

# 1 相談窓口

## 地域包括支援センター

高齢者のための総合相談窓口です。専門知識を持ったスタッフ（保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員など）が、必要な機関と協力・連携しながら高齢者のさまざまな相談に対応しています。

センター名・住所	電話番号	担当地区
<b>むつ市地域包括支援センター</b> むつ市中央一丁目8番1号	22-1111	市全域
<b>むつ市地域包括支援センター みちのく</b> むつ市金谷二丁目20番1号	23-7930	●むつ地区（西部） ●大湊地区 ●川内地区 ●脇野沢地区
<b>むつ市地域包括支援センター 社協</b> むつ市中央一丁目8番1号 （むつ市社会福祉協議会内）	33-2355	●むつ地区（東部） ●大畑地区

## 在宅介護支援センター

高齢者の地域での身近な相談窓口として、市内に6か所の在宅介護支援センターがあります。地域包括支援センターと連携を図りながら、高齢者に関するさまざまな相談に応じています。

センター名	電話番号	住所
村中在宅介護支援センター	33-8020	むつ市新町10番46号
みちのく在宅介護支援センター	23-7070	むつ市大字城ヶ沢字砂川目3番地43
ニチイケアむつ在宅介護支援センター	45-1531	むつ市大字関根字北関根205番地4
恵光園在宅介護支援センター	26-2681	むつ市大字奥内字竹立11番地3
在宅介護支援センターかわうち	31-2555	むつ市川内町獅子畑128番地4
延寿園在宅介護支援センター	34-4477	むつ市大畑町観音堂25番地1（ふれあいかん内）

# 2 病院受診

少しでも気になる症状や様子があれば、まずはかかりつけ医へ相談しましょう。

かかりつけ医がない場合、認知症サポート医や認知症疾患医療センター、又は地域包括支援センター（P.2）へ相談してみましょう。

## ○ 認知症サポート医

認知症サポート医とは、かかりつけ医の認知症診断などに関する相談役・アドバイザーとなる医師です。専門医療機関や地域包括支援センターなどとの連携役となります。

医療機関名	電話番号	所在地
ふじた脳神経クリニック	24-5557	むつ市中央二丁目5番5号

## ○ 認知症疾患医療センター

認知症の方とそのご家族が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、指定を受けた病院に設置するものです。認知症の診断、医療相談など、かかりつけ医療機関と連携し、支援を行います。

医療機関名	電話番号	所在地
むつ総合病院認知症疾患医療センター	23-3373(FAX兼用) ※繋がらない場合は 病院代表番号(22-2111)へ	むつ市小川町一丁目2番8号



受診する際には・・・

- 初めての受診の場合、検査などのため診察に時間がかかることが予想されます。時間に余裕をもって受診しましょう。
- 可能であれば、ご家族などと一緒に受診しましょう。自分では気付いていない症状について話をしてもらったり、結果を一緒に聞いたりして、今後について話し合うようにしましょう。
- 今ご自身で困っていることや不安なことなど、医師に伝えたい内容を整理しておきましょう。



・気になる症状・様子があるのはいつ頃からなのか  
・性格や習慣に変化はあるか  
・日や時間帯によって症状に変化はあるか  
・これまでかかった病気  
・飲んでいる薬と服用期間（お薬手帳を持参） など