

# 太子堂あんすこだより

令和4年2月号



## 太子堂あんしんすこやかセンター広報紙

(地域包括支援センター) 

■発行 太子堂あんしんすこやかセンター  
世田谷区太子堂2-17-1 2階  
電話 5486-9726  
FAX 5486-9750



※世田谷区が設置している身近な福祉の相談窓口です※

健康・介護に関する相談なら

## あんしんすこやかセンターをご利用下さい

ご家族のこと・  
身近な方のこと



介護保険や区の  
サービスのこと

皆様のご自宅にも訪問します。自分自身のこと お気軽にお声かけ下さい。

## いきいき講座のご案内

人生100年時代 これから先のことを自分で選択する  
ため家族として一緒に考えるため一緒に学びませんか？

※感染予防のため先着10名とさせていただきます(2/15から受付開始)

### 第1弾「聞いて納得！介護施設の基礎知識」

講師 齋藤 弘毅 (株)介護施設研究所 所長

日時 令和4年3月17日(木)14時~15時半

場所 太子堂複合施設3階 活動フロア



一人暮らし  
なんだけど

老後の準備  
漠然として  
わからないな

今は元気だけど  
この先  
どうなるのかな

親のことが  
気がかり

年を重ねても  
家で暮らすこと  
はできるのかな



申込は太子堂あんしんすこやかセンターへお電話または上記二次元コードにて

## 「GoTo 健康長寿！おうちで学ぶフレイル予防講座」区公式 YouTube チャンネル

新型コロナウイルスや冬の寒さから、外に出るのが億くうになっていませんか？世田谷区では、ご自宅でフレイル予防・介護予防に取り組んでいただけるよう「フレイル予防講座」を動画配信しています。ぜひご視聴いただき、コロナや寒さに負けず健やかな生活を送りましょう。

世田谷動画 健康長寿

検索



「お金」「健康」「孤独」の3つの不安に  
悪質な業者がつけこんできます！

「お金」→「銀行より金利がお得」「絶対に儲かる」

「健康」→「ガンが治る」「万病に効く」

「孤独」→「やさしい言葉」「親切な態度」

その他 新型コロナウイルス対策室を名乗り、個人情報聞き出す不審な電話などに注意！



「おかしいな」「不審だな」と思ったらできるだけ早く消費生活センターへ連絡してください。

世田谷区消費生活センター(65歳以上)専用電話 ☎03-5486-8501

## 毎週水曜日はふれあい広場に行こう！

3密を避け、三軒茶屋の屋外ひろばで開催中です

毎週水曜日「青空ラジオ体操」10時から開催中！（予約不要）



第2水曜日は「青空保健・相談室」10時半～11時半（予約不要）

2/9(水)「コロナのこと正しく怖がろう」太子堂あんしんすこやかセンター看護師

3/9(水) AGEs(老化物質)測定会「健康な老化してますか」 協力:アミー薬局

第4水曜日は「青空カフェ」10時半～11時半(予約不要)\*2/23(水・祝)休み次回3/23(水)

地域住民の方が気軽に立ち寄りおしゃべりしていくまちの小さな居場所です。はじめての方も大歓迎！出かけづらい日々ですが、3密を避けほっと一息つきませんか。

・誰でもおしゃべりコーナー ・何でもスマホ相談コーナー ・介護の話もできます



青空カフェ ボランティアさん募集中

スマホを普段使っている方やお話好きな方、何かできることはないかなと考えている方、高校生・大学生・社会人・主婦・退職した方もぜひ！



上映会のお知らせ

「水曜日はふれあい広場に行こう！」

長引くコロナ禍の中、今年、三軒茶屋ふれあい広場で住民のみなさんと一緒に始めた新しい青空地域活動。その様子をまとめた動画を見ながら一緒に振り返りませんか？

日時:3月2日(水) 10時半～

会場:三茶しゃれなあど 5階 オリオン

👉 予約不要 👉

○編集後記○

日差しが春めいてきました。窓辺にお花を飾ってみませんか？新型コロナウイルス感染第6波真っ只中ですが、マスクの中でもにっこり笑顔を忘れずに過ごしましょう。(I)



太子堂あんしんすこやかセンターへのお問い合わせ・ご相談は

電話:5486-9726

住所:世田谷区太子堂 2-17-1 2階

窓口開設時間:月～土曜 8時30分～17時  
(日・祝日、12/29～1/3 休み)

担当区域:太子堂1～5丁目、三軒茶屋1丁目

