



令和5年5号

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



ご存じですか?

もの忘れ相談窓口

あんしんすこやかセンターは、もの忘れについてご心配な方の相談窓口です

「最近もの忘れがひどいような気がする」「前はおしゃれだったのに、毎日同じ服を着て、お風呂も入っていないようだ」「これって認知症なの?」「同じ話を繰り返されるとつい怒ってしまう」・・・ご自身のこと、ご家族のことで悩まれることもあると思います。あんしんすこやかセンターでは、心配されている方のお話をまずしっかり伺ってから、以下のような対応をしています。

- ◎医療・受診に関することを(必要な場合は)ご提案します
- ◎本人や家族への支援の方法を一緒に考えます



本人が相談に行きたがらない時は?

かかりつけ医がおらず認知症かどうかははっきりしなくても、対応に困っている場合は、まずはご相談ください。すぐに解決することが難しい時もありますが、今困っていることを整理し、良い方向へ進んでいくためにできることは何か、一緒に考えます。状況により、医療職や専門職と連携し関わります。

認知症を知ってほしい!

地域の皆さんが認知症についての理解を深めることで、10年後、20年後も安心して生活できるよう、世代を問わず出張講座や様々な活動を行っています!



🏠 **お気軽にお問合せ下さい。(裏面へ)**

認知症講座で学ぶ池尻小学校4年生。
優しい意見がたくさん出ました!

コロナウィルス感染症とインフルエンザ

コロナウィルス感染症とインフルエンザのダブル流行が続いています。基本的な予防対策は同じですので、しっかりと継続していきましょう。

【感染経路を断つ】

- *流水と石鹸でしっかりと手洗いを
- *アルコール性手指消毒剤も有効
- *マスクの着用(不織布推奨)
- *定期的な室内換気と適度な加湿(50~70%)を行い、ウィルスの浮遊を回避

【ワクチン接種】

- *発症する可能性を減らし、罹患しても重症化を防ぎます

【日頃から体調管理を】

- *栄養と睡眠、水分を十分にとる
- *人混みを避け、罹患リスクを下げる

発熱など症状が出たら、まずはかかりつけ医に相談を。

《かかりつけ医がない場合の相談先》

※世田谷区新型コロナウイルス感染症相談センター(平日8:30~17:00)

050-3665-7973

※東京都新型コロナ相談センター(24時間対応)

0120-670-440

会場変更のご案内

池尻まちづくりセンターでは2023年9月から2024年2月まで改修工事を行っています。そのため池尻まちづくりセンターで開催されている以下の講座等につきまして、会場が変更となります。

【池尻おしゃべりカフェ】

2023年11月まで

三宿地区会館 大会議室

(三宿2-7-10)

2023年12月から2024年2月まで

せたがや がやがや館 2階

池尻地区会館 第3会議室

(池尻2-3-11)

【はつらつ介護予防講座】

せたがや がやがや館 2階

池尻地区会館 第4会議室

(池尻2-3-11)

会場変更によりご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願い致します。



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 8時30分~17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

