

認知症になっても元気であるために

厚別区では、認知症の方やその家族が孤立することなく社会の中でこれまで通り生活できるよう、さまざまな取組を行っています！

チームオレンジ

チームオレンジとは、「認知症の方・家族の希望や悩み、身近な困りごとなど」と「認知症の知識を持ったボランティア」をつなぐ仕組みのことで、定期的にお茶を飲みながら交流したり、認知症予防で体操や脳トレ、趣味活動をするほか、当事者が必要とする支援とボランティアのマッチングもしています。



厚たまろう会

“あつたまろうかい”と読みます。介護をしている家族が集まり、情報交換、介護の相談、専門家による講座などが行われています。

認知症サポーター養成講座

認知症についての講座を年に数回行っています。正しい知識をもって認知症の方やそのご家族を見守り支えるボランティアの方を募集しています。

チームオレンジ、厚たまろう会、認知症サポーター養成講座の
お問い合わせは、お住いの地区の地域包括支援センターまで！

- ① **厚別区第1地域包括支援センター** 札幌市厚別区厚別北2条5丁目1-7
☎ 896-5077 担当地区：厚別西、厚別北、山本、厚別東、もみじ台
- ② **厚別区第2地域包括支援センター** 札幌市厚別区厚別南5丁目1-10
☎ 375-0610 担当地区：厚別中央、青葉、厚別南、大谷地、上野幌

認知症を予防しよう

認知症における予防とは、「発症や進行を遅らせること」です。
予防の3本柱は「運動」「食事」「社会参加」です。
介護予防センターでは、高齢者が住み慣れた地域でいるまでも暮らせるように、介護予防教室や、町内会や老人クラブ等で行われる認知症予防の活動支援を行っています。運動のほか、脳トレなど楽しく取り組める色々な教室を開催しています！

教室や活動支援についてのお問い合わせは、
お住いの地区の介護予防センターまで！

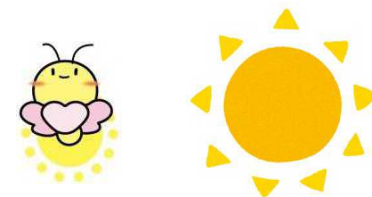
- ① **厚別区介護予防センター 厚別中央・青葉** ☎ 896-1475
札幌市厚別区厚別中央5条6丁目5-20 かりぶ・あつべつ内
- ② **厚別区介護予防センター 大谷地** ☎ 894-6110
札幌市厚別区大谷地東5丁目7-10 ナーシングヴィラ大谷地内
- ③ **厚別区介護予防センター 厚別西東** ☎ 896-5019
札幌市厚別区厚別北2条5丁目1-7 リーブコプラザ1階
- ④ **厚別区介護予防センター もみじ台** ☎ 898-8660
札幌市厚別区厚別町下野幌38番18 介護老人保健施設デイ・グリーンネン内



もの忘れ・認知症 相談機関マップ ver.2

認知症は、誰もがなりうる病気です
気になることがあれば早めの相談・受診をしましょう

同じことを何度も言っている
と周りから言われることが多い



趣味や好きなことに
関心がなくなった

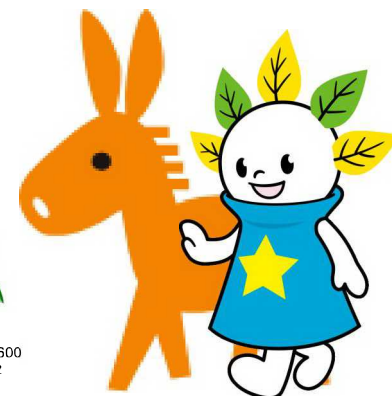


片付けや料理、運転などが
うまくできなくなった

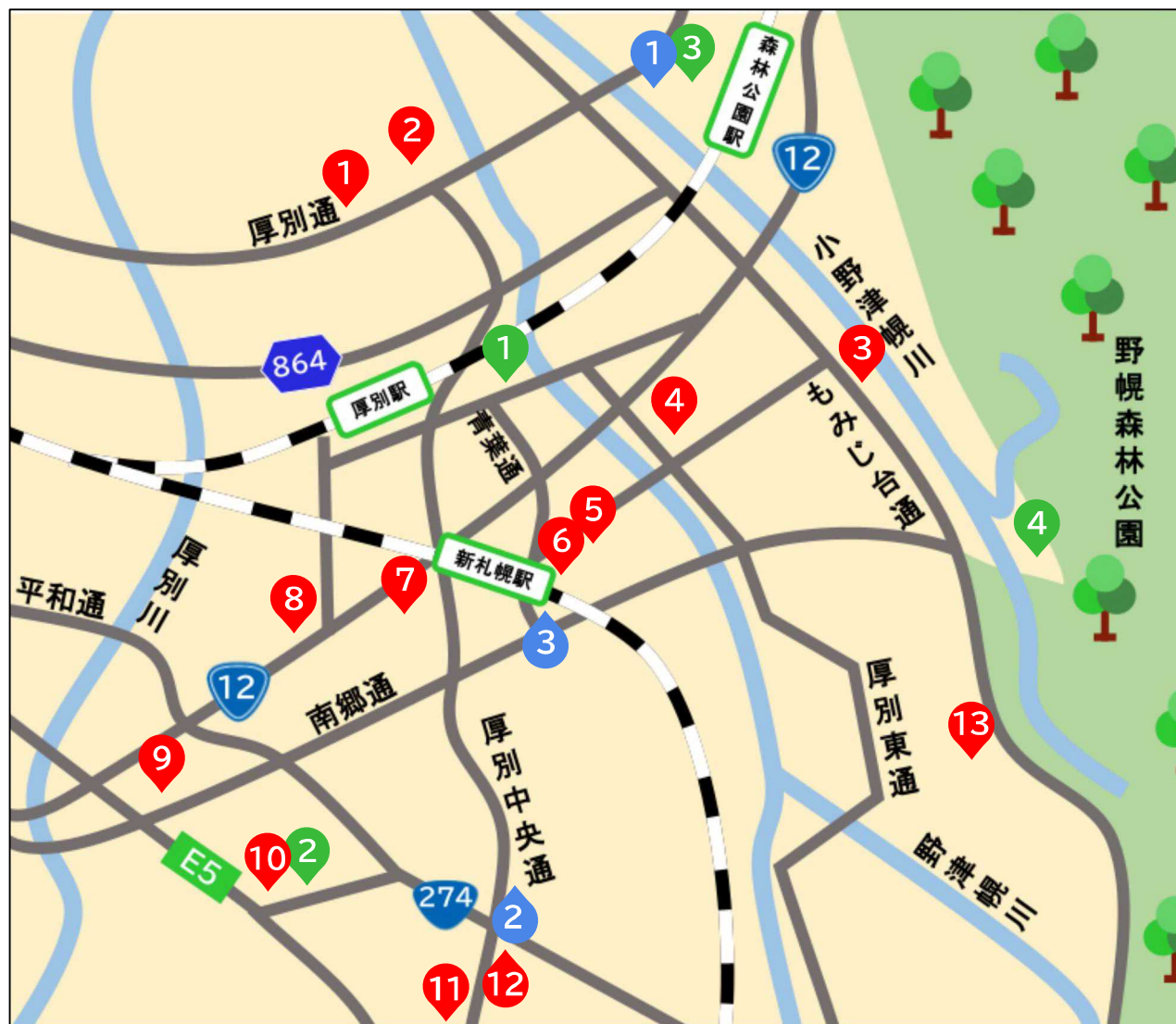
【令和8年1月発行】
札幌市厚別区保健福祉部
電話895-2400



さっぽろ市
02-Q03-25-2600
R7-2-1712



厚別区 もの忘れ・認知症相談機関マップ



高齢者の 相談窓口



- ① 厚別区第1地域包括支援センター
- ② 厚別区第2地域包括支援センター

介護 予防



①②③④
厚別区介護予防センター

厚別 区役所



③

物忘れ・認知症の 相談ができる医療機関

予約が必要な場合があるので、受診の前に電話でお問い合わせください。

No.	医療機関名	電話番号
①	桜台明日佳病院 厚別西5条5丁目1番1号	894-8181
②	厚別ホームケアクリニックのどか 厚別西5条6丁目8-15グランデュエル102	398-4542
③	新札幌パウロ病院 厚別東2条6丁目4番1号	897-4111
④	新札幌聖陵ホスピタル 厚別東4条2丁目1-30	898-2151
⑤	新さっぽろ脳神経外科病院 厚別中央1条6丁目2番10号	891-2500
⑥	新さっぽろメンタルクリニック 厚別中央1条6丁目3番1号 ホクノー新札幌ビル3F	375-8172
⑦	札幌こぶしクリニック 厚別中央2条4丁目9-15 新さっぽろ中央メディカルビル2階	896-7260
⑧	新札幌ひばりが丘病院 厚別中央3条2丁目12-1	894-7070
⑨	新札幌豊和会病院 大谷地東2丁目5-12	893-7000
⑩	大谷地病院 大谷地東5丁目7-10	0120-489-892
⑪	まつばら脳神経クリニック 上野幌2条2丁目3-11	801-7000
⑫	札幌おおぞらクリニック 上野幌1条3丁目1-7	891-8820
⑬	ファミリークリニックこころ もみじ台東4丁目2番7号	897-0053

もの忘れ？認知症？と思ったら一人で抱え込まずに相談しましょう