



池尻あんしんすこやかセンター便り

(世田谷区地域包括支援センター)

発行：池尻あんしんすこやかセンター



「あんしん事業」のご案内

「ご自宅で自分らしく、安心して生活したい」と
お考えの方にお勧めしている事業です！

あんしん事業ってどんな制度ですか？

ご自宅や地域で安心して暮らすために必要な福祉サービスの利用援助を基本とします。オプションとして預金の払い戻しや、税金や公共料金等の支払い、年金証書など大切な書類のお預かりもしています。

利用料金は、1回1時間まで1000円、
1時間を超えた場合は30分毎に500円加算されます。

利用を希望する場合どうしたらよいですか？

専門員がご自宅を訪問し、お困り事を伺いながら支援計画を作成します。世田谷区社会福祉協議会と利用契約を結んだ後、支援計画に基づくサービスを受けることができます（利用には、契約内容を理解し締結するための判断能力が必要です）。支援は、研修を受けた世田谷区民の「生活支援員」が定期的に訪問し、利用される方と同じ地域住民の目線で支援を行っています。

利用者さんの声

「郵便物の整理が難しくなり、書類が山積みになっていたが、生活支援員と一緒に内容を確認しながら整理でき、手続きのし忘れがなくなった」

「家賃の減免手続きや、各種手当の受け取りなど、出来にくくなった手続きをサポートしてもらった」

「公共料金の支払いに行くのが大変になってきたので、生活支援員に代わりに行ってもらったり、口座引き落としにする手続きをしてもらい、支払い忘れがなくなった」など

世田谷区社会福祉協議会 成年後見センターについて

成年後見センターでは、あんしん事業のほかに、成年後見制度のご相談などもお受けしています。電話や窓口、ご自宅等への出張相談も行っています。お気軽にお問合せください。

【問い合わせ】

世田谷区社会福祉協議会 成年後見センター

住所：世田谷区成城6-3-10 成城6丁目事務所棟3階

電話：03-6411-3950 FAX：03-6411-2247



地域を支えるまちのお医者さん 【みしゅくクリニック】



連載

生まれ育った三宿で平成5年に開業しました、林一郎です。順天堂、虎の門、自衛隊中央病院等で心臓外科医として経験を積んできました。

高血圧やコレステロール、動悸、胸の違和感、痛み、息切れ等の他にも「年のせいかな」「このまま様子を見ていいのかな」と迷う体調の変化も、丁寧に診療させていただきますので気軽にご相談ください。

地域のかかりつけ医として急な往診や訪問診療にも対応、朝8時～夜8時まで診察しています。



「みしゅくクリニック」
世田谷区三宿1-3-14
電話：03-6413-8482
休診日/第二火曜日・金曜・日曜・祝日

冬に風邪が流行る理由は？

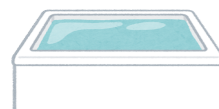
冬になるとインフルエンザや風邪等のウイルス感染症が流行ります。

ウイルスは寒くて乾燥した空気を好むため、冬場はウイルスの生存期間がのび、より遠くまでウイルスが飛ぶようになります。乾燥している場所や換気の悪い場所に居ると、ウイルス感染の機会がグッと上がります。

湿度40%以下は危険ゾーン、湿度50～60%を維持するのが理想的と言えます。

部屋の湿度を上げる方法

- ・加湿器を利用する
 - ・部屋にタオルや洗濯物を干す
 - ・お風呂のお湯を捨てずに浴室の扉を開けておく
 - ・濡れマスクを着用する
 - ・鍋にお湯を沸かして火を止めフタを開けておく(火傷注意)
- ※湿度が上がるとダニ・カビが発生しやすくなるので要注意！
1～2時間毎に換気をおススメ



池尻あんしんすこやかセンター（世田谷区地域包括支援センター）

●電話

03-5433-2512

●FAX

03-3418-5261

●住所 世田谷区池尻3-27-21

●窓口開設時間

月～土 午前8時30分～午後5時
(日、祝祭日、年末年始 お休み)

※あんしんすこやかセンターは
福祉の相談窓口です



ホームページは
こちらから

