



上北沢1～5丁目・八幡山1～3丁目
身近な福祉の相談窓口
地域包括支援センター



令和7年度
9月発行

2号

上北沢あんしん すこやかセンター

あんしんすこやかセンターは、世田谷区が設置した高齢者とそのご家族のための相談窓口です。

また、障害のある方や子育て中の方などのご相談もお受けしています。

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いたします。

お電話、ご来所のほか、訪問もいたしますのでお気軽にご相談下さい。



【アクション講座（世田谷版認知症サポーター養成講座）】

上北沢あんしんすこやかセンターでは、もの忘れや認知症についてのご相談や講座を実施しています。

アクション講座は、認知症について知り、考え、これからも希望をもって暮らしていくヒントを一緒に考えていく講座です。

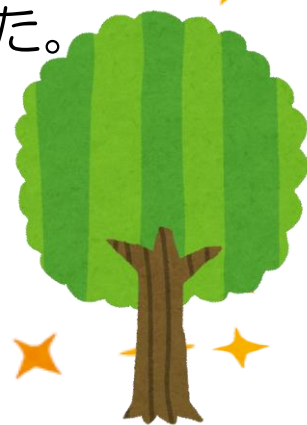
できることからひとつずつ、楽しいアクションを考えチャレンジしてみませんか？

これまでに、サロンや高齢者クラブ、会社・学校などでアクション講座を実施してきました！！

参加者の方から、「認知症になっても、家で暮らしたい。」「（認知症になったら、）よろしくね。」「いつまでも元気にすごしたい。」などの希望が活発にあらわれました。

皆様の希望を書き留めた「希望のリーフ」で茂らせた、「上北沢の希望の木」をまちづくりセンターに展示しております。

あんしんすこやかセンターにお越しになった際には、ご覧ください。



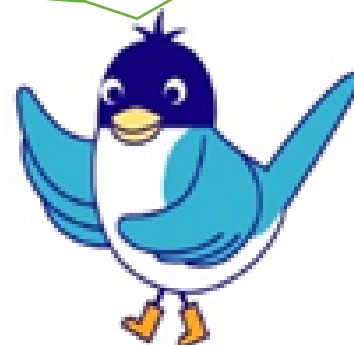
〒156-0057 上北沢4-32-9
上北沢まちづくりセンター内

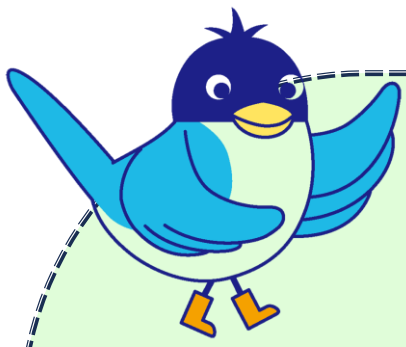
03-3306-1511

窓口開設：月曜～土曜
8：30～17：00
（日・祝、12/29～1/3休み）



上北沢あんしん
すこやかセンターの
ホームページに
つながります♪





地域で見守る 高齢者介護



高齢者の介護は、長くなればなるほど、心身の負担になります。ひとりだけで、家族だけでがんばりすぎていませんか？

介護をする家族など、養護者の負担は考える以上に大変なものです。ひとりで抱えてしまううちに、疲れきり、無自覚な虐待が発生してしまうことがあります。

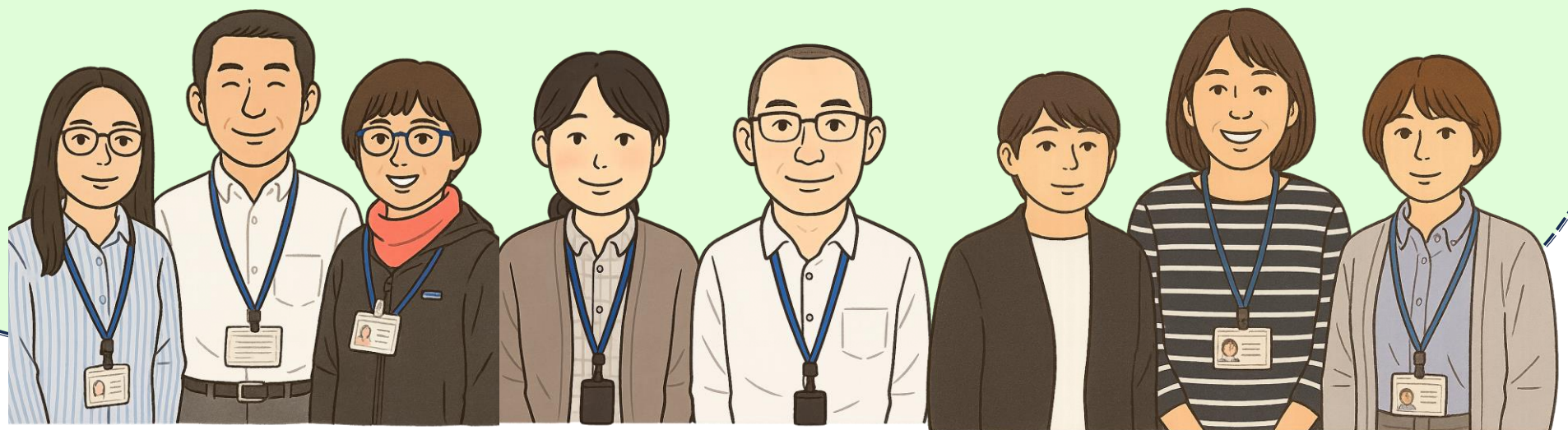
高齢者虐待には5種類あります。

- 1.身体的虐待、2.心理的虐待、3.介護や世話の放棄・放任、4.経済的虐待、5.性的虐待

殴る、蹴る、怒鳴るだけでなく、外から鍵をかけることや年金や預金通帳を管理し、本人の意志・利益に反して使うことも虐待になります。

地域で見守り、地域ぐるみでのサポートが虐待を予防することにも繋がります。

ご近所で、気になること・気付いたことがありましたら、ちょっとしたことでもお気軽にあんしんすこやかセンターへご連絡ください。



令和7年度あんしんすこやかセンターによる訪問へのご協力をお願い

85才以上のひとり暮らしの方や高齢者のみの世帯を対象にあんしんすこやかセンターが個別訪問等をする場合があります。介護予防事業のご紹介などをさせていただきたいと思っております。お手間をおかけしますが。ご協力のほど、よろしくお願いいたします。