



# 上北沢あんしん すこやかセンター便り



## ～今年度もよろしくお願ひします～ 2019年度 職員紹介



社会福祉士  
岩川 泰子  
「いつでも笑顔！」

看護師  
広瀬 亜佐子  
「安心して暮らせるよ  
う、お手伝ひします」

介護支援専門員  
宮城 佳壽子  
「いつでも気軽にご相  
談ください」

看護師  
水江 夕希美  
「介護予防について  
一緒に考えましょう。」



介護支援専門員  
野口 美千代  
「丁寧な対応を心がけ  
ます」

主任介護支援専門員  
大橋 美智子  
「目標を持って取り組  
みます！」

社会福祉士  
薄田 瑠衣  
「4月より着任し、心機  
一転がんばります」



所長 社会福祉士  
大川 みどり  
「3月から着任しました。  
よろしくお願ひいたします」





◇ お知らせ ◇

## はつらつ介護予防講座

おもりをつけて、腕や足  
の上げ下げを行う  
やさしい体操です

介護予防に関するお話と世田谷いきいき体操を行います。

2019 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11 月	12月	2020 1月	2月	3月
16	7	4	2	20	3	1	26	3	7	4	3
	21	18	16		17	15		17	21	18	17

日 時：原則第1・第3火曜日の午後2時～4時

場 所：上北沢まちづくりセンター

地下1階活動フロアー 大会議室

対象者：65歳以上の区民の方

参加費：無料

持ち物：飲み物(水分補給用) 動きやすい服装 上履き

## 上北沢介護者の会

高齢者を介護されているご家族同士だからこそ、わかり合えることがあります。日頃の思いを語り合い、介護のヒントと安心感を得られる場として是非ご活用下さい。

日 時：2019年5月23日(木)

午前10時～11時30分

場 所：上北沢まちづくりセンター

地下1階活動フロアー 小会議室



★お申込み・お問い合わせ：上北沢あんしんすこやかセンター  
TEL:03-3306-1511 FAX:03-3329-1005

# 悪質商法・特殊詐欺 に注意！

## 悪質 商法

「無料で点検します」→高額の修理契約  
「不用品買い取ります」→貴金属を出させる  
今、トラブルの多い商品・サービス

布団、吊り棚、網戸、消火器、浄水器、屋根・床・排水管工事

## 特殊 詐欺

振り込め詐欺など、電話で個人情報を知り、  
書面で虚偽の通達をした後、金銭をだまし取る詐欺

新手口

**アポ電**

**改元  
詐欺**

が急増！！

◆アポ電とは…身内や行政職員になりすまし、お金やカード  
情報を知るため、詐欺や強盗の犯行前にかける電話です。

◆改元詐欺とは…「年号が変わったので、カードを交換する。  
還付金がある。ネット応募で現金が当たる」など。

【被害にあわないために】

電話に出ない

- ①いつも留守電に
- ②自分から掛けなおす
- ③自動通話録音機(区役所で貸出予約)

不審な訪問・書面・電話に出たら



迷わず相談！！

・警察へ110番

・世田谷区特殊詐欺相談ホットライン

☎ 5432-2121 月～金(土日祝除く)午前9時～午後5時

**あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)**とは  
世田谷区が設置した高齢者とその家族のための総合相談窓口です。  
高齢者の方が住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らせるように支援します。  
社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等の専門職員がご相談に応じます。  
相談に関する秘密は厳守しますのでご安心ください。相談は無料です。

## あんしんすこやかセンターの機能

### ◎介護予防ケアマネジメント

介護が必要となる恐れのある高齢者等を対象に、生活の改善や支援のための相談、専門的視点から介護予防プラン作成、介護予防の普及啓発の講座なども行っています。

### ◎もの忘れ相談

認知症に関するご相談をお受けします。

### ◎介護保険

申請受付や介護に関するご相談をお受けします。



### ◎在宅療養相談

医療や介護が必要な時、安心して在宅療養を生活を送ることができるようにご相談をお受けします。

### ◎権利擁護

高齢者への虐待や消費者被害の防止または早期発見、成年後見制度の利用など権利擁護のための支援を行います。

### ◎包括的・継続的ケアマネジメント

高齢者一人ひとりの状態の変化に応じ、高齢者がいつまでも安心して生活できるよう、医療機関やケアマネジャーと連携し支援します。

### 区の保健福祉サービスの申請受付ができます

- ・電話料金の助成
- ・寝具乾燥
- ・訪問理美容
- ・紙おむつ支給
- ・おむつ代助成
- ・会食サービス
- ・配食サービス
- ・リフト付タクシー
- ・緊急一時宿泊
- ・福祉電話訪問

### 【問い合わせ】

上北沢あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)

電話：03-3306-1511 FAX：03-3329-1005

月曜日～土曜日 8:30～17:00 (日・祝日はお休みです)