



# 相談窓口のご案内

- 認知症に関する困りごとは、かかりつけ医や相談窓口にご相談してみましよう。

相談先	電話番号	
地域包括支援センター（市役所高齢者福祉課内）	☎ 52-4141（内線298・291）	
在宅介護支援センター	聖母（上諏訪北部・中央地区）	☎ 52-3512
	かりんの里（上諏訪東南部・小和田地区）	☎ 57-5533
	湯の里（四賀・中洲地区）	☎ 57-1000
	西山の里（豊田・湖南地区）	☎ 56-1000
ライフドアすわ（医師会管内）	☎ 78-0477	
諏訪地域認知症疾患医療センター（諏訪赤十字病院内）	☎ 78-4560	

- 認知症やその介護でお悩みの方への電話相談

相談先	電話番号
若年性認知症コールセンター（長野県）	☎ 0268-23-7830
若年性認知症コールセンター（厚生労働省）	☎ 0800-100-2707
認知症の人と家族の会 長野県支部（長野市）	☎ 026-293-0379

## ご参加ください！

### 認知症サポーター養成講座



- 認知症の人と家族に対して暖かい目で見守るために必要な知識を学びます。

### 脳いきいき教室

- 物忘れや認知症予防に関心のある方の教室です。体操や認知機能検査を行います。

**問い合わせ：諏訪市社会福祉協議会**

**☎ 0266-52-2508**



### 認知症カフェ

- 認知症の人やその家族、地域の方、介護や福祉などの専門職の方、誰でも気軽に参加できる集いの場です。専門職に不安や悩みを相談することができます。
- 一人で抱え込まずに、お話してみませんか。
- ご参加される方は、お電話でお問い合わせください。

**問い合わせ：ライフドアすわ**

**☎ 0266-78-0477**

