

若林あんすこレター

編集 若林あんしんすこやかセンター (地域包括支援センター)
(社会福祉法人 こうれいきょう)

〒 154-0023

世田谷区若林1-34-2

第43号

令和5年 秋



知っておきたい成年後見制度



成年後見制度とはどのような制度ですか？私でも使えますか？

成年後見制度とは、認知症や知的障害、精神障害などによって判断力が十分でなくなり、自分一人では契約や財産の管理などをすることが難しい方を法的に支援していく制度です。



それなら今はまだ大丈夫だわ。ただ、将来認知症になったときのことが心配です。

成年後見制度には、判断力が十分でない方が利用する「法定後見制度」と将来、判断能力が低下した時に備える任意後見制度というものがあります。



法定後見制度

すでに判断能力が不十分な方が、安心して生活を送れるよう家庭裁判所が適任と思われる援助者を選び、本人を法的に支援する制度です。

任意後見制度

将来、認知症等で契約や支払いが出来なくなった時に備えて「誰に」「どのような支援をしてもらうのか」をあらかじめ契約により決めておく制度です。

※家庭裁判所で任意後見監督人が選任されて初めて任意後見人による支援が始まります。

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、成年後見制度に関する相談のほか、法定後見制度の利用に必要な申立手続の支援や、親族後見人のご相談等をお受けしています。お気軽にお問い合わせください。

世田谷区社会福祉協議会 成年後見センター

世田谷区成城 6-3-10 成城 6 丁目事務所棟 3 階 ☎03-6411-3950

成年後見センターの主な事業

- ・相談支援（職員による相談や弁護士による無料法律相談）
- ・老い支度講座や成年後見セミナーの開催
- ・区民成年後見人の養成
- ・法人後見の受任
- ・あんしん事業のとりまとめ

若林あんすこ活動報告

9月20日（水）若林まちづくりセンター3階活動フロアにて消費生活課の区民講師の方をお招きし、「ふろしきを使ってエコな暮らし」「明日はあなたがターゲット～悪質商法・詐欺の手口と対策～」2本立ての講座を開催しました。前半の講座では実際にふろしきを使って結び方や包み方を教えていただき、ふろしきがバッグのかわりになりエコにつながることを学びました。後半の講座では、最近横行する詐欺の手口や対策について朗読劇を交え楽しみながら学びました。怪しい電話や訪問があったときにしっかり断れるよう、「帰ってください」「お断りします」などの台詞を声に出して断る練習もしました。



10月4日（水）若林まちづくりセンター3階活動フロアにて管理薬剤師の先生をお招きし「普段飲んでいるお薬の話～お薬手帳の有効な使い方～」という講座を開催しました。薬の効果的な飲み方やお薬手帳の活用方法について分かりやすく説明していただき、後半は持参されたお薬手帳で不明な点やわかりづらい点について個別に質問に答える時間を設けました。参加者の皆さんから「正しい内服の仕方がわかりました」「薬を飲み忘れた時の対応が初めてわかりました」「質問させていただいて解決しました」などの意見が寄せられました。先生方への質問も積極的に行われ、実りの多い講座となりました。



「アクション講座」をご存じですか？

世田谷区では、一人ひとりの希望や権利が尊重され、ともに安心して自分らしく暮らせるまちを目指して、令和2年10月1日「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」を施行しました。

希望条例に掲げる「認知症観の転換」や「本人発信」、「地域づくり」等を推進するため、あんしんすこやかセンターでは、「アクション講座」（世田谷版認知症サポーター養成講座）を開催しています。

皆さんも、「アクション講座」を通して、ともに生きるパートナー（伴走者）として、認知症の本人の希望を叶える地域での活動について一緒に考えてみませんか？
講座をご希望の方は、下記担当者までご相談ください。

電話：03-5431-3527 担当 古閑（こが）



～シュガータイム（家族介護者の会）～

悩みごとや日頃の思いなどを集まって話しています。ホッと一息できる時間になればと思っています。申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

日 時：原則偶数月第3金曜日 午後1時30分～2時30分

会 場：若林まちづくりセンター 3階活動フロアー 参加費：無料

問い合わせ先：若林あんしんすこやかセンター（TEL03-5431-3527）



*感染症予防、悪天候のため中止する場合があります。

はつらつ介護予防講座

10月よりおもりをつけた体操が始まりました！

講座では、椅子に座ったまま出来る体操や介護予防のヒントになるお話をします。

10月より、腕や足におもりをつけて上げ下げするやさしい運動が始まりました。

痛みがあるなどおもりをつけて行うことが難しい方は、おもりをつけずに行っていただきます。

開催日： 原則第2・4木曜日 時 間：午後2時00分～4時00分（120分）

定 員： 19名 参加費：無 料 ※1回だけでも、連続しての2回でも参加可能です。

会 場： 若林まちづくりセンター 3階活動フロアー

持ち物等：水分補給用の飲み物 介護予防手帳 筆記用具 マスク

*動きやすい服装でお越しください

申し込み：若林あんしんすこやかセンター（TEL03-5431-3527 FAX 03-5431-3528）

※講座がある週の月曜日（祝日は翌火曜日）から電話・FAX・窓口でお申し込みください。

引き続き、感染予防にご協力ください

○マスク着用にご協力をお願いします。

（運動時に呼吸を止めないための声出しなどあり）

○発熱、発熱がなくても息苦しい、だるいなどの症状や風邪症状がある場合は、参加を見合わせていただきますようお願いいたします。

○台風や降雪等の悪天候の際は中止する場合があります。事前にご確認ください。



今後のいきいき講座のご案内

 12月 デジタル講座 「スマホを学ぶカフェ」
スマホの基本的な使い方やLINEの使い方、セキュリティなどをご自身のスマホを使って学ぶ講座です。ゆったりとお茶を飲みながら講義と交流のできるカフェの開催を予定しています。

 令和6年1月 老いとの向き合い方
臨床心理士の先生を講師に、高齢期でもいきいきと暮らすヒント、前向きな気持ちになれる講座を予定しています。

※2つの講座について詳細が決まりましたらまたお知らせします。

若林あんしんすこやかセンターでは、若林 1～5 丁目と
三軒茶屋 2 丁目在住の方々への支援を行っております。

「介護のサービスを利用するにはどうしたらいいの？」

「ボランティアとして地域の活動に協力したいな」

「障害者手帳がなくてもサービスを受けられるのかしら？」

「近所の高齢者の姿を見かけないので心配。どこに相談しよう？」

「赤ちゃんと一緒に遊びに行ける所を教えてください」



日常生活でお困りのことや、わからないことなど何かありましたら、
お気軽にご相談ください。お電話をいただければ訪問もいたします。
また、障害のある方、子育て中の方（妊娠中の方を含む）などの身近な
ご相談も承ります。

お問合せ・ご相談は・・・ 若林あんしんすこやかセンターは世田谷区から委託を受けています

若林あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）

☎ 03-5431-3527

FAX 03-5431-3528

世田谷区若林 1-34-2

<窓口開設時間>

月曜日から土曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時

日曜日・祝日・年末年始はお休みです。

☆相談は無料です

☆相談に関する秘密は厳守いたします



【交通】 ●世田谷線若林駅下車 5 分

●世田谷線西太子堂駅下車 5 分

●バス「若林駅前」下車 6 分（渋谷駅～
世田谷区民会館、新代田駅～大森操車所）