

2026
10月

笑顔創造企業 プライムケア東京

アレコレ通信



福祉用具の卸会社「プライムケア東京」が運営するアレコレひろばからお届け♪



第5回 / 全6回

物忘れが気になったら、 まず相談

早めの相談が、本人と家族の安心に



① こんなこと、ありませんか？

- ☒ 最近、物忘れが気になる
 - ☒ 同じことを何度も聞くようになった
 - ☒ 家族の様子が以前と違う
 - ☒ 認知症かもしれないけど、どうしたらいいかわからない
 - ☒ 本人への接し方や介護に困っている
 - ☒ 家族だけで抱えるのがつらい
- ひとつでも気になることがあれば、
相談して大丈夫です。



② まずは「地域包括支援センター」へ

高齢者の介護・健康・生活などについて
相談できる、身近な相談窓口です。

認知症かわからない段階でも
相談できます。

必要に応じて、
医療・介護・専門的な
支援につないで
もらえます。



③ 必要に応じて、専門的なサポートもあります

認知症地域支援推進員

認知症の人や家族の
相談を受け、必要な
医療・介護・
地域の支援
につなぎます。



認知症初期集中支援チーム

医療や介護につながら
ていない場合などに、
専門職が
チームで
支援します。



難しい制度を自分で探さなくても大丈夫。
まずは相談してみましょう。



④ 本人だけでなく、ご家族からも相談できます

母の物忘れが増えて心配…

父への接し方がわからない

介護をする家族が疲れてしまった

本人が相談したがない場合でも、
ご家族だけで相談できます。



ひとりで抱え込まず、話してみませんか？



⑤ 全国から相談できる窓口もあります

若年性認知症コールセンター

若年性認知症や、仕事・
生活についての相談に。



認知症の人と家族の会

認知症や介護について、
ご本人・ご家族から相談
できます。



⑥ あなたの地域の相談窓口を 探してみましょう

「〇〇市 地域包括支援センター」
「〇〇市 認知症相談」
などで検索してみましょう♪



「まだ相談するほどではない」と思っていないませんか？

“ちょっと気になる”が、相談のタイミングです。一人で抱え込まず、まず話してみませんか？



お問合せは
＼お電話またはLINEから／



046-204-4530

公式ラインのご登録を
よろしくお願いします♪



アレコレ広場

〒243-0438 海老名市めぐみ町3-1 ビナガーデンズパーチ6階
営業時間 9:30～12:30 / 13:30～17:00 ※金のみ16:00 (定休日：土日祝)

イベント報告

プライムケア東京は当イベントに共催企業として参加しております。

9月21日に開催予定だった「RUN伴」「オレンジフェス」は、台風の影響で中止に……。当日のために準備していた**ロバ隊長**や**応援グッズ**を今回ご紹介します！

台風のため
中止

RUN伴えびな2026応援グッズ



アレコレひろば

ロバ隊長を作成している様子です！



初めてのロバ隊長。一目一目丁寧に編み、愛情を込めて一生懸命作りました♪



約30cmの大きなロバ隊長を、アレコレ広場の3人で協力して作りました！

店舗情報

アレコレ広場では認知症予防に取り組んでいます。
※都合により時間を変更させていただく場合もございます。

アレコレ雀荘

飲まない・賭けない・吸わないを合言葉に健康麻雀を行っています！

10月 7日 水 10:00～12:00
10月21日 水 10:00～12:00
11月 4日 水 10:00～12:00
11月18日 水 10:00～12:00



覚えよう

今月の役：大四喜(ダイスーシー) 門:役満|鳴:役満

東東東 南南南 西西北 北 北
メンツ メンツ メンツ メンツ アタマ なんでもOK

《大四喜とは》

- ・東南西北の4種類全てを刻子で揃える役です。
- ・ポンやチーなど、鳴いて揃えてもOK！
- ・アタマはなんでもOK！

大四喜(すべてのメンツが東南西北でできている)

東東東 南南南 西西北 北 北

小四喜(3つのメンツとアタマが東南西北でできている)

南南南 西西北 北 北 東東

※8月号を参照ください

アレコレ工房

編みにケーション・コミュニ毛糸♪
自分だけの作品を作しましょう！

10月14日 水 10:00～12:00
10月28日 水 10:00～12:00
11月11日 水 10:00～12:00
11月25日 水 10:00～12:00



男性も
大歓迎！

注目！

みなさんの作品



お気に入りの毛糸と一緒に、楽しく作しましょう♪

スポーツ 太鼓の達人

どんどこつながる笑顔の輪

10月28日 水 14:00～15:30
11月25日 水 14:00～15:30



※アレコレ雀荘・アレコレ工房・太鼓の達人にご参加の際は、お飲み物をご持参ください。