

池尻あんしんすこやかセンター便り

発行：池尻あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）

1 マッサージで体調を整えてみませんか？

令和7年度 世田谷区はり・きゅう・マッサージサービスのご案内

対象：世田谷区在住で65歳以上の方
もしくは

障害のある方を日常的に介護しているご家族の方

内容：月に1回、区民センターや地区会館等の会場ではり・きゅう・マッサージのうち、1種類のサービスを提供

池尻地区では、池尻地区会館で毎月第2金曜日に開催予定

時間：45分間/回（午前10時、11時、午後1時、2時、3時）

利用料金：1、500円/回

申し込み方法：はがき、FAX いずれかの方法で申し込み

申し込み期間：実施前月の1～20日(必着) ※希望者多数の場合は抽選

問い合わせ先：世田谷区社会福祉協議会 TEL03-5429-2233 までお問い合わせ下さい。

これは世田谷区独自のサービスだよ♪



2 訪問マッサージが適用になる場合もあります

訪問マッサージとは、高齢の方や、障害のある方で身体機能が低下し、寝たきり状態や通院が困難な方向けに訪問型のマッサージを提供する行為の事を言います。

健康保険が適用でき、国家資格であるあん摩マッサージ指圧師、鍼灸師が行います。

開始するにあたって、主治医の同意書が必要になります。

症状緩和、血行改善、日常生活動作の改善などに効果があります。

※混同される方が多いのですが、介護保険で訪問マッサージは受けられません。

健康保険適用になる疾患は限られているので、主治医に確認する必要があります。

利用の流れ

申し込みは
各訪問マッサージ事業所

（無料）体験

医師へ同意書の発行依頼
（事業者が担当してくれます）

サービス開始

費用は健康保険の負担割合が基本となります。1割負担の方で1回あたり300円～600円程度ですが、施術時間によっても料金は変わります。また、交通費が掛かる場合があります。マッサージ事業所の選定にお困りの場合は、あんしんすこやかセンターに一部事業所のパンフレットがあります。ご参考までにお渡しすることはできますのでお問い合わせください。

地域を支えるまちのお医者さん
『亀井クリニック』

連載！！

亀井悠一郎（かめいゆういちろう）と申します。今年4月から、亀井クリニックの副院長として、外来診療や近隣のご家庭への訪問診療を担当しています。これまで、東京医療センター総合内科に勤務した後、西伊豆や神津島で地域医療に携わってきました。直近の3年間は、在宅医療専門のクリニックで訪問診療を行ってまいりました。40歳になった今年、亀井クリニックでの診療を始めています。総合内科専門医・プライマリケア認定医として、地域の皆さんと一緒に健康について考え、支えていく「家庭医」でありたいと思っています。高血圧やコレステロール値が高い状態といった生活習慣病から、認知症による症状のお困りごと、介護保険申請時の主治医意見書の作成、さらには在宅での緩和ケア等、幅広く対応しています。どうぞお気軽に受診・ご相談ください。



亀井クリニック
内科（総合内科・家庭医療）
世田谷区三宿1-8-19 TEL 03-3413-7077

自宅で介護どこまでできる？
使えるサービスを学ぼう！
池尻介護者の会

池尻あんしんすこやかセンターでは、介護中の方や介護経験者が情報交換をしています。介護する上で抱える色々な思いを話し合ったり、介護に役立つ情報をお伝えする予定です。申し込み不要です。ぜひ、ご参加ください。

（各月の開催日とテーマ）

○5月22日（木） 午後2時～3時

『通い・訪問・宿泊ができる
小規模多機能サービスについて』

○6月28日（土） 午後2時～3時

『おうちに来てくれる看護師さんに
聞いてみよう』

○7月24日（木） 午後2時～3時

『介護に使える福祉用具と福祉サービス』

（場所）

池尻まちづくりセンター3階



☆対象者：現在、介護をしている方

☆開催日の10日前に

区掲示板に情報を掲載します！

☆事前申し込みは不要、参加費無料です！

●問い合わせ・連絡先

池尻あんしんすこやかセンター
03-5433-2512

池尻あんしんすこやかセンター

●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

