

令和8年度 葛飾区行政評価委員会評価表

事業名	認知症事業の充実			担当部	福祉部
				担当課	高齢者支援課

基本情報

政策番号	6	政策	高齢者支援	施策番号	3	施策	高齢者要介護・自立支援
事業の目的			認知症高齢者や家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるようにすることを目的として、地域全体で認知症の方を支える仕組みを含め、認知症の方や家族を支援していく体制を強化する。				
実施内容			1 認知症の普及啓発 幅広い世代に対して認知症に対する正しい理解を広めるため、認知症サポーター養成講座等を実施する。 2 認知症の早期発見・早期支援 医療機関との連携を図り認知症を早期に発見し、適切な支援につなげるため、もの忘れ予防健診や認知症初期集中支援チーム事業等を実施する。 3 認知症高齢者徘徊対策 認知症により徘徊する方を早期に発見し、保護することで高齢者の身体・生命の安全を守るとともに、万が一の事故等に備え家族の安心につなげるため、おでかけあんしん事業等を実施する。 4 葛飾区版チームオレンジ設置に向けた検討 認知症サポーターや地域の支援機関等がチームをつくり、認知症のある方やその家族を支援する仕組みである「チームオレンジ」設置に向けて検討を進めている。 ※令和7年度末に「葛飾区認知症施策推進計画」を策定。令和8年度からは「葛飾区認知症施策推進計画」に基づき、認知症施策を総合的かつ計画的に推進している。				

関連するSDGsゴール

1	貧困	〇	2	飢餓		3	保健	〇	4	教育	〇	5	ジェンダー		6	水	
7	エネルギー		8	経済		9	産業		10	不平等		11	都市		12	生産消費	
13	気候変動		14	海洋資源		15	陸上資源		16	平和		17	実施手段	〇			

実績情報

活動指標									
目標・実績	指標	指標の根拠	単位	区分	令和5年度	令和6年度	令和7年度	目標	令和8年度
	もの忘れ予防健診受診者数	一次健診受診者数	人	目標	4,356	4,400	4,400		5,791
				実績	3,445	3,327	3,329		
	認知症サポーター養成講座開催回数	—	回	目標	84	84	84		84
				実績	94	91	94		
目標・実績	おでかけあんしん事業登録件数	—	件	目標	1,376	1,050	1,150	目標	1,250
				実績	987	1,010	1,030		



成果・評価指標

	指標	指標の根拠	単位	区分	令和5年度	令和6年度	令和7年度	目標	令和8年度
目標・実績	もの忘れ予防健診受診率	一次健診受診者数／対象者数	%	目標	9.9	10.0	10.1		9.64
				実績	8.1	8.3	8.7		
	健診の結果、認知症の疑いが発見された人数	—	人	目標	—	—	—		—
				実績	140	145	169		
	認知症サポーター養成人数	—	人	目標	—	—	—	—	
				実績	2,673	2,267	2,147		
【参考】子ども向け調査	おでかけあんしん事業コールセンター受付件数	—	件	目標	—	—	—		—
				実績	26	41	36		
目標との乖離の考察	認知症サポーター養成講座は、令和6年度と比較して開催回数は3回増加したものの、受講者数は120人減少している。主な要因としては、公募講座において受講者数が定員に達していないこと等が考えられる。 もの忘れ予防健診の受診率は、目標を下回っているものの、年々増加している。一方で、対象者全員に受診票を送付し、受診勧奨を実施しているにもかかわらず受診率の伸びが限定的である背景には、認知症に関する正しい理解が十分に浸透しておらず、早期発見・早期支援の必要性が十分に認識されていない可能性が考えられる。 おでかけあんしん事業の登録件数は、目標を下回るものの年々増加している。一方で、事業の周知が十分とは言えず、「84.3%が事業を知らない」との調査結果もあることから、事業を必要とする方に情報が届いていない可能性があることが考えられる。（葛飾区「認知症に関する意識・意向調査報告書」より引用）								

予算及び決算状況

別紙1

※単位は円単位

内訳		令和５年度	令和６年度	令和７年度	経費の主な内訳	
予算	①当初予算	19,401,000	19,503,000	20,407,000		
	②補正予算	0	0	0		
	③繰越予算	0	0	0		
	④流用等	0	0	0		
小計 (①+②+③+④)		19,401,000	19,503,000	20,407,000		
予算 財源	一般財源	2,157,000	1,994,000	2,604,000	地域支援事業交付金 認知症サポート検診事業補助金等 保険料	
	国庫支出金	710,000	720,000	674,000		
	都支出金	16,111,000	16,360,000	16,726,000		
	その他	423,000	429,000	403,000		
⑤執行額		18,512,543	15,738,998	18,035,092		
決算	(内 訳)	報償費	80,000	80,000	34,000	認知症初期集中支援チーム検討委員会委員報酬
		消耗品費	478,147	371,635	138,795	認知症サポーター養成講座教材等
		印刷製本費	1,427,360	451,000	1,160,214	おでかけあんしん事業シール印刷等
		通信運搬費	5,369,403	5,079,144	6,311,229	もの忘れ予防健診受診券送付等
		保険料	1,808,359	1,882,993	1,913,969	おでかけあんしん事業保険保険料
		委託料	9,333,434	7,869,276	8,466,985	もの忘れ予防健診委託料等
		扶助費	15,840	4,950	9,900	徘徊高齢者位置探索サービス助成
	⑥間接額		583,000	6,058,000	352,000	
業務量（人）		2.50	1.40	2.60		
⑦人件費		19,250,000	10,920,000	21,320,000		
総コスト⑧＝（⑤+⑥+⑦）		38,345,543	32,716,998	39,707,092		

項目	令和5年度	令和6年度	令和7年度
単位の定義	もの忘れ予防健診		
実績数値(⑨)	別紙参照		
単位あたりコスト(⑧/⑨)			

決算増減の主な理由	執行額は、令和6年度から令和7年度にかけて2,296,094円増加している。主な要因として、「おでかけあんしん事業シール」の在庫補充に伴う増刷による印刷製本費の増、郵送料金の改定に伴う「もの忘れ予防健診受診券」発送に係る通信運搬費の増、「もの忘れ予防健診」の封入・封緘業務委託における単価上昇による委託料の増が挙げられる。
-----------	---

所管課による自己評価

必要性	〇	葛飾区では今後、認知症高齢者（MCI含む）の増加が見込まれ、認知症事業の必要性は今後も高まると考えられる。認知症高齢者数推計 令和7年 32,492人 ⇒ 令和17年度 33,800人（葛飾区認知症施策推進計画から引用）。また、もの忘れ予防健診は認知症の早期発見・早期支援の観点から、高齢者徘徊対策は認知症のある方及びその家族の安心・安全な生活の観点から重要であり、区が福祉サービスとして実施する必要性は高い。
効率性	〇	認知症サポーター養成講座は、地域の身近な認知症に関する相談窓口である高齢者総合相談センターに委託して実施していることで、受講したサポーターを地域での認知症支援につなげやすくなっており、今後、チームオレンジへの参加も期待できる。もの忘れ予防健診は、医師会と連携し、地域の身近な医療機関へ委託して実施していることから、その後の継続的な支援にもつながられるため、効率性に実施できていると考える。
有効性	△	もの忘れ予防健診の受診率は目標に至っておらず、また、おでかけあんしん事業についても認知度が十分とはいえない状況にある。このため、事業効果の更なる向上に向け、認知症に関する正しい理解に基づいた効果的な周知方法等の工夫が必要である。

各評価項目を踏まえた総合評価	区は、高齢者総合相談センターや医療機関と連携し、認知症事業を効率的に実施している。一方で、普及啓発における認知症サポーター養成人数の伸び悩みや、早期発見・早期支援におけるもの忘れ予防健診の受診率が目標を下回っている。また、高齢者徘徊対策についても、おでかけあんしん事業の認知度が十分に進んでおらず、登録件数は目標に達していないことから、今後は、事業効果の更なる向上に向け、より効果的な周知方法等の工夫が必要である。
今後に向けた所管課の見解	認知症に関する正しい理解を区民に浸透させ、認知症サポーター養成講座の受講促進を図り、サポーター養成人数の増加につなげていく。もの忘れ予防健診については、早期発見・早期支援の効果をより一層周知し、受診率の向上を図っていく。おでかけあんしん事業については、認知度が低いことを踏まえ、事業を必要とする方に情報が届くよう周知方法を工夫し、事業効果の向上を図っていく。

「令和4年度 答申内容をふまえた取組内容」の現状報告（令和8年6月時点）

評価対象事務事業名	認知症事業の充実
-----------	----------

所管課	高齢者支援課
-----	--------

令和4年度 葛飾区行政評価委員会 第2回全体会における評価結果		
項目	提言内容	
実績状況	成果	①認知症高齢者が増加しているなか、認知症に対する啓発活動や早期発見、徘徊対策などの取組を実施しており、認知症の疑いを見出し、治療につながっていることや高齢者の徘徊に関する早期通報・早期保護に結びついているなどの成果が出ていることから、一定の評価はできる。
	コスト	①国や都の補助金、区の一般財源を基に啓発活動を実施しているが、区自体が投資しているコストが少ないため、改善するべきである。
今後の方向性		【周知】 ①高齢者総合相談センターに行かなくても、認知症に関する情報が得られるように工夫が必要である。区の認知症事業について理解を深め、早期発見につなげるためにも、民生委員や町会に対して認知症に関するパンフレット等を配付するべきである。
	改善	②見本として相談先を記載したパンフレットを図書館や地区センターに設置するべきである。 ③徘徊対策である「おでかけあんしんシール」は良い事業だと思うが、区民への周知が足りないと思う。今後、利用者を増やせるように、商工会議所、法人会、社会福祉協議会、町会と連携を図り、広報がつかない様々な媒体を活用して周知していくべきである。 ④講座や体験を通して認知症予防を学べるイベント「もの忘れ予防フェスタ」は、コロナ禍で開催困難となり休止したことだが、認知症を知る貴重な機会であったため、別の形でイベントを実施するなど再開の余地を検討すべきである。
令和4年度 葛飾区行政評価委員会 第2回全体会における評価結果		
項目	提言内容	
今後の方向性 改善		【関係機関との連携】 ①町会や民生委員、その他連携可能な機関と連携して、認知症対策として、地域での見守り、声掛けなどに取り組むべきである。
		②医師会とより密に連携し、認知症サポート医の増加や、一層精度の高い医療環境整備につなげていくべきである。
		【もの忘れ予防健診】 ①認知症を早期発見するために、より一層のもの忘れ予防健診の受診率向上に努めるべきである。
		【認知症サポーター】 ①認知症患者の理解や支援につなげるため、多くの区民に認知症サポーター養成講座を受講してもらい、認知症サポーターの数を増やしていくべきである。
		【業務の効率化】 ①独自管理している「おでかけあんしん事業」利用者情報について、現行システムを改修して、一元化管理することで、業務の効率化を図るべきである。
		【その他】 ①認知症患者を介護する人の負担を軽減できるように、介護者を支援する取組を検討すべきである。

事務事業改善の取組（令和5年1月）	
取組内容	
①認知症高齢者やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、幅広い世代に対して認知症に対する正しい理解を広める『普及啓発』、医療機関との連携を図り認知症を早期に発見し、適切な支援につなげる『早期発見・早期支援』、認知症により徘徊する方を早期に発見し、保護することで高齢者の身体・生命の安全を守るとともに万が一の事故等に備え家族の安心につなげる『徘徊対策』の3つの柱をもとに、認知症事業のさらなる充実を図る。	
①提言内容を受けて、次の経費を令和5年度予算に新たに計上する予定である。 ・認知症に関するパンフレット（認知症ケアバス「ヒトゴトじゃない認知症」）を増刷し、民生委員や町会に対して配付する経費及び図書館や地区センターに設置する経費 ・若年層に対する啓発活動のため、新たに児童向けの認知症普及啓発ポスターを作成し、区内小・中学校、高校及び児童館に掲示する経費	
【周知】	
①令和5年度から、新たに民生委員や町会に対して認知症に関するパンフレットを配付し普及啓発を行う予定である。また、地区センターにおいてもパンフレットを設置する予定である。	
②令和4年11月に立石図書館の認知症情報コーナーで認知症に関するパンフレットを配布し、地域住民に認知症に関する正しい理解を広める機会を提供した（中央図書館にもパンフレット配布済み）。	
③令和5年度から、新たに民生委員や町会に対して配付する予定の認知症に関するパンフレットを活用し、「おでかけあんしん事業」の周知を行う。また、毎年9月の認知症普及啓発月間に合わせた広報がつかない認知症特集記事や区公式ホームページを通じて引き続き、広く事業の周知を行っていく。	
④令和4年11月に東京理科大学の学園祭に高齢者総合相談センター新宿・金町と共同で出展し、一般の方のみならず、児童向けの紙芝居やクイズ、講座を開催し、若年層への普及啓発を行った。また、葛飾区医師会と協働で作成した認知症専門医によるもの忘れ予防講演会動画をオンライン（Youtube）で配信した（区公式ホームページ及び葛飾区医師会ホームページから閲覧可能）。	
事務事業改善の取組（令和5年1月）	
取組内容	
【関係機関との連携】	
①令和5年度から、新たに民生委員や町会に対して認知症に関するパンフレットを配付することで、高齢者総合相談センター等との連携や地域での見守りや声掛けを強化する。	
②葛飾区医師会と区で開催している認知症連携協議会を通じて、密に連携し協議していく。	
【もの忘れ予防健診】	
①6月の健診開始時や9月の認知症普及啓発月間時の広報がつかない区公式ホームページでの周知並びに9月末に健診対象者へ受診を促すために通知する受診勧奨のお知らせの内容を、葛飾区医師会と協議しながら工夫を図っていく。	
【認知症サポーター】	
①認知症に関する正しい知識や理解を学び、できる範囲で認知症の方の助けをえる認知症サポーターを養成する講座を、高齢者総合相談センターと連携し、1年を通じて、計画的に開催が出来るよう調整を図っている。また、幅広い世代が受講しやすい土曜開催やリモート開催を行っていく。	
【業務の効率化】	
①令和5年度の福祉総合システムの一元化管理に向け、システム計画書を作成し要望したが、令和7年度に国が主導する福祉基幹システムの全国統一化（標準化）による改修が予定されているため、令和5年度の改修は認められず、令和7年度の改修時に改めて検討することとなった。 　　今後は、情報システム部署と連携し、既存のツールの活用等により、業務の効率化を図っていく。	
【その他】	
①認知症の方を介護する家族等が休息するため、介護施設で一時的にお預かりする「家族等介護支援事業」や令和4年11月から開始した介護に関する悩みや困りに看護師など専門職が電話で応じる「家族介護者（ほっとあんしんダイヤル事業）」を引き続き実施し、家族等の負担軽減を図る。また、認知症の方を介護する方が集まる認知症家族会やオレンジカフェ（認知症カフェ）で事業の周知を行う。	

取組の現状（令和8年6月）	
取組内容	
令和5年度以降も、「普及啓発」「早期発見・早期支援」「徘徊対策」の3つの柱を基本として、認知症施策のさらなる充実を図ってきました。また、令和6年1月の認知症基本法の施行、同年12月の国の認知症施策推進基本計画の策定、令和7年3月の東京都認知症施策推進計画の策定を踏まえ、葛飾区では、令和8年3月27日に「葛飾区認知症と共に生きるまちづくり条例」を公布・施行するとともに、令和8年3月31日に「葛飾区認知症施策推進計画」を策定しました。今後は、本計画に基づき、認知症施策を総合的かつ計画的に推進していきます。 ・認知症に関するパンフレット（認知症ケアバス「ヒトゴトじゃない認知症」） 令和5年度では印刷部数を令和4年度の3,000部から4,700部へ増刷し、民生委員や町会、図書館（中央・立石）や地区センターに配布しました。また、令和8年度には配布先を拡大し、それまで配布しなかった図書館（中央・立石以外）や区施設（区民事務所、総合スポーツセンター等）にも配布するとともに、9月に開催予定の認知症普及啓発イベントでも配布を予定しています。 ・認知症普及啓発ポスター 令和5年度は、一般向けポスターに加え、小学生向けポスターを作成し、区内小学校及び児童館に配布していましたが、令和8年度からは小学生向けポスターについても配布する予定です。	
【周知】	
①令和5年度より、認知症に関するパンフレットを民生委員、町会、地区センターへ配布しています。 ②認知症に関するパンフレットは、令和5年度及び令和7年度は中央図書館及び立石図書館のみに配布していましたが、令和8年度では、それ以外の図書館にも配布を予定しています。また、地区センターについては、令和5年度及び令和7年度に配布しています。 ③令和5年度には、新たに民生委員や町会に対して認知症に関するパンフレットを配布し、「おでかけあんしん事業」の周知を図りました。また、毎年9月の認知症普及啓発月間に合わせて掲載している広報がつかない認知症特集記事や区公式ホームページにおいても、「おでかけあんしん事業」の内容を紹介し、事業の周知に努めています。 ④東京理科大学の学園祭には、令和5年度以降も毎年出展しており、令和8年度も引き続き出展を予定しています。また、もの忘れ予防講演会動画のオンライン（YouTube）配信については、令和5年度から令和7年度まで毎年実施しました。令和8年度は、コロナ禍により休止していた認知症普及啓発イベントを再開し、9月の区内商業施設での開催に向けて準備を進めています。	
取組の現状（令和8年6月）	
取組内容	
【関係機関との連携】 ①令和5年度には、新たに民生委員や町会に対して認知症に関するパンフレットを配付し、区の認知症施策への理解を深めていただくことで、高齢者総合相談センター等との連携や、地域における見守り・声掛りの推進につながるよう努めています。 ②葛飾区医師会と区で開催している認知症連携協議会（年4回程度）を通じて、密に連携し協議しています。	
【もの忘れ予防健診】 広報がつかないには年2回（6月の健診開始前及び9月の特集記事）掲載するとともに、区公式ホームページにも掲載し、事業の周知を図っています。また、FMがつかないにも、6月の健診開始に合わせてスポーツCMを放送し、周知を行っています。さらに、9月末には健診対象者に対し、受診を促すための受診勧奨通知を送付しています。葛飾区医師会からは、健診の準備段階からご意見をいただきながら、受診券やチラシ、発送用封筒の文言やデザインについて協議・調整を行っています。	
【認知症サポーター】 認知症サポーター養成講座については、高齢者総合相談センターと連携し、年間を通じて計画的に開催しています。また、一部の高齢者総合相談センターでは、幅広い世代の方々を受講しやすいよう、土曜日やオンラインでの開催も実施しています。	
【業務の効率化】 福祉基幹システムの全国統一化（標準化）に伴う改修に合わせて、おでかけあんしん事業の情報を一元的に管理できるようシステム改修を行うことを検討しました。しかし、既存の福祉総合システムのメモ機能を活用することで、課内で必要な情報の共有が可能となっているため、新たなシステム改修は不要と判断しています。	
【その他】 家族等介護支援事業及びほっとあんしんダイヤル事業は、継続して実施しています。また、事業の周知については、高齢者総合相談センターにおいて、来所者の状況に応じて必要な方へ案内しています。	

認知症予防運動 コグニサイズ

コグニサイズとは、国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、新しい運動です。

コグニステップ

右横、左横にステップ★3の倍数で拍手



○国立長寿医療研究センターパンフレット「コグニサイズ」より引用

ご存じですか？あなたのまちの 高齢者総合相談センター

医療や福祉の専門職が、高齢者やそのご家族の方々の困り事に親切に対応します。ご相談は無料です。

医療や介護・健康・福祉について

介護保険の申請方法、専門医療機関のご紹介、車いすのレンタルや住宅改修のご相談など、様々な相談に応じます。

介護予防について

筋力向上トレーニングをはじめとした介護予防プログラムのご紹介をします。

権利や財産について

例) エンディングノートのお渡しや財産管理に関する相談窓口のご紹介など。

必要に応じて、地域の病院や区役所など、様々な機関と連携して、皆さんの生活を応援します。

高齢者総合 相談センター	電話番号
水 元	03-3826-2419
水元公園	03-6231-3567
新 宿	03-3826-8726
金 町	03-3826-5031
高 砂	03-5889-8600
柴 又	03-5876-9531
青 戸	03-5629-5719
亀 有	03-6240-7630
堀 切	03-3697-7815
お花茶屋	03-6662-7907
東四つ木	03-5698-2204
立 石	03-6657-6140
奥 戸	03-5670-5212
新 小 岩	03-5879-9328

月～金曜日 / 午前9時～午後7時
土曜日 / 午前9時～午後5時30分
日曜日、祝日、年末年始は休館

本リーフレットに関する問い合わせ先：高齢者支援課相談係 ☎03-5654-8597

○このリーフレットは、印刷用の紙ヘリサイズルできます。

令和8年度葛飾区もの忘れ予防健診を受けられた方へのご案内

もの忘れ予防 情報誌

かつしかで、いつまでも

ともに考え、
ともに生きる
認知症

毎年9月は認知症月間です



一般社団法人 葛飾区医師会
葛飾区福祉部 高齢者支援課 相談係
Q 葛飾区 認知症 検索

▶ 認知症サポート医からのメッセージ

「いつまでも、大好きな街で笑顔の毎日を」

「最近、少し忘れっぽいかも？」そんなふうに感じたら、それは脳からの「楽しい刺激がほしい」というサインかもしれません。

脳を元気に保つ秘訣は「日々のささやかな楽しみ」にあります。誰かとおしゃべりし、体を動かし、新しい景色に出会うこと。そんな積み重ねが、あなたの脳と心の活力になります。

この情報誌では、頼れる区の事業や、ご自宅ですぐできる体操、地域の仲間と出会える講座情報をたくさんご紹介しています。どうぞお気軽に手を取り脳の健康づくりにお役立てください。



認知症サポート医 赤畑 正樹 先生

葛飾区の事業のご案内

区ではさまざまな取り組みを実施しています。詳しくは各電話番号へお問い合わせください。

認知症を予防しましょう！～早めに相談・早めに受診～

もの忘れ相談会

(月1回程度開催)開催日は「広報かつしか」に掲載します

もの忘れや認知症の相談に、認知症サポート医などが応じます。開催日など詳しくはお問い合わせください。

高齢者支援課相談係 ☎03-5654-8597

認知症について、正しく理解しましょう！

認知症サポーター養成講座

開催日は「広報かつしか」に掲載します

認知症の基礎知識や認知症のある方への接し方を学び、自分のできる範囲で認知症のある方を手助けするのが、認知症サポーターです。開催日など詳しくはお問い合わせください。



認知症のある方の気持ちを知るカードの販売

～わかっていてね、わたしの想い～

認知症のある方への日頃の接し方や声掛けの方法を考えるカードです。区ホームページでも公開しています。

【価格】1セット300円

公開しています。

【販売場所】区政情報コーナー(区役所3階304番)

高齢者支援課相談係 ☎03-5654-8597

認知症になっても安心、認知症高齢者徘徊対策に取り組めます！

おでかけあんしん事業

(おでかけあんしんシール・おでかけあんしん保険)

靴などの身につけるものに「おでかけあんしんシール」を貼り、認知症のある方が徘徊し、警察等に保護された際にシールを手掛かりにご家族等に連絡することで早期の帰宅につながります。同時に、認知症による徘徊に起因する鉄道事故等を発生させ、ご家族等が損害賠償責任を負うことになった場合等に補償される「おでかけあんしん保険」に加入できます。

※費用無料

徘徊高齢者位置探索サービス助成

GPS等を利用した民間事業者の位置探索サービスを利用した際、登録料の一部を助成します。

高齢者支援課相談係 ☎03-5654-8597

「ヒトゴトじゃないよ認知症」ガイドブックを配布しています

認知症に関する情報を掲載したガイドブックを作成し、配布しています。認知症に関する相談窓口、認知症の進行段階に応じて利用できる医療・介護・福祉サービス等を掲載しています。



▲区ホームページ

【配布場所】高齢者支援課(区役所2階201番)
高齢者総合相談センター(裏表紙参照)
区ホームページでも公開しています。



お気軽にお越しください！オレンジカフェ・認知症高齢者家族会

オレンジカフェ

認知症のある方やその家族、地域の方、専門スタッフなどが集い、会話を楽しむ場所です。もの忘れや認知症に関する相談ができます。

認知症高齢者家族会

認知症のある方を介護する家族やすでに介護を卒業した方などが集まり、悩みや情報を共有しながら交流します。

※いずれも開催日時・場所についてはお近くの高齢者総合相談センター(裏表紙参照)へお問い合わせください。

最新

葛飾区医師会公式YouTubeで視聴できます！ オンライン認知症普及啓発講演会(令和7年度)

演題

認知症の人と家族を支える地域であるために

認知症のある方もない方も互いに尊重し合い支え合いながら生きる地域づくりに向けて、正しい知識を身につけましょう。



【講師】
しも 下 垣 光 先生

日本社会事業大学
社会福祉学部 教授

ここから視聴！



これまでの講演会動画は区のホームページから視聴できます！

二次元コードから
アクセス！



認知症疾患医療センター (いずみホームケアクリニック)

連絡先：03-6662-6332

認知症かどうか、その他の病気ではないかを地域の医療機関と連携しながら診察や各種検査を行い総合的に判断します。認知症であればどのような認知症か、進行度の判断も行います。専門の相談員と看護師が対応します。

かつシカ連携医相談室 (葛飾区医師会)

連絡先：03-3691-8536

かつシカ連携医相談室とは、区民の方が地域で生き生きと暮らしていけるために多職種と連携し、医療問題を支援する機関です。利用できる方は、区民やその家族・医療・介護・行政機関の方です。福祉・医療の専門スタッフが誠意をもって対応します。



かつシカ連携医

相談 シニア生きがい 応援窓口

無料

健康づくりや地域活動など、「これから何かを始めたい!」と考えているシニアのご相談をお受けします。
(予約不要)



【受付日】月～金曜日

(祝日・年末年始を除く)

【受付時間】午前9時～午後5時

窓口 葛飾区シニア活動支援センター

電話 03-5698-6202

実施時期や会場など

詳細は以下まで
お問い合わせください。

現在募集中の講座
が確認できます。



(葛飾区公式サイト
イベント情報ページ)

地域包括ケア担当課

○介護予防係

☎03-5698-6202

○シニア活動支援センター

☎03-5698-6201

FAX (共通) 03-5698-6203

〒124-0012

葛飾区立石

6-38-11

(シニア活動
支援センター内)

京成本線青砥駅より
徒歩 3 分



シニア活動支援センター 館内のご案内



利用時間
9:00～21:00

4階 ● 研修室

3階

- 高齢者クラブ連合会事務局
月～金曜日 (祝日を除く)
午前9時～午後2時
電話 03-5671-3088
- 活動室

2階

- 囲碁・将棋
- ヘルストロン

1階

- シニア生きがい応援窓口
月～金曜日 (祝日・年末年始を除く)
午前9時～午後5時
- シルバーカー展示
「シルバーカーの給付」事業の対象機種
の現物見本を展示しています
- 受付・事務室
- 西生活課

地下1階

- シニア IT・活動情報サロン
月～金曜日 午前9時～午後4時
- カフェ cha! cha! cha!
月～金曜日 午前11時30分～午後4時30分
(営業日は変わることがあります。)
特定非営利法人
【運営】葛飾アクティブ.COM
電話 03-3692-3180



もの忘れ予防健診を 受診された方におすすめの

令和8年度

地域包括ケア担当課
(シニア活動支援センター)

講座情報



「物をなくすことが増えた」「言いたい言葉がすぐに出てこない」
こんな経験がある方は、ぜひご参加ください!

脳活性化 脳力 (のうちから) トレーニング

無料



手指を使って左右違う動きや簡単なゲーム、言葉遊びなどを行い、参加者同士で交流しながら、脳の活性化を促します。



自主グループが
22 団体あります

【はじめての脳トレ】(事前申込制)
6～7月 6回

【ふらっとみんなで脳トレ】(申込不要)
12～2月 3回



脳活性化 ふれあい銭湯

無料



月1回、開店前に脱衣所を利用して、専門講師や区が養成したボランティアが介護予防につながる簡単な体操や脳トレ、レクリエーションを行います。(予約不要)

実施銭湯

- ♣富士の湯 (亀有) ♣栄 湯 (高砂)
- ♣さつき湯 (東堀切) ♣末広湯 (宝町)
- ♣アクアドルフィン ♣富の湯 (立石)
- ランド (立石) ♣喜久の湯 (東立石)
- ♣アクアガーデン ♣寿 湯 (東四つ木)
- 栄湯 (東四つ木)

脳活性化 回想法

無料



自分の体験を語り合い、過去のことに思いを巡らすことで、脳を活性化します。

- 回想法・思い出語る体験会 10月(4回)
- 郷土と天文の博物館で回想法 5月(1回)



自主グループが
14 団体あります。



学ぶ **シルバー
カレッジ** **有料**

専門講師による区民大学認定講座です。

<令和8年度実施講座>

- 幕末から明治の偉人 7月
- 名称未定 10月
- 戦国時代を生きた人びと 11～12月
- 名称未定(音楽) 1～2月
- 文芸からみた「かつしか」 2月

学ぶ **各種講座** **有料 無料**

<令和8年度実施講座>

- アクティブトレーニング 4～6月
- 愛唱歌を楽しく歌おう! 5～6月
- スポーツボイスフィットネス 5～7月
- 葛飾男塾(男性限定講座) 5～8月
- ゆったり・のんびり・フレイル予防 6～7月・11～12月
- ヒノキ棒のすこやか体操 8～9月
- ラテンのリズムを楽しもう! 10～11月
- 名称未定(ヨガ) 10～11月
- シニアのための英語講座 10～12月
- シニアだって踊りたい! ダンス&ストレッチ 10～12月
- ラ・ラ・ラ・ダンス! R9年1～3月
- 囲碁初心者講座 R9年1～3月

運動 **運動習慣推進** **有料**

**プラチナ・
フィットネス**

区内のフィットネスクラブ施設を利用して、専門のインストラクターの指導を受けながら、興味や体力に合った運動を行います。

- 1 スポーツクラブルネサンス KSC 金町 24
- 2 スポーツクラブルネサンス金町駅前 24
- 3 スポーツクラブルネサンス葛城 24
- 4 セントラルフィットネスクラブ亀有
- 5 セントラルフィットネスクラブ葛城
- 6 セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩
- 7 スポーツクラブメガロス葛飾店
- 8 フィットネスクラブティップネス新小岩店
- 9 ジェクサー・フィットネス&スパ新小岩

運動 **無料**

うんどう教室

公園に設置した専用のうんどう器具を使って、「つまずき」や「ふらつき」を予防するための運動を行います。(予約不要)

実施公園

- 東金町四丁目平成公園
- 青戸平和公園
- 高砂北公園
- お花茶屋公園
- 間葉公園

協働 **介護予防** **無料**

ボランティアリーダー

地域の自主グループ活動の進行役を担うリーダーを養成します。

- ◆筋力向上トレーニング
- ◆脳力トレーニング
- ◆うんどう教室
- ◆回想法
- ◆健美操

運動 **けん・び・そう
健美操**

多種の呼吸法で自然治癒力を高めます。
・青戸コース 4月～9月
・金町コース 10月～R9年3月
自主グループ「健美操なでこ」もあります。

運動 **筋力向上
トレーニング** **無料**

椅子を使い、ゆっくりとした動作で行う運動により、日常生活に必要な筋力の向上を図ります。

<令和8年度実施講座>

はじめての筋トレ講座

- 青戸コース 5～7月(全10回)
- 亀有コース 9～12月(全10回)

自主グループが
約72団体あります。

運動 **シニア版
ポニースクール** **無料**

指導員付き添いの乗馬によって腹筋や背筋の強化や足腰のトレーニング等をする中で、楽しく介護予防に参加する機会を作ります。

<会場>

ポニースクールかつしか
(水元スポーツセンター公園内)

<実施時期>

4月 6月 10月 11月
(すべて午前コース)

各3回

協働 **通所型** **有料**
住民主体サービス

介護予防の要素を含んだ活動をすすめる団体の運営支援をしています。

(団体により活動費は異なります。)

- ミニ・デイサービス(15か所)
専門職による各種プログラムを行う緩和型のデイサービスです。
- 高齢者等サロン(32か所)
健康体操や脳トレ、趣味活動などを通して、交流できる通いの場です。

お近くの活動場所を
ご紹介します!