

# 千葉市認知症ナビ

認知症に関する知識や相談窓口の案内、認知症サポーター養成講座や認知症カフェの情報などを総合的に発信



千葉市 認知症ナビ

認知症チェックリスト

文字サイズ 小 中 大

認知症ってなに？

相談窓口

介護者の方へ  
本人と家族へ

医療・介護  
従事者の方へ

企業・  
事業所の方へ

若年性認知症

## 認知症と共に生きる社会へ

認知症はだれもがなりうるものです。  
千葉市は認知症になっても安心して暮らせる街を目指します。



認知症のご本人やご家族、支援者向けに、市内の相談窓口、介護サービス、支援などの情報を集約した公式サイトです。

症状の進行に合わせたサービス検索や、見守り二次元コードなど

安心・安全網、研修・交流会情報などが  
分かりやすくまとめられています。



千葉市保健福祉局 健康福祉部  
地域包括ケア推進課

千葉市中央区千葉港 1-1  
☎ 043-245-5267  
FAX 043-245-5293

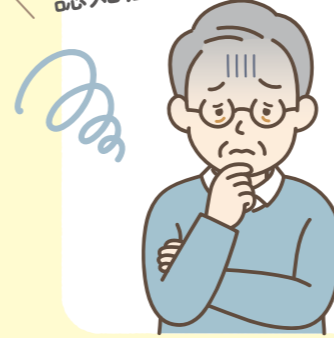
【作成・監修】・千葉市・認知症地域支援推進員・認知症コーディネーター・千葉市認知症疾患医療センター 令和8年6月作成

メール ▶ [hokatsucare.HWH@city.chiba.lg.jp](mailto:hokatsucare.HWH@city.chiba.lg.jp)

ホームページ ▶ <https://www.city.chiba.jp/hokenfukushi/kenkofukushi/hokatsucare/>



これって  
認知症かな？



認知症になったら、  
今後どういふことを  
考えておけばいい？



どこに  
相談すればいい？



# 千葉市

# 認知症ケアパス

そんなとき、このケアパスを手にとってみてください。

## 認知症ケアパスとは

「認知症の人の状態に応じたサービス提供の流れ」を示したもので、認知症かもと思った時や認知症と診断を受けた時に、どこに相談すればよいか、どのような制度が使えるかなどの情報をまとめたものです。

認知症は病気の進行によって、症状が変化します。  
どの時期にどのような支援が必要になるのか、  
大まかな目安が一覧で見られるようになって  
いますので、今後を見通す参考としてください。



### 目次

- 1 認知症ケアパスの流れ P1-2
- 2 医療・介護のサービス・支援内容 P3-4
- 3 千葉市あんしんケアセンター（地域包括支援センター） P5-6
- 4 各種相談窓口、つどい、講習会・交流会 P7-8
- 5 日常生活を安心して過ごすために P9-10



認知症の進行に応じた変化	健康 → あれ? もの忘れかな	→ そろそろ誰かの見守りが必要	→ 日常生活に手助けが必要	→ 常に手助けが必要
<b>本人の様子</b> なんとなくおかしいと感じて不安になる (例)頭に霧がかかったような気がする・気分が落ち込む等 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 物の忘れ</li> <li>● 同じことをくりかえし聞く</li> <li>● 片付けが苦手になる</li> <li>● 物が無くなる</li> <li>● 外出がおっくうになる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 小銭で払うのが苦手になる</li> <li>● 探しものをする時間が増える</li> <li>● 食事の支度が一人では難しい</li> <li>● 火の消し忘れ</li> <li>● 金銭の管理や支払いが難しくなる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 薬を間違えて飲む</li> <li>● たびたび道に迷う</li> <li>● 季節に合った服が選べない</li> <li>● 家電の操作が難しくなる</li> <li>● 生活リズムが乱れる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● トイレの場所がわからない</li> <li>● 道に迷って帰ってこれない</li> <li>● 日にちや季節がわからなくなる</li> <li>● 洋服の着かたがわからない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 自分で食事ができなくなる</li> <li>● 言葉によるコミュニケーションが難しい</li> <li>● 歩行が困難</li> <li>● 起き上がるのに介助が必要</li> </ul>
<b>家族の気持ちと対応</b> 認知症はご家族のかかり方や環境調整により、症状・気持ちは大きく変化します 家族会や勉強会に参加すると、色々な情報が得られます 抱え込まずに相談をすることが大事 家族の病気への理解が、今後の症状の出力に大きく影響する 本人の失敗が増え、介護疲れを感じる、休みたくなる 介護サービス等を利用し、ご家族がリラックスできる時間を大事にする 最期の過ごし方や看取りが心配 元気なうちに本人の意向を確認するエンディングノート等を活用する				
<b>本人や家族の決めるべきこと</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 友人や地域とのつながりを大切にしましょう</li> <li>■ 今までやってきたことをやめずに続けましょう               <ul style="list-style-type: none"> <li>● 地域の活動</li> <li>● サークル</li> <li>● ボランティア等</li> </ul> </li> <li>■ エンディング(終活)ノート等を作成してみましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ まわりの人に相談してみましょう</li> <li>■ 一日の計画を立てて行動してみましょう</li> <li>■ あんしんケアセンターに相談しましょう</li> <li>■ かかりつけ医に相談しましょう</li> <li>■ 元気なうちから生前整理に取りくみましょう</li> <li>■ 外出の機会をもちましょう</li> <li>■ 本人の話をじっくり聞きましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 一人で行うことが難しいことはまわりの人に手伝ってもらいましょう</li> <li>■ 相談できる人を見つけておきましょう</li> <li>■ 今まで通り、外出したり人に会う機会をもちましょう</li> <li>■ 将来に備えて成年後見制度等の利用について検討しましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 本人の「得意」を活かし、その人らしい生活をいかにして送っていくのかを考えていきましょう</li> <li>■ 介護サービスなどを利用してお互いにリラックスできる時間をもちましょう</li> <li>■ 施設での生活を希望する場合は早めにいくつかの施設を見学しておきましょう</li> </ul>	
<b>介護保険</b>	<b>申請の相談</b>	<b>介護認定の取得</b>	<b>介護サービスの利用</b>	<b>家族の介護疲労の軽減</b>
<b>予防</b> <small>生きがいづくり</small>	ボランティア活動 シルバー人材センター 老人クラブ サークル活動 ふれあい・いきいきサロン 本人ミーティング	認知症カフェ シニアリーダー体操教室		
<b>医療</b>	かかりつけ医 特定健康診査・健康診査	認知症サポート医 認知症初期集中支援チーム 訪問看護	千葉県認知症疾患医療センター 訪問薬剤師 訪問診療 訪問歯科診療	
<b>相談</b>	千葉県あんしんケアセンター	ちば認知症相談コールセンター	各区保健福祉センター	福祉まるとサポートセンター
<b>介護</b>	居宅介護支援事業所(ケアマネジャー) 訪問介護 デイサービス ショートステイ 地域密着型サービス			
<b>生活支援</b>	民生委員 千葉県社会福祉協議会	生活支援コーディネーター	千葉県消費生活センター 警察	民間配食サービス 買物支援 移送
	日常生活自立支援事業		どこシル伝言板	認知症あんしん保険 成年後見制度
<b>住まい</b>	サービス付き高齢者向け住宅		介護付き有料老人ホーム	認知症グループホーム

## 認知症の診断など

### かかりつけ医

認知症の初期の診断や、家族からの相談に応じ、患者の不安を和らげるとともに、専門医との連携を図って診察をします。

### 千葉市認知症疾患医療センター

認知症専門医や相談窓口を配置しており、「医療福祉相談」、「専門医療機関の紹介」、「鑑別診断および初期治療」等を行っています。

まずはお気軽にお電話でご相談ください。

※受診の際はかかりつけ医の紹介状が必要です。



☎043-226-2736・2256 FAX 043-226-2738

■医療相談窓口 平日9:00~15:00 ※土日・祝日及び年末年始を除く

FAXは  
24時間受付



## 利用できる主な医療サービスについて

### 訪問歯科診療

歯のことで困っていても歯科医院に通院できない人を対象に歯科医師や歯科衛生士が、自宅などに訪問して治療します。



### 訪問診療

病気や障害があっても、住み慣れた家や地域で過ごしたい人が、自宅などに居ながら医療を受けることができる仕組みです。通院が困難な方を対象に、医師が自宅などを定期的に訪問し、診療、治療、薬の処方、療養上の相談、指導などを行います。

### 訪問薬剤師

医師・歯科医師の指示のもと、患者の処方せんを受け付けている保険薬局や、医療機関の薬剤師が、自宅などを訪問し服薬指導を行います。



### 訪問看護



主治医の指示のもと、訪問看護ステーションや医療機関の看護師などが、自宅などを訪問し、日常生活の支援や医療的ケアを行います。

## もの忘れチェック

特定健康診査及び健康診査の受診者のうち、認知機能の低下が疑われる問診結果となった65歳~89歳の高齢者に対し、市内医療機関で認知機能に関する簡易なチェックを無料で実施し、認知症の早期発見・早期診断につなげます。

対象者：特定健康診査または健康診査を受診した方のうち、問診結果から認知機能の低下が疑われる65歳~89歳の方。



地域包括ケア推進課

☎043-245-5267



## 認知症チェックリスト(10項目)

(作成：千葉市医師会認知症研究会)

- 最近、仕事や趣味に興味がなくなった。
- 家族や同僚などに「忘れっぽくなった」とよく言われる。
- 今日が「何年」、「何月」かがはっきりわからない。
- 今日が「何日」、「何曜日」かがはっきりわからない。
- 最近、印鑑、通帳、キャッシュカード、保険証などをなくして発行してもらった。
- 新しい電気製品(テレビ、電子レンジ、リモコンなど)の使い方が覚えられない。
- 毎日、何かの「もの忘れ」がある。
- 最近、大切な約束を忘れてしまった。
- 昨日の夕食に何を食べたかを思い出せない。
- 今年のお正月に誰と過ごしたか思い出せない。

4項目以上当てはまる方は、かかりつけ医やあんしんケアセンター、千葉市認知症疾患医療センター等にご相談ください。



## 要介護認定

生活の中での困りごとに応じて介護サービスを利用することができます。利用するには、お住まいの区に申請して認定を受ける必要があります。訪問調査や主治医意見書などをもとに、介護や支援の必要度が判定され、「要支援1・2」「要介護1~5」に区分されます。認定結果に応じて、利用できる介護サービスの内容や量が決まります。

### ●〔窓口〕各区介護保険室の連絡先

対象者  
・65歳以上で、介護や支援が必要な方  
・40~64歳で、加齢に伴う特定疾病により介護が必要な方  
※初老期における認知症含む

中央	☎043-221-2198	若葉	☎043-233-8264
花見川	☎043-275-6401	緑	☎043-292-9491
稲毛	☎043-284-6242	美浜	☎043-270-4073

■受付時間 平日9:00~17:00 ※土日・祝日及び年末年始を除く

## 利用できる主な介護サービスについて

### 居宅介護支援(ケアマネジャー)

介護や支援を必要とする方からの相談を受け、ご本人の心身の状態に応じた介護サービス(訪問系サービス、通所系サービス、短期間の宿泊サービス等)を利用できるよう、ケアプランを作成し、サービス事業者などと連絡・調整したりする介護保険の専門家です。



### 通所介護(デイサービス)

自宅から、通所介護の施設(デイサービスセンターなど)に通い、食事や入浴などの日常生活上の支援や生活機能向上のための機能訓練、口腔機能向上サービスなどを日帰りで提供します。利用者の自宅から施設までの送迎も行っています。



### 訪問介護

ホームヘルパーなどが自宅を訪問し、入浴・排泄・食事などの身体介護や調理・掃除などの生活援助を行います。また、通院などのための乗車・降車の介助(通院先での受付手続きを含む)が利用できる場合もあります。



### 短期入所生活介護(ショートステイ)

特別養護老人ホームなど福祉系の施設へ短期間入所し、主に日常生活の介護と機能訓練などを受けることができます。



## 認知症初期集中支援チーム

認知症が疑われる方や認知症の方及びその家族を訪問し、必要な医療や介護保険サービス等の導入・調整や、家族支援などの初期の支援を集中的に行い、在宅での生活をサポートする医療介護の専門職のチームです。

利用についての相談 各あんしんケアセンターへ(P5・6参照)

地域包括ケア推進課 ☎043-245-5267

## 自立支援医療(精神通院医療)

通院により精神障害の医療を受けている方の医療費の一部を公費負担する制度です。申請には所得などの条件があります。

## 精神障害者保健福祉手帳

一定の精神障害の状態にある方が対象で、所得などの条件を満たす方は、各種制度を利用することができます。

### ●〔窓口〕各区健康課

中央	☎043-221-2583
花見川	☎043-275-6297
稲毛	☎043-284-6495
若葉	☎043-233-8715
緑	☎043-292-5066
美浜	☎043-270-2287

■受付時間 平日9:00~17:00 ※土日・祝日及び年末年始を除く

認知症かな  
と思ったら

# まずは相談を

ご相談は  
無料です

## 千葉市あんしんケアセンター 地域包括支援センター

**相談** 月～土 9:00～17:00 市外局番は **043** です  
※日・祝日及び年末年始を除く



高齢者の皆さんが住みなれた地域で、いつまでも自分らしく暮らし続けられるよう介護保険制度、保健・福祉サービス、権利擁護などについて専門職員が総合的に相談を受け、支援します。

※ご相談をご希望の方は事前にお電話をいただけますと、スムーズにご案内できます。

区	名称 ※「千葉市」は省略	所在地	連絡先	担当町名 <small>お住まいの町ごとに担当が分かれていますので、ご確認ください。</small>
中央区	あんしんケアセンター弁天	中央区弁天1-3-6 デイキャッチ千葉駅前ビル3階	216-2131	院内、春日、要町、汐見丘町、新千葉、椿森、道場北町、道場北、登戸、東千葉、弁天、松波、祐光
	あんしんケアセンター中央	中央区新田町6-6 荒井ビル3階A室	216-2121	旭町、亀井町、亀岡町、栄町、新宿、新田町、新町、神明町、千葉港、中央、中央港、鶴沢町、出洲港、道場南、問屋町、東本町、富士見、本千葉町、本町、都町
	あんしんケアセンター千葉寺	中央区千葉寺町207-23 富岡ビル1階	263-3066	青葉町、市場町、稲荷町、亥鼻、葛城、寒川町、末広、千葉寺町、長洲、港町、矢作町
	あんしんケアセンター松ヶ丘	中央区星久喜町1162-71	420-8325	赤井町、今井町、今井、鶴の森町、大森町、川崎町、白旗、蘇我町、蘇我、大蔵寺町、川戸町、仁戸名町、花輪町、星久喜町、松ヶ丘町、南町、宮崎、宮崎町、若草
	あんしんケアセンター松ヶ丘 白旗出張所	中央区白旗2-18-12	308-9811	
	あんしんケアセンター浜野	中央区浜野町891	305-0102	生実町、塩田町、新浜町、浜野町、南生実町、村田町
花見川区	あんしんケアセンターこてはし台	花見川区こてはし台5-1-16	258-8750	内山町、宇那谷町、柏井町、柏井4丁目、こてはし台、大日町、み春野、横戸町、横戸台
	あんしんケアセンター花見川	花見川区花見川3-19-105	250-1701	天戸町、柏井1丁目、作新台、長作町、長作台、花島町、花見川
	あんしんケアセンターさつきが丘	花見川区さつきが丘2-1-1 ビューアイランドさつきが丘106号	307-3225	横橋町、さつきが丘、三角町、千種町、宮野木台2～4丁目
	あんしんケアセンターにれの木台	花見川区朝日ヶ丘2-1-7-2	205-4851	朝日ヶ丘1～3丁目・5丁目、西小中台、畑町、宮野木台1丁目
	あんしんケアセンター花園	花見川区花園2-8-24	216-2610	朝日ヶ丘町、朝日ヶ丘4丁目、検見川町、浪花町、花園町、花園、南花園、瑞穂
	あんしんケアセンター幕張	花見川区幕張町5-460-1	212-7300	武石町、幕張町、幕張本郷
稲毛区	あんしんケアセンター山王	稲毛区山王町162-1	304-7740	柏台、小中台町、小深町、山王町、長沼町、長沼原町、六方町、宮野木町
	あんしんケアセンター山王 宮野木出張所	稲毛区宮野木町1730-66	307-9010	
	あんしんケアセンター園生	稲毛区園生町470-1-101	306-6881	あやめ台、園生町
	あんしんケアセンター天台	稲毛区天台4-1-16	284-6811	作草部町、作草部、千草台、天台町、天台、萩台町
	あんしんケアセンター小仲台	稲毛区小仲台2-10-8 IKビル小仲台2階	307-5780	穴川町、穴川、小仲台、轟町、弥生町
	あんしんケアセンター稲毛	稲毛区稲毛東3-6-28	216-2831	稲丘町、稲毛、稲毛台町、稲毛町、稲毛東、黒砂、黒砂台、緑町

	名称 ※「千葉市」は省略	所在地	連絡先	担当町名 <small>お住まいの町ごとに担当が分かれていますので、ご確認ください。</small>
若葉区	あんしんケアセンターみつわ台	若葉区みつわ台3-16-4-105	290-0120	愛生町、高品町、殿台町、原町、東寺山町、みつわ台、源町
	あんしんケアセンター都賀	若葉区都賀2-10-1 第3都賀プラザビル2階	312-5110	都賀、都賀の台、西都賀、若松町、若松台
	あんしんケアセンター桜木	若葉区貝塚2-21-19	214-1841	貝塚町、貝塚、加曾利町、桜木、桜木北
	あんしんケアセンター千城台	若葉区千城台北3-21-1 イコアス千城台2階	236-7400	大井戸町、大草町、太田町、小倉町、小倉台、御成台、小間子町、金親町、上泉町、御殿町、坂月町、更科町、下泉町、下田町、旦谷町、千城台北、千城台西、千城台東、千城台南、富田町、谷当町
	あんしんケアセンター大宮台	若葉区大宮台2-1-2-102	208-1212	五十土町、和泉町、大広町、大宮町、大宮台、川井町、北大宮台、北谷津町、古泉町、佐和町、高根町、多部田町、中田町、中野町、野呂町
緑区	あんしんケアセンター鎌取	緑区おゆみ野3-16-1 ゆみ～る鎌取 ショッピングセンター5階	293-6911	大金沢町、落井町、おゆみ野、おゆみ野有吉、おゆみ野中央、おゆみ野南、鎌取町、刈田子町、小金沢町、椎名崎町、富岡町、中西町、東山科町、平山町、古市場町、辺田町、茂呂町
	あんしんケアセンター誉田	緑区高田町1084-88	300-4855	大膳野町、高田町、平川町、誉田町
	あんしんケアセンター土気	緑区あすみが丘1-20-1 パースモールC棟1階	295-0110	あすみが丘、あすみが丘東、板倉町、大木戸町、大椎町、大高町、大野台、越智町、小山町、上大和田町、下大和田町、高津戸町、土気町、小食土町
	あんしんケアセンター土気 あすみが丘出張所	緑区あすみが丘6-34-4 102号	205-5000	
美浜区	あんしんケアセンター真砂	美浜区真砂4-1-10 ショッピングセンターピア3階	278-0111	中瀬1丁目、ひび野1丁目、真砂、若葉
	あんしんケアセンター磯辺	美浜区磯辺2-6-6 磯辺ウエルズ21 B号室	445-8440	磯辺、打瀬、高浜5～6丁目、豊砂、中瀬2丁目、浜田、ひび野2丁目、幕張西、美浜
	あんしんケアセンター磯辺 浜田出張所	美浜区浜田2-38 幕張ビル403号室	441-7410	
	あんしんケアセンター高洲	美浜区高洲3-23-2 稲毛海岸ビル701号室	278-2545	稲毛海岸、高洲、高浜1～4丁目・7丁目
	あんしんケアセンター幸町	美浜区幸町2-23-1 マルエツ千葉幸町店2階	301-5528	幸町、新港

### 千葉市の生活支援サイト

くらしに役立つ地域の情報が満載!

お住まいの近くの「交流の場」や「通いの場」、住民同士の支え合い活動などの情報をインターネット上で簡単に検索することができます。

他にも、高齢者の在宅生活を支えるためのNPO、民間企業などが行う「家事援助」、「見守り支援」、「外出支援」などの情報も掲載しています。

こちらから  
チェック!



地域包括ケア推進課  
(地域包括支援班)

☎043-245-5168



介護に関する悩みを聞いてほしい人は是非連絡を!

## ちば認知症相談コールセンター

経験豊かな相談員が電話相談に応じるほか、面接相談を予約制で行います。  
(公益社団法人 認知症の人と家族の会 千葉県支部)

# ☎043-238-7731

またはプッシュ回線の固定電話

## ☎局番なしの#7100

■電話相談 月・火・木・土 10:00~16:00

■面接相談 金 10:00~16:00(要予約)

※ 祝日及び年末年始を除く

ご相談は  
**無料**  
です

家族の認知症の  
LINE



## 公益社団法人 認知症の人と家族の会 千葉県支部

介護中の方や認知症に関心のある方(個人・団体)なら、  
どなたでも入会できる会員制の民間団体です。

# ☎043-204-8228

■受付時間

月・火・木 13:00~16:00

※ 祝日及び年末年始を除く



## 若年性認知症に関する専用相談窓口

「若年性認知症」とは、65歳未満で発症した認知症のことです。  
千葉市の若年性認知症者数は、約300人と推計されています。  
若年性認知症支援コーディネーターが若年性認知症の方や  
そのご家族、勤務先等からの相談に応じます。

# ☎043-245-5267

受付  
時間

平日 9:00~16:00

※ 祝日及び年末年始を除く



## 福祉まるごとサポートセンター

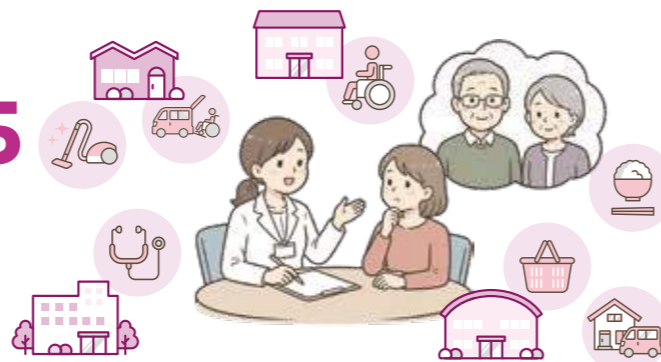
置かれた状況や年齢を問わず、福祉に関する困りごとをまるごと受け止めます。  
困りごとを整理し、必要に応じて専門機関と連携しながら、困りごとの解決に向けた  
サポートをします。

# ☎043-306-7125

受付  
時間

月~土曜日 8:30~17:30

※ 祝日及び年末年始を除く



## 認知症カフェを ご存知ですか?

「認知症カフェ」とは、認知症の方や  
そのご家族、地域住民や専門職等の  
誰もが気軽に集う場です。  
ここでは相互交流、情報交換等を通して、  
認知症について学ぶ、考える、知ること  
ができます。

お近くの  
認知症カフェの  
情報はこちら



## 本人ミーティング ~認知症の人がつながる場所~

認知症ご本人のつどいを実施しています。  
体験や思いを語り合いながら、これからの  
暮らしや地域について一緒に考える場です。  
ご本人はもちろん、ご家族や地域の方、  
専門職の方も参加できます。

開催予定及び  
開催の様子は  
こちらから



## 認知症サポーター

認知症サポーターは、特別な役割を担うものではなく、認知症について正しく理解し、  
認知症の方を地域で温かく見守る応援者です。  
日常生活の中でのちょっとした気づきやさりげない支援が、認知症のある方やそのご家族  
の安心につながります。  
「認知症サポーター養成講座」を受講することで、どなたでも認知症サポーターになる  
ことができます。

講座の  
最新情報は

千葉市認知症サポーター養成講座



地域包括ケア推進課 ☎043-245-5267



## 講習会・交流会

認知症の方を介護しているご家族などを対象に、  
介護に役立つ知識を学ぶ講習会や、家族同士で  
悩みや思いを共有できる交流会を開催しています。  
認知症への理解を深めるとともに、介護の不安や  
負担感を軽減し、安心して介護を続けられるよう  
支援しています。  
初めての方でも安心して参加できる場づくりを  
大切にしています。



講習会・交流会の  
最新情報は  
こちらから



こんな時は、  
どこに相談したらいいの？

# 日常生活を **安心** して過ごすために！

安全に外出  
するために

## どこシル伝言板

高齢者保護情報  
共有サービス

下記の窓口にて事前に申請いただいた方が  
行方不明となった場合に、発見した方が二次元  
コードを読み取ることで、双方の個人情報を  
開示せずに家族等と安否情報を共有できます。



読み取ると  
説明動画が  
流れます

### ●(窓口) 各区高齢障害支援課

中央	☎043-221-2150	若葉	☎043-233-8558
花見川	☎043-275-6425	緑	☎043-292-8138
稲毛	☎043-284-6141	美浜	☎043-270-3505

## 認知症あんしん保険

認知症の方やそのご家族が安心して外出できるよう、  
市が契約者として個人賠償責任保険に加入します。



認知症  
あんしん保険  
ホームページ

対象者 千葉市に住居登録があり、認知症(若年性認知症を含む)の診断  
を受けた方  
※施設入所中または医療機関に入院中の方は対象となりません。  
補償額 1事故につき1億円限度  
保険料 自己負担なし(市が保険料を全額負担)  
◆どこシル伝言板とセットでの申込みとなります。



## SOS ネットワーク

認知症の方が行方不明となった場合に、市内  
5警察署と関係機関のネットワークによる連携  
により早期発見、安全確保を図ります。

行方不明となった方のご家族などが警察に  
行方不明者届を提出する際、SOSネット  
ワークの利用を依頼します。



### ●5警察署の代表番号

千葉中央警察署	☎043-244-0110
千葉東警察署	☎043-233-0110
千葉西警察署	☎043-277-0110
千葉南警察署	☎043-291-0110
千葉北警察署	☎043-286-0110

## 法律的な相談

### 法テラス千葉

電話により、法制度や手続き、関係  
機関の相談窓口をご案内します。  
また法律相談が必要な方で、経済的  
にお困りの場合には、無料法律相談を  
ご案内します。

☎0570-078315

(IP電話からは 050-3383-5381)

- 受付時間 平日 9:00~17:00
- ※土日・祝日 及び年末年始を除く



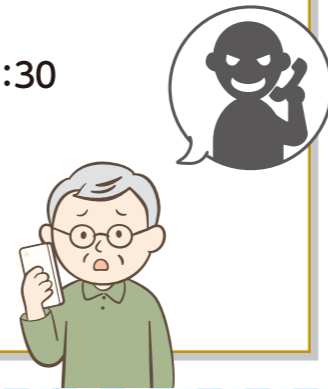
## 商品・サービスの 契約トラブルの相談

### 千葉市 消費生活センター

契約・商品トラブル・多重債務など  
消費生活に関する相談に応じます。

☎043-207-3000

- 受付時間 月~土 9:00~16:30
- ※日・祝日 及び 年末年始を除く



## 成年後見制度の相談

### 千葉市成年後見 支援センター

成年後見制度に関する一般相談や  
弁護士による専門相談のほか、家庭  
裁判所への申し立て手続きの支援、  
成年後見制度の普及啓発、市民後見人の  
育成等を行っています。

#### 成年後見制度とは

判断能力が十分でない方を、安心して生活できる  
ように保護し、支援する制度です。法的に権限を  
与えられた後見人等が、本人に代わって財産管理  
や身上保護を行います。

☎043-209-6000

- 受付時間 平日 9:00~17:00
- ※土日・祝日及び年末年始を除く

## 運転免許の相談

### 安全運転相談ダイヤル

運転を続けることに不安を感じた時、  
相談できます。

☎局番なしの  
#8080

- 受付時間 平日 9:00~16:00
- ※土日・祝日及び年末年始を除く

#### 運転免許自主返納者に対する支援措置

- ・バス・タクシー・鉄道の運賃割引
- ・宿泊施設の宿泊料割引等
- ※詳細は、千葉県警察ホームページ  
や警察署窓口で確認できます。

☎043-201-0110



お早めに  
相談ください