

相談先一覧

※相談時間 月～金
9:00～17:00
土日祝、年末年始除く

▶手稲区第1地域包括支援センター

(担当地区)前田、新発寒、富丘、西宮の沢

電話 011-695-8000

▶手稲区第2地域包括支援センター

(担当地区)手稲、手稲鉄北、稲穂、金山、星置

電話 011-686-7000

▶介護予防センターまえた

電話 011-685-3141

▶介護予防センター新発寒・富丘・西宮の沢

電話 011-683-5561

▶介護予防センター中央・鉄北

電話 011-682-1294

▶介護予防センター稲穂・金山・星置

電話 011-685-8366

▶手稲区社会福祉協議会

電話 011-681-2644

▶手稲区保健福祉課保健支援係

電話 011-681-2497

▶札幌認知症の人と家族の会

(火、水10～15時) 電話 011-281-2969

▶NPO法人北海道若年認知症の人と家族の会

(北海道ひまわりの会)

(火、水、木10～15時) 電話 011-205-0804
090-8270-2010

▶あなたのかかりつけ医療機関

発行元：札幌市手稲区保健福祉課 令和6年7月作成
※このケアパスは認知症であるご本人やそのご家族、地域の認知症支援に関わる方々にご協力いただき、作成しました。

認知症とは、もの忘れが増えて、できていたことが徐々にできなくなり暮らしに支障が出てしまう脳の病気です。

多くの場合、認知症の症状は、急に進むわけではありません。

工夫や少しの支援で、今まで通りの暮らしが継続できる可能性があります。

本人の気持ち

ショックだった

認知症があってもなくても、
今まで通り普通に接してほしい

病気について理解してほしい

認知症が進まないように、
どうしたらいいか相談したい

自分の趣味を続けているよ

家族の気持ち

まさか、家族になるなんて…

人との交流が大切だと思った

早くに相談できてよかった

関わる人の心がまえ

認知症であってもなくても色々なことを感じる気持ちは同じです。その人が認知症という病気になっただけです。

- ・本人の思いを聞き、大切にする
- ・人とのつながり、社会とのつながりを大切にする
- ・急がず、ゆっくり、のんびりと
- ・ご自身の身体も大切に



もの忘れが 気になってきた ご本人とご家族へ

認知症になっても
参加できる場所や
相談できる場所が
たくさんあります



SAPP
RO

札幌市手稲区



体と頭を動かす ところを知りたい！

脳にも身体にも刺激になる、楽しいことをたくさんすることが大切です。今までしていた好きなこと（カラオケ、運動等）もぜひ継続してください。もし、活動の場をお探しでしたら、下記のグループ等もご活用ください。

すこやか倶楽部・運動自主グループ

元気で過ごすための運動の場、認知症予防の取り組みの場です。

お問い合わせ先

介護予防センターまえた ☎685-3141
介護予防センター新発寒
・富丘・西宮の沢 ☎683-5561
介護予防センター中央・鉄北 ☎682-1294
介護予防センター稲穂金山星置 ☎685-8366

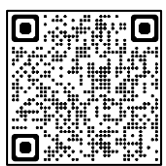
サロン

仲間づくりや交流を通して、健康づくりを行う場です。

お問い合わせ先

手稲区社会福祉協議会 ☎681-2644

手稲区の認知症に関する情報



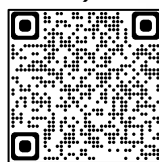
手稲区ホームページ
<https://www.city.sapporo.jp/teine/hoken/hoken-fukushi/ninchisho.html>
左の二次元バーコードから読み取ることができます。

札幌市の認知症に関する情報

札幌市ホームページ（札幌市認知症ガイドブック）

<https://www.city.sapporo.jp/kaigo/k100citizen/guidebook.html>

右の二次元バーコードから読み取ることができます。



介護保険って どんな制度なの？

あなたらしく暮らすために、困っていることを手伝ってくれる制度です。
あなたに必要な介護サービスをご提案いたします。

例えば…

- 自宅に訪問してもらう（ヘルパーなど）
- 自宅から通う（デイサービス）
- 施設に泊まる（ショートステイ） など

詳細は下記、地域包括支援センターへお問い合わせください。

どこに何を相談したら いいかわからない…



認知症について、どこに何を相談したらいいかわからない方は、一度、地域包括支援センターへお問い合わせください。

お問い合わせ先

手稲区第1地域包括支援センター ☎695-8000
手稲区第2地域包括支援センター ☎686-7000

認知症とともに暮らすまち ていねっていいね



仲間と気軽に おしゃべり できたらいいな

スマイルオレンジチーム

認知症の方やご家族の社会参加、認知症に関する普及啓発のための活動の拠点です。
詳細は下記、地域包括支援センターへお問い合わせください。

認知症カフェ

認知症カフェは、認知症の方やご家族、認知症に関心のある地域の方など、どなたでも気軽に来る場所です。

お問い合わせ先

手稲区第1地域包括支援センター ☎695-8000
手稲区第2地域包括支援センター ☎686-7000

家族のつどい

認知症のご本人達や介護している方々が集まり、介護の悩みを語り合える場所です。

お問い合わせ先

札幌認知症の人と家族の会 ☎281-2969
NPO法人北海道若年認知症の人と家族の会
（北海道ひまわりの会） ☎205-0804
☎090-8270-2010

男性介護者のつどい(ケア友の会)

男性介護者が集まって介護に関する学習や情報交換ができる場所です。（年2回程開催）

お問い合わせ先

手稲区保健福祉課保健支援係 ☎681-2497