

おとしより相談センター（地域包括支援センター）とは

地域で暮らす高齢者の皆さんを介護、福祉、健康、医療など様々な面から総合的に支えるために設けられました。

「介護の方法がわからない」「どこに相談してよいかわからないおとしよりの心配事」など、一人で悩まずにおとしより相談センターまでご相談ください！！

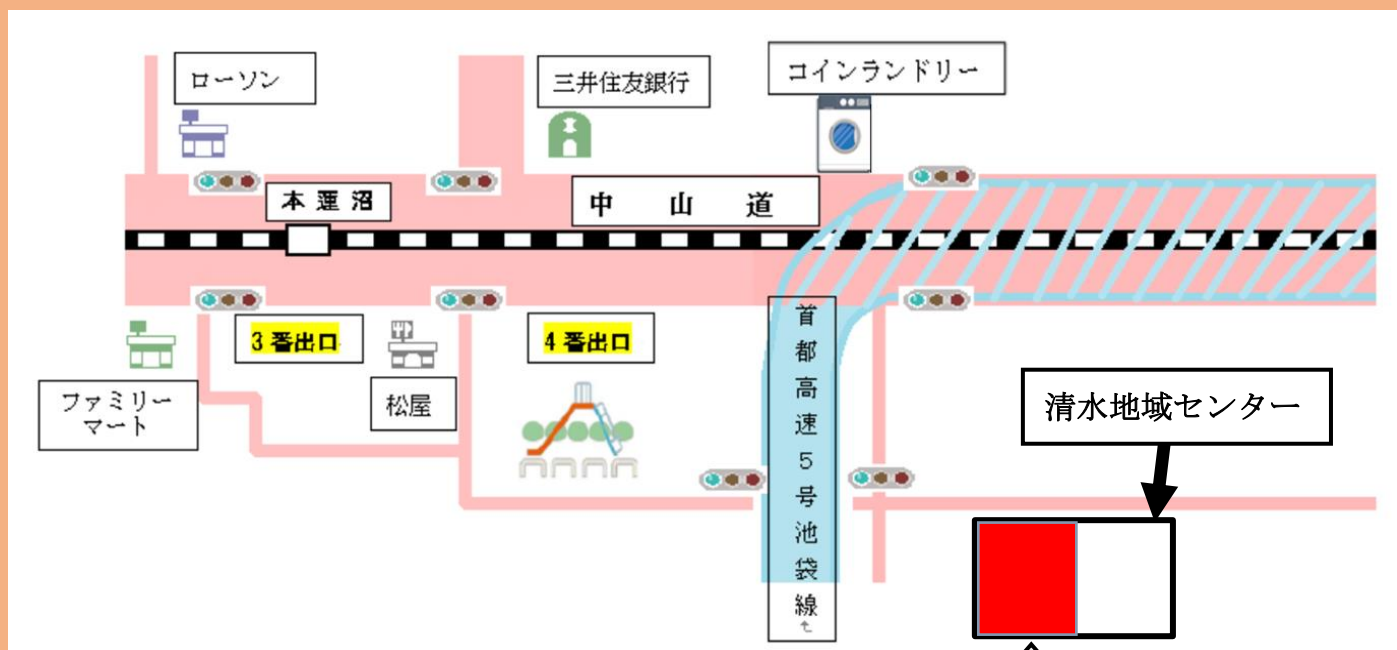
担当地区（清水町・蓮沼町・大原町・泉町・宮本町）

お問い合わせはこちらまで

清水おとしより相談センター（清水地域包括支援センター）

〒174-0055 板橋区泉町 16-16

電話：03-3558-6500 FAX：03-3558-6501



都営三田線 本蓮沼駅
4番（泉公園方面）出口から徒歩5分
清水地域センター、図書館と同じ建物です。

おとしより相談センターは、板橋区の委託を受け運営しております。

清水おとしより相談センター便り

清水おとしより相談センター

R5 第2号

住所：板橋区泉町 16-16

電話：03-3558-6500

開所時間月～土 9：00～17：00

※日曜・祝日・年末年始は休み

(開所時間外も転送電話にて対応)



清水地区（清水町・蓮沼町・大原町・泉町・宮本町）の皆さまが、安心して住みなれた地域で生活していただくために、引き続き様々な活動・支援を行ってまいりますので、今後ともよろしくお願いします。





相談協力員連絡

「利用者の方々に10の筋トレについて紹介したい！」
という声をいただきました。

7/27（木）に清水地域センターのレクホールにて相談協力員に登録している民生児童委員や薬局の方を対象に、「10の筋トレ」について板橋区おとしより保健福祉センター介護普及係の職員の方に講義をしていただきました。地域住民が主体となって活動ができる「通いの場」について学びを深め、実際の体操プログラムを体験していただきました。



※相談協力員とは、おとしより相談センターなどの公的サービスの紹介・広報・利用の啓発や、援助が必要な高齢者やその家族に対して地域から、より身近な立場でニーズを把握し、具体的な援助に結び付けるパイプ役のことです。

※10の筋トレとは、群馬大学が開発した高齢者向けの筋力トレーニングです。加齢に伴い難しくなる生活機能の維持、改善に直接働きかけます。高齢の方々を中心に地域の中で住民同士が自主活動として運営し、「初級」「中級」「上級」とステップアップしながら、およそ1年をかけて生活動作に役立つ10種類のトレーニングをマスターしていきます。



事業者交流会

6/15（木）に清水地域センターのレクホールにて「福祉用具の説明・活用」について事業者交流会を開催しました。

福祉用具事業者の方々がお勧めの用具を展示し、参加した介護サービス関係者の皆様に体験をしていただきました。また、グループワークを通して利用者の状態に合わせた福祉用具選びのポイントを多職種の視点から提案していただく機会となりました。

※事業者交流会とは、おとしより相談センターと介護サービス事業者相互の交流及びネットワーク作りを目的としたものです。

「カタログだけでは分からない部分も見て触れる事ができて支援検討の参考になった」という声が寄せられました。



認知症の本人が主役の「本人ミーティング」

❀ ウェルカムまんなか ❀

～認知症になっても安心して住み続けられるための本人が話せる場所作り～

ひとりで悩んでいませんか？

- ・ 認知症の診断を受けた方
- ・ 診断を受けてはいないが心配な方
- ・ 認知症の介護をしている方

★参加希望の方はご連絡下さい！！



日時：毎月第4月曜日 14：00～15：00

場所：前野町第二住宅集会所
（前野町 1-20-1）

参加費：無料

持ち物：飲み物

連絡先：清水おとしより相談センター

☎：03-3558-6500