

令和5年度 冬号 ケア 24 阿佐谷ニュース

発行：杉並区地域包括支援センター ケア 24 阿佐谷：杉並区阿佐谷北 1-3-12 樺ビルディング B 館 1 階

家族介護教室

高齢者の肌を守ろう

～起こりやすいトラブルとそのお手入れ～



高齢者、特に冬の時期はお肌に様々なトラブルが起きやすいものです。日常にありがちな肌のトラブルとそのケア方法について皮膚・排泄ケア認定看護師が講義をします。

皮膚トラブル時の対応方法や注意点についても学びましょう。

日時：令和5年12月22日(金) 10:00～11:30

場所：暮らしの処方箋

住所：杉並区阿佐谷南1-16-8 ISM ASAGAYA 8階

*河北ファミリークリニック南阿佐谷が入っているビルです

講師：河北訪問看護・リハビリステーション阿佐谷

皮膚・排泄ケア認定看護師 佐藤志保子氏

定員：15名(先着順・事前申込制)

参加費：無料

対象：杉並区在住在勤の方

申し込み開始：令和5年12月4日(月)～

申し込み先：ケア24 阿佐谷

☎ 03-3339-1588



ケア 24 阿佐谷は、高齢者の方の総合相談窓口です。

地域で暮らす高齢の皆さんの生活に関することや在宅介護について、総合的な相談・支援をいたします。「ちょっと聞きたい」「どこに連絡したらよいかわからない」、こんな時、お気軽にご相談ください。

<担当地区>

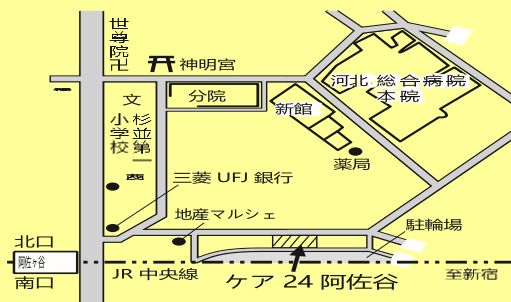
- ・阿佐谷北1～6丁目・阿佐谷南2丁目
- ・本天沼1丁目・下井草1丁目

<窓口受付時間>

- ・月～金曜日 9:00～19:00
- ・土曜日 9:00～13:00

☎ 03-3339-1588

(夜間・日祝・年末年始も電話での相談はお受けしています)

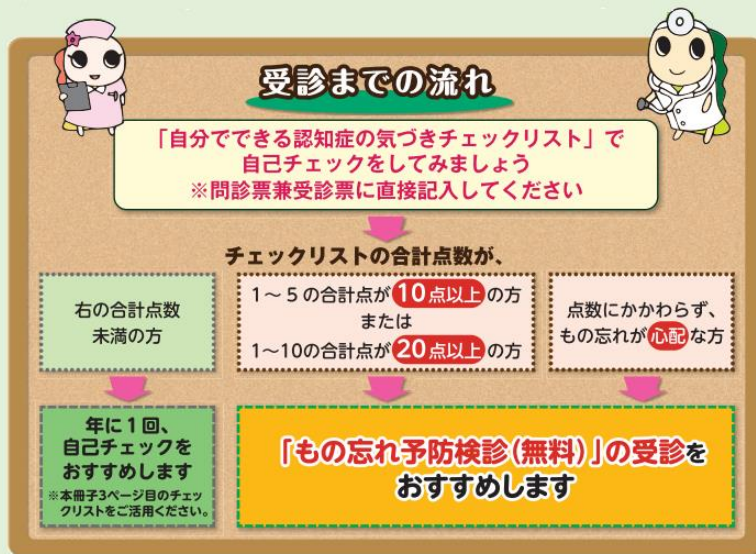


今年度70歳になる皆様へ

「もの忘れ予防検診」のご案内

杉並区では**70歳になる節目**に「もの忘れ検診」を受ける事ができます。認知症は誰でもなりえるものです。早めに知ることは、進行を遅らせることにつながり、自分らしく過ごすための備えになります。まだまだ元気な方も**脳の健康チェック**にご活用ください。

- ◇ 対象の方には**9月中旬**にご案内が送付されています。
- ◇ 検診実施期間は**令和5年10月1日～令和6年2月29日**まで
- ◇ 費用は**無料**です。



「物忘れ相談」のご案内

杉並区では認知症を早期に発見し、適切に対応するため、**認知症サポート医**が必要な助言を行う物忘れ相談を行っています。

毎月第3水曜日(午後) 場所：ケア24阿佐谷 費用：無料



対象の方

- 認知症の不安がある高齢者やその家族、関係者
- 認知症の高齢者とその家族、関係者

助言の内容

- 閉じこもりや認知症の予防など、生活の改善に関すること
- 専門医療機関や地域の医療機関の紹介
- 認知症高齢者の対応方法

「認知症サポート医」：矢部裕之先生
認知症医療に精通し、かかりつけ医への助言を行うなど、地域において認知症の方への支援の推進役となる医師です

問い合わせ・申し込み：ケア24阿佐谷