



認知症が気になり始めたら 自分でチェックしてみましょう

※ご家族や身近な方がチェックすることもできます

自分でできる認知症の気づきチェックリスト

最もあてはまるところに○をつけてください。

チェック	質問	イラスト	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
チェック①	財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか		1点	2点	3点	4点
チェック②	5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか		1点	2点	3点	4点
チェック③	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか		1点	2点	3点	4点
チェック④	今日が何月何日かわからないときがありますか		1点	2点	3点	4点
チェック⑤	言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか		1点	2点	3点	4点
チェック⑥	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか		1点	2点	3点	4点
チェック⑦	一人で買い物に行けますか		1点	2点	3点	4点
チェック⑧	バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか		1点	2点	3点	4点
チェック⑨	自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか		1点	2点	3点	4点
チェック⑩	電話番号を調べて、電話をかけることができますか		1点	2点	3点	4点

チェックしたら、①から⑩の合計を計算 ▶ 合計点 点

20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。
お近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。
※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。 出典：東京都福祉局高齢者施策推進部在宅支援課「知って安心認知症(令和6年9月発行)」

認知症についての電話べんり帳



川崎区内の地域包括支援センター

高齢者の生活や介護についてのご相談をうかがい、一緒に解決方法を考える身近な窓口です。
川崎市から委託を受けた公的な相談機関です。

名称	電話番号	担当地域
しおん	044-222-7792	本町、旭町、砂子、駅前本町、榎町、境町、新川通、鈴木町、東田町、堀之内町、港町、宮前町、宮本町、富士見1丁目
恒春園	044-211-6313	小川町、池田、貝塚、京町1・2丁目、下並木、堤根、日進町、南町、元木
大島中島	044-201-8831	富士見2丁目、中島、大島、大島上町
京町	044-333-7920	大川町、小田2～7丁目、浅田、京町3丁目、田辺新田、白石町
ビオラ川崎	044-329-1680	小田栄、小田1丁目、渡田山王町、渡田新町、渡田東町、渡田、渡田向町
桜寿園	044-287-2558	浅野町、池上町、追分町、扇町、扇島、鋼管通、桜本、田島町、浜町、南渡田町
大師中央	044-270-5112	台町、大師公園、中瀬、四谷下町、四谷上町、観音、池上新町
藤崎	044-270-3215	川中島、藤崎、伊勢町、大師駅前
大師の里	044-266-9130	浮島町、江川、小島町、塩浜、大師河原、田町、千鳥町、出来野、殿町、東扇島、日ノ出、水江町、夜光、東門前、昭和、大師町、大師本町

認知症疾患医療センター

認知症に関する専門医療相談の窓口です。
相談は無料です。



◆市立川崎病院 認知症疾患医療センター

☎044-233-5521(代表)

◆日本医科大学武蔵小杉病院 街ぐるみ認知症相談センター

☎044-733-2007(直通)

◆聖マリアンナ医科大学病院
認知症(老年精神疾患)治療研究センター

☎044-977-6467(直通)

◆かわさき記念病院 認知症疾患医療センター

☎044-977-3100(直通)

認知症コールセンター ～サポートほっと～

認知症の方や、その家族のための
認知症に関する総合相談窓口です。



月・火・木・金・日 10時～16時
(※1) (※2) (※3)

※1 専門医相談は、第4火曜日午前(予約制)

※2 毎月第2、第4木曜日は20時まで受付

※3 日曜日は第1、第3日曜日のみ受付

☎044-932-0341

認知症サポーター養成講座

認知症の方やそのご家族を支えるため、認知症の基本的な知識や対応について学ぶ講座です。

◆川崎区役所地域みまもり支援センター地域支援課

☎044-201-3064

若年性認知症支援コーディネーター

ご本人やご家族等からのご相談の受付、支援に
携わるネットワークの調整などを行っています。



◆川崎幸クリニック 若年性認知症相談窓口

☎044-544-1020(代表)

◆かわさき記念病院 若年性認知症相談窓口

☎044-977-3100(直通)

川崎区役所

電話・来所による認知症に関する相談をお受けしています。
認知症の早期支援も実施しています。ご家族や身近な方に気になる方がいらっしゃいましたらお気軽にご相談ください。

◆川崎区役所地域みまもり支援センター 高齢・障害課

☎044-201-3080

川崎区役所地域みまもり支援センター 高齢・障害課

令和8年1月発行