

令和3年 6月 No.1

田柄地域包括支援センターからのご案内

高齢者の相談窓口

連絡先：練馬区田柄4-12-10
03-3825-2590

マスク熱中症にご注意を！

暑さに体がなれていないこの時期、熱中症に注意が必要です。感染症対策をしながら熱中症にも気を付けて過ごしましょう。

～予防が大切です～

- 喉が渇く前にこまめに水分補給！
- 室内の温度・湿度を確認し適切にエアコンを使いましょう
- 外では帽子・日傘・涼しい服装を！
- 周りに人がいない所ではマスクを外して休息を取りましょう

～熱中症かもと思ったら～

- 涼しい場所に避難し体を冷やしましょう（首・脇の下・足の付け根など）
- 水分・塩分を取りましょう（塩分・水分制限のある方はかかりつけ医に相談ください）
- かかりつけ医を受診しましょう



新型コロナウイルスワクチン接種 予約が始まりました！

ワクチン接種に関するお問い合わせ先はこちらです。

接種の予約はできません。ご注意ください。

① 練馬区 新型コロナウイルスワクチン 接種コールセンター

電話番号：03-5984-1633

受付時間：平日午前9時から午後5時

② 厚生労働省 新型コロナワクチン コールセンター

電話番号：0120-761-770

受付時間：午前9時から
午後9時



体操教室（出張型街かどケアカフェ） 再開のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため13名の定員制とさせていただきます。ご利用につきましてはご登録頂いた名簿から順番にお誘いさせて頂いておりますのでご了承ください。新規登録・お問い合わせがございましたら3825-2590 担当：くぎやま・はらだまでお願いします。

お茶会中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言に伴い、6月10日のお茶会（本人ミーティング）は中止とさせていただきます。

参加を心待ちにしている方々にはご迷惑をおかけいたします。今しばらくお待ち下さい。



新型コロナワクチン接種に 便乗した詐欺にご注意下さい

区や保健所の職員などを装い「新型コロナウィルスのワクチン接種のために必要」等と金銭を要求したり、個人情報聞き出そうとする不審電話が確認されています。ワクチン接種をかたった不審な電話を受けた場合は下記に相談して下さい。

国民生活センター新型コロナワクチン 詐欺消費者ホットライン

電話：0120-797-188（フリーダイヤル）

受付時間：10時から16時
（土日祝日を含む）

