



上北沢1～5丁目・八幡山1～3丁目
身近な福祉の相談窓口



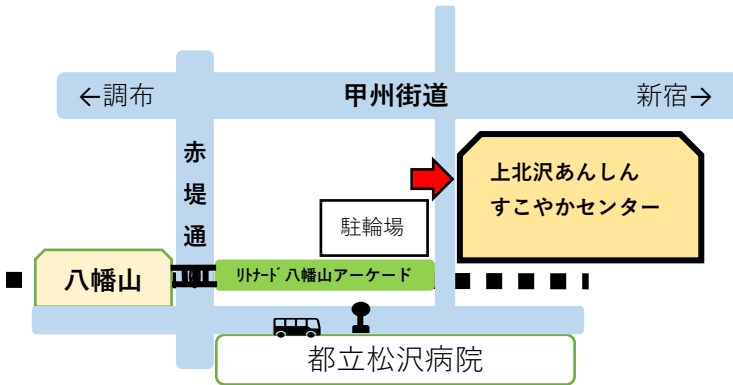
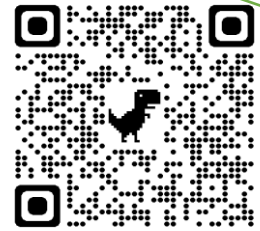
上北沢あんしん すこやかセンター

(地域包括支援センター)

広報紙 2022年度 第2号

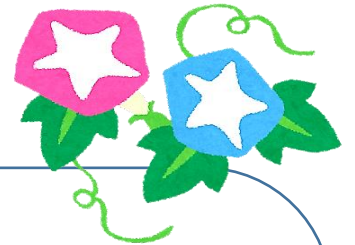
世田谷区が設置した高齢者とそのご家族のための相談窓口です。
障害のある方や子育て中の方などのご相談もお受けしています。
介護保険 介護予防 もの忘れ相談 区のサービス等
社会福祉士・主任ケアマネジャー・看護師等の専門職員がご相談に
応じます。相談に関する秘密は厳守いたします。
お電話、ご来所のほか、訪問もいたします。安心してご相談ください。

上北沢あんしん
すこやかセンター
ホームページに
つながります!!



〒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)

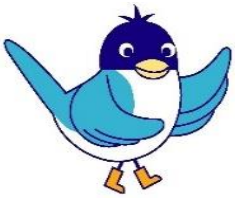
八幡山駅からアーケードを歩いて左、徒歩2分です



～熱中症予防 お休み処のご案内～

6月15日から9月30日、世田谷区では、公共施設等に「お休み処」を設置しています！施設によって、気軽に休憩や水分補給が出来ます。ぜひ、ご利用ください。 ※黄色の「のぼり」が目印です。上北沢まちづくりセンターでも「お休み処」の設置をしています。





上北沢あんしんすこやかセンター事業紹介



アクション講座を実施しています。

上北沢あんしんすこやかセンターでは、「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」をもとに世田谷版認知症サポーター養成講座「アクション講座」を実施しています。

認知症の新しいイメージを知り、考えたり、

お仲間と話し合い、前向きに動き出せるような講座です。また、これまでに行った講座で作成した「上北沢の希望の木」を掲示しています。ぜひご覧にいらしてください。

知ろう

「自分ごと」「本人なりにわかることできることがある」といった認知症の新しいイメージを知ろう。

考えてみよう

自分ごととして考え、これからも大切にしたい自分の望みを誰かと話してみよう。

動き出そう

皆で望みを語り合ってみよう。地域でできることを見つけて、できることからアクション！

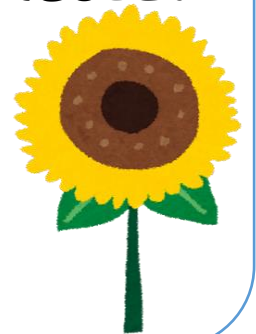
～虐待かな？と気になることがあったら、まずは相談を～

高齢者虐待は早期に発見することで、支援者が家庭をサポートし、虐待を予防できることがあります。

介護が負担となっている方が責められるのではなく、介護サービスなどのあらゆるサービスを活用し、前もってストレスを軽減することが高齢者虐待の予防につながります。

「あの方大変そうだな、大丈夫かな。」

「以前よりも痩せてきたな。顔色悪いな。」など、ご近所で気になることがあったら、まずはお気軽にご相談ください。



窓口配布している資料の一例です。

- ・認知症相談会や講演会
- ・健康づくりの情報
- ・シニアボランティア講座
- ・口腔ケア健診のお知らせ等

参加できるものもありますので、お気軽にお立ち寄り