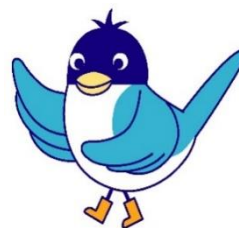


あんすこ〜ぷ

第32号

令和5年 4月号

上祖師谷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)



困ったときは “あんすこ”に相談

みなさま、こんにちは。

今年は、春が早く訪れました。祖師谷公園の桜も、満開です。

さて、あんしんすこやかセンター（通称：あんすこ）は、皆様の身近な福祉の相談窓口です。

私どもにできることは、私どもが承り、役割を超えた相談には、その対応ができる窓口にお繋ぎして、生活の困りごとの解決を、図ってまいります。

電話や来所相談の他、訪問による相談や、介護保険申請の受付もサポートしております。

困ったときは“あんすこ”に。

どうぞご連絡ください。

〒157-0065 世田谷区上祖師谷2-7-6
上祖師谷まちづくりセンター内
上祖師谷あんしんすこやかセンター
(地域包括支援センター)

電話：**03-5315-5577**

FAX: 03-3305-6333

窓口開設時間：月～土 8:30～17:00
(日祝・年末年始を除く)



小田急バス：「千歳烏山駅南口」、「成城学園前駅西口」～「駒大グランド」下車すぐ



上祖師谷あんしんすこやかセンター はつらつ介護予防講座

体操などの運動、交流の場、役割を持つことが介護予防には重要です。区では「世田谷いきいき体操」を広め、区民の皆様が主体となる通いの場づくりをすすめています。

★対 象：65歳以上の区民の方で

体力の低下や介護予防の必要性を感じている方

★会 場：上祖師谷まちづくりセンター活動フロアー 2階
(表面地図参照)

★時 間：午後2時00分～4時00分(120分)

★定 員：20名 参加費：無料

★内 容：体操と介護予防に関するミニ講話(運動、栄養、口腔、認知症予防など)

★持ち物：飲み物、介護予防手帳、筆記用具、動きやすい服装、マスク



お1人 年間 12回まで

お申込みは、各回終了の翌日 10時から(毎回お申込み)
(日祝・年末年始を除く)

例：5月17日のお申込みは4月13日の午前10時からです。

初回は **4月3日 午前10時** お電話で！

2023年									2024年		
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
12 (水)	17 (水)	7 (水)	5 (水)	2 (水)	6 (水)	4 (水)	15 (水)	6 (水)	17 (水)	7 (水)	6 (水)
	31 (水)	21 (水)	19 (水)		20 (水)	18 (水)	29 (水)	20 (水)		21 (水)	27 (水)

○台風や降雪等の悪天候の際は中止する場合があります。事前にご確認ください。

○引き続き感染予防にご協力ください。

【お申し込み・お問い合わせ】 上祖師谷あんしんすこやかセンター

03 - 5 3 1 5 - 5 5 7 7