

# 3. 各種相談先



## 1 お住まいの地区の高齢者支援センター

市では、市内12の日常生活圏域に「高齢者支援センター」を設置しています。各センターには、相談支援や相談機関との連携を担う「認知症地域支援推進員」が配置されていますので、認知症についてご心配な場合は高齢者支援センターへご相談ください。介護予防や権利を守ること（高齢者虐待、消費者被害等）のご相談も受付けています。

問合せ先			連絡先
地区	センター名	住所	
市川・根岸	ミライフル	日計四丁目8-47 オフィースアルタ101	38-7465
下長・上長	はくじゅ	河原木字北沼22-39	20-4400
田面木・館・豊崎	ハピネスやくら	八幡字下樋田1-1	27-8990
長者・白山台	ちょうじゃの森	糠塚字下道7-32	46-0817
三八城・根城	みやぎ	内丸一丁目1-30	71-2271
小中野・江陽	アクティブ24	小中野一丁目1-14	73-3337
柏崎・吹上	八戸市医師会	柏崎六丁目26-1	38-3820
是川・中居林	ミライフル	中居林字道合25-4	70-5802
大館・東	みやぎ	岩泉町7	32-0316
白銀・湊	えがお	白銀町字右岩淵通23-1	38-1328
白銀南・鮫・南浜	瑞光園	大久保字大山32-1	25-0103
南郷	なんごう	南郷大字市野沢字市野沢22-3	70-5102

○お住まいの地域の担当が分からない場合は、下記へお問い合わせください。

**八戸市地域包括支援センター**（八戸市高齢福祉課【八戸市庁別館1階】） TEL : 43-9189

## 2 若年性認知症について心配がある方のご相談

問合せ先	連絡先
<b>青森県若年性認知症総合支援センター</b> 月～金 9時～16時 (住所：青森県八戸市尻内町島田13-1) LINEもあります。 LINEアプリでQRコードを 読み取ってください。  (相談対応可能)	<b>38-1360</b> 【メールによる相談】 下記メールアドレスへご相談ください。 <b>jakunen@kokorosukoyaka.org</b>
<b>若年性認知症コールセンター</b> 月～土 10時～15時※水のみ10時～19時	<b>0800-100-2707</b>
<b>八戸市保健所 健康づくり推進課</b> (八戸市総合保健センター3階)	<b>38-0713 FAX 38-0735</b>
<b>八戸市障がい福祉課</b> (障がい福祉サービスについて)	<b>43-9343 FAX 22-4810</b>

### 3 介護保険サービスの相談

介護保険サービスには、在宅・施設で受けられるサービスがあり、サービスの利用には要介護認定の申請が必要です。申請は家族やケアマネジャー（介護支援専門員）も代行できます。申請手続きやサービスの種類、介護保険制度全般については、下記問合せ先にご相談ください。

問合せ先	連絡先
八戸市介護保険課	43-9083 FAX 47-0732
各地区の高齢者支援センター	7ページ参照

### 4 経済的な心配がある方のご相談

認知症と診断されて、仕事を休んでいる又はやめた等の理由により、金銭的に困った場合に受けられる給付があります。詳しくは各問合せ先へご相談ください。

問合せ先	連絡先
雇用保険：ハローワーク（八戸公共職業安定所）	22-8609（部門コード11#）
傷病手当	職場の担当課
障害年金制度：八戸年金事務所	44-1742 FAX 45-9329
生活保護：八戸市生活福祉課	43-2111（内線5051～5055、5058～5060、5062～5067）
八戸市生活自立相談支援センター（八戸市庁 別館9階）	51-6655 FAX 51-6656

### 5 法律、人権相談

問合せ先	連絡先
八戸市市民相談室（法律相談は要予約）八戸市庁 別館7階	43-2111（内線2553、2554）
法テラス青森（日本司法支援センター） ・法テラスの法律相談予約窓口 ・一般的な法制度や適切な窓口を紹介します。 （経済的に余裕のない方への無料相談・費用立替等あり）	0570-078-387
高齢者・障がい者無料電話法律相談（青森県弁護士会） ・毎週火曜日 13:30～16:00 ・弁護士が電話で簡単な助言を行い、必要に応じて面談・出張相談を行います。	017-763-5021

### 6 成年後見センター

認知症、精神障がい、知的障がいなどの理由で判断能力が不十分な方が、不動産や預貯金などの財産を管理したり、各種契約を結んだりする際に、不利益を被らないように保護し、支援するためのお手伝いをしていますのでご相談ください。

問合せ先	連絡先
八戸圏域成年後見センター（八戸市社会福祉協議会内）	24-1324 FAX 47-1881

## 7 自動車の運転について【運転適性相談】

これまでのように運転ができなくなったと感じたときや、免許証の自主返納をお考えの際にはご相談ください。また、ご家族からの相談にも対応しています。

### 問合せ先

#### 八戸自動車運転免許試験場

・月～金（祝日、年末年始を除く）・8:30～17:15（第2・第4金曜日除く）

#### 安全運転相談ダイヤル

### 連絡先

**24-4415**

※時間帯により繋がりにくい場合があります。

**#8080**

## 8 地域とのつながり

### 1 公益社団法人 認知症の人と家族の会 青森県支部

認知症の人と家族の会は、認知症の人や介護している家族のほか、認知症に関心のある人たちが中心になって活動している民間の団体です。主な活動は、①つどい、②電話相談、③会報発行などで、「認知症になっても安心して暮らせる社会」を目指しています。

### 内容

### 連絡先

#### 八戸のつどい：偶数月の第3土曜日 13:30～15:30

※開催日時は変更になる場合がありますのでお問合せください。

**35-0930**

電話相談：①公益社団法人 認知症の人と家族の会  
月～金曜日 10:00～15:00（祝日を除く）  
②公益社団法人 認知症の人と家族の会 青森県支部  
毎週水・金曜日 13:00～15:00

①**0120-294-456**

②**34-5320**（相談専用）

その他、公益社団法人 認知症の人と家族の会 青森県支部への問合せ

**35-0930**

### 2 やさしい手の会（八戸地域認知症者を抱える家族の会）

交流を通して、介護者が安らぐ場を得たり、介護知識の情報交換や諸制度の活用を知らせ合う会です。また、地域が認知症を理解するよう普及啓発にも取り組んでいます。

### 内容

### 連絡先

ひと息サロン 開催日時：3月、5月、6月、9月、10月、11月  
第4金曜日 10:00～14:00  
開催場所：更上閣 ※詳細は事務局にお問合せください。

**やさしい手の会事務局 金田  
44-8958**

### <家族同士の集まりに参加した方の声>

他の家族の経験談を聞いたり、利用可能なサービスを情報収集できた。

心配なこと・不安なことを相談できて良かった。気持ちに共感してもらえて嬉しかった。



本人への関わり方や、生活の中で工夫していることを聞くことができた。

家族が悩んでいることを相談して、解決の糸口を見つける場にもなる。

### 3 認知症カフェ



写真協力元：認知症カフェ「はちのへ」

認知症の人や家族、認知症に関心のある人ならどなたでも参加でき、認知症についての情報交換や相談等ができる場です。  
※開催状況については、各問合せ先にご確認ください。

オレンジカフェ「はっぴー」	オレンジカフェ「ゆったり」
開催日時 6月、8月、10月、12月、2月 14時～15時	開催日時 偶数月第3土曜日 13時～15時30分
参加費用 お茶菓子代として100円	参加費用 お茶菓子代として100円
住 所 江陽五丁目7-24	住 所 河原木字平5-2
問合せ先 グループホーム舟見町 73-5725	問合せ先 グループホーム 南部山さきおりの家 21-2393
「陽だまりカフェ」	「かふえ だいだい」
開催日時 5月、7月、9月、11月の第4土曜日 13時～16時	開催日時 毎月第3土曜日 10時～15時
参加費用 無料	参加費用 ランチ：300円、飲み物：100円
住 所 妙字分枝43	住 所 田面木字赤坂16-8
問合せ先 グループホーム妙水苑 30-2778	問合せ先 こころすこやか財団 27-7094
認知症カフェ「はちのへ」	
開催日時 原則奇数月の第3月曜日 13時15分～14時30分	
参加費用 無料	
住 所 田向三丁目6-1 (八戸市総合保健センター2階)	
問合せ先 介護予防センター 38-0726	



写真協力元：グループホーム舟見町 オレンジカフェ「はっぴー」  
グループホーム妙水苑「陽だまりカフェ」

#### <認知症カフェに参加した方の声>

「認知症」という診断が  
ついたことは、最初は恥ず  
かしい気持ちになった。

でも、認知症カフェで気  
心知れた仲間と出会えたこ  
とで、大丈夫と思えるよう  
になり、心が楽になった。



さまざまな人と話をして、  
認知症といっても1人1人  
違うことを知った。

人生にはいろんなことが  
あるんだなと思うし、認知  
症もその1つなんじゃない  
かと思う。

自分の失敗談をお互いに  
教えあって、一緒に笑って  
過ごしている。他の人の話  
を聞くと、自分だけじゃな  
いと思えるので安心する。

「私も忘れるから大丈  
夫」と言ってもらえて、気  
持ちがほっとした。



家に閉じこもっていると、  
お菓子を食べすぎたり、夜  
に眠りにくかったりする。  
生活リズムを整えて、人と  
関わるために認知症カフェ  
を利用している。

家族に勧められて参加し  
た。参加してみて良かった。