

平成29年 10月

# 石神井支所からのご案内

連絡先：石神井高齢者相談センター石神井支所

03-5923-1250

## 高齢者見守り訪問ご案内

①住みなれた地域で安心して暮らし続けられるように、65歳以上のひとり暮らしの方の安否確認を行う訪問事業を実施しています。「見守り訪問員」として区に登録し、石神井地域で活動していただける方を募集しています。

②お一人暮らしで心配な方で、見守り訪問を希望する方はご連絡ください。

### ●活動地域：

石神井町 1・3～8丁目

石神井台 1・3丁目

●連絡先：03-5923-1250



## § インフルエンザ流行の季節 §

### 予防のポイント①手洗い・うがい

⇒うがいは…外出から戻ったら、トイレの後、食事の前

手洗いは…指先、手首、親指の内側まで

### ポイント②十分な休息と栄養

### ポイント③予防接種

(※効果が出るまで2週間程度)

⇒65歳以上の方は予防接種協力医療機関で助成により2,500円で受けられます

※助成期間：H29年10月1日～H30年1月31日まで1回のみ(対象者には案内送付済)

### ポイント④早期受診・治療

⇒高齢者は肺炎を併発することがあるため要注意です



## 「地域ケア個別会議のお知らせ！」

～平成29年10月27日(金) 10:00～12:00～

「身寄りのない高齢者が住み慣れた地域で暮らしていけるようにするために」

関係者のみのご参加になります。ご了承ください。

## 「出張型まちかどケアカフェ ～(体操教室)からののお知らせ」

10月27日(金)の1回のみ開催になります。

時間は14:00から15:00です。

※今回は尿失禁予防についてのお話いたします。

※参加者多数のため新規受付はしておりません。ご了承ください。



## 『介護何でも相談』

場所：石神井敬老館

日程：10月28日(土)

時間：午後1:30～2:30



## 石神井公園さくら会

「認知症の介護に悩んでいる家族の方」

「誰かに思いを聴いてもらいたい方」

「同じように介護をしている人と語り合いたい方」

お茶とお菓子を囲みながら、リラックスしたおしゃべりのひと時を持ちませんか？どうぞ、どなたでもお気軽にご参加ください。

### 【お問い合わせ】

石神井高齢者相談センター石神井支所  
5923-1250

### 【日時】

毎月第3木曜日 13:30～15:30

石神井庁舎5階 会議室

10月19日 1月18日

11月16日 2月15日

12月21日 3月15日

