【日時】9月29日(土)午前9時～午後6時
【会場】新宿スポーツセンター(大久保3-5-1)
【対象】区内在住・在勤で20歳以上の方、150組300名(区立小学校PTA現役、OB・OGも参加)
【種目】種目別・女子・混合・レベ(初心者)とPTA現役の部、中級上級者とPTA・OB・OGの部)予選リーグ後各順位ごとのトーナメント
【費用】1組千600円(施設利用料ほか)
【主催・申込み】往復はがきに記載例(4面参照)のほか種目・レベ・パートナー氏名・全員の性別を記入し、8月2日(必着)までに新日本スポーツ連盟新宿卓球協議会・竹折富美子(〒160-0011若葉2-16-12) ☎(3358)6130へ。先着順。

エコギャラリー 新宿8月の展示

【期間・内容】展示時間は、お問い合わせください。
▶8月17日(金)～19日(日)：心展
▶21日(火)～23日(木)：西美展
▶24日(金)～26日(日)：竹柏展
▶31日(金)～9月5日(火)：記念展
※その他の期間と環境学習情報センターは常設展示ほか
【問合せ】エコギャラリー 新宿(西新宿2-11-4) ☎(334)86277へ。

8月3日(金)～12日(日) 歌舞伎町で本場ドイツのお祭り体験 新宿オクトーバーフェスト2012

★歌舞伎町ルネッサンスのイベント

ドイツ・ミュンヘンで毎年開催される世界最大規模のお祭り「オクトーバーフェスト」が、歌舞伎町にやってきます。

会場の大久保公園にはテント席とオープン席を約1,000席設け、ドイツ民族音楽のステージを毎日行い、ドイツのお祭り気分を楽しめます。本場ドイツのビールも味わえます。

【時間】▶月～金曜日…午後4時～9時(ステージは午後6時・7時30分からの2回)、▶土・日曜日…正午～午後9時(ステージは午後1時・3時・5時・7時からの4回)。いずれもステージは30分程度。飲食販売は午後8時30分まで
【会場】大久保公園(歌舞伎町2-43)

【主催】歌舞伎町ルネッサンス新宿オクトーバーフェスト実行委員会
【問合せ】歌舞伎町タウン・マネジメント事務局 ☎(3207)4516へ。

(仮称)東戸山子ども園 整備・運営事業者選定 公開プレゼンテーション

区では、就学前の子どもの成長と発達段階に応じた保育教育を一体的に行うため、認定こども園の整備を進めています。現在、東戸山幼稚園舎(戸山2-34-1)則)を活用して開設する(仮称)東戸山子ども園を整備・運営する事業者を選定しています。1次審査を通過した事業者の公開プレゼンテーションです。
【日時】8月11日(土)午前9時30分～12時
【会場・申込み】当日直接、区役所第1分庁舎6階へ(第1分庁舎正面入口からお入りください)。
【問合せ】子ども園推進課子ども園係(本庁舎2階) ☎(5273)4047へ。託児あり(8月9日(木)までに予約)。

国民健康保険 夏季保養施設 空き室があります

【対象】新宿区の国民健康保険に加入している方とその家族で、2名以上で利用する方。保険料を滞納している方は、利用できません。
【施設】マホロバマインズ三浦ANNEX(神奈川県三浦市)、伊東ホテル聚楽、静岡県伊東市、箱根パークス吉野(神奈川県箱根町)
【問合せ】医療保険年金課庶務係(本庁舎4階) ☎(5273)4078へ。空き室状況は、新宿区ホームページでもご案内しています。

午後5時

【会場】有明テニスの森公園(江東区有明2-2-22)
【対象】区内在住・在勤で18歳以上の方、32組64名
【内容】3組または4組の総当たり予選リーグ戦後決勝トーナメント
【費用】1組4千円(施設利用料・賞品代等)
【持ち物】ボール2個入り1缶
【主催・申込み】往復はがきに記載例(4面参照)のほかパートナー氏名・全員の年齢・性別を記入し、8月10日(必着、までに区硬式庭球連盟・古山寛(〒162-0004早稲田鶴巻町535) ☎(3202)5876へ。応募者多数の場合は抽選。

しんじゅく 情報局

【日時】7月27日(金)午後2時から
【内容】リサイクル清掃事業の実績報告ほか
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、区役所本庁舎6階第2委員会室へ。
【問合せ】生活環境課ごみ減量計画係本庁舎7階 ☎(5273)3318へ。

審議会

【日時】9月15日、10月6日、13日、27日、11月10日、17日、12月8日の土曜日、午後2時～4時、全7回
【対象】中国語を初めて習う方、30名
【費用】千500円(7回分)
【会場・申込み】往復はがきに記載例(4面参照)のとおり記入し、8月22日(必着、までに同校(〒160-0014内藤町11-4) ☎(3354)7411へ。先着順。

自衛官等の募集

【募集種目】①航空学生、②一般曹候補生、③自衛官候補生(男性)、④自衛官候補生(女性)、⑤防衛医科大学学生(一般前期)、⑥防衛医科大学校学生、⑦看護学生
【対象】日本国籍で①⑤⑥⑦は高校卒(見込み可)で21歳(⑦は24歳未満の方、②③④は18歳以上27歳未満の方
【募集期間】①②④は8月1日(水)～9月7日(金)⑤⑥⑦は9月3日(月)～10月1日(月)③は随時募集
【問合せ】防衛官自衛隊東京地方協力本部島出振所 ☎(3982)7075へ。