

わたしのまちの



あんしんすこやか

第2回いきいき講座 消費者被害対策講座を開催しました！



5月11日(日) 代沢地区会館で「消費者被害対策講座」を開催しました。北沢警察署生活安全課 河野警部補を講師にお招きして「詐欺被害」と「空き巣被害」についてお話いただきました。「詐欺被害」では「私は大丈夫！」と思っている方ほど被害を受けている現状をお話してくださいました。「空き巣被害」ではマンションの8階の開いた窓から空き巣が入った、というお話もあり、窓・戸の鍵閉めの重要性を実感しました。



第3回いきいき講座 遺言講座を開催しました！



5月13日(火) 梅丘パークホールで「遺言講座～次世代への手紙～」を開催しました。北沢地域の6箇所のあんしんすこやかセンター合同講座です。雨天の中、53名の方が参加してくださいました。

講師は公証役場で公証人をされている荒木俊夫氏。法律に関わることなので難しい内容であるにも関わらず、参加者の皆さまが真剣に耳を傾けている様子が見られました。



「いきいき講座」とは？
あんしんすこやかセンターで
企画・開催している講座です。
介護予防を中心に高齢者の方々の
生活に役立つ内容を取り上げています。
年間を通して開催していますので、
ご興味のある方は代沢あんしんすこやか
センターまでお問い合わせください！

裏面もご覧ください

～いきいき講座開催のお知らせ～

「血管年齢を測ってみましょう！」

あなたの血管は何歳？簡易測定器で測定します。



日時：9月2日（火） 午前10時～午後3時

会場：代沢まちづくりセンター 2階活動フロア

対象：65歳以上の方

申込み：不要 時間内に直接会場にお越しください。

お問い合わせ：代沢あんしんすこやかセンター

TEL：03-5432-0533

参加費
無料

自分でできる認知症の気づきチェックリスト

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなることで認知機能が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態をいいます。現在、都内の認知症高齢者は38万人を超えており、2025年には約60万人に急増することが見込まれています。東京都では、自分で認知症が疑われる症状の有無を確認できる「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」を作成しました。ご興味ある方は代沢あんしんすこやかセンターまでお問い合わせ下さい。



代沢あんしんすこやかセンターの ホームページをぜひご覧ください！



ホームページにイベントや講座のご案内・活動報告・ニュース・広報紙等、掲載しています。パソコンなどお持ちの方は、こちらもぜひご覧ください。

【代沢あんしんすこやかセンター】で検索！



Twitterも
つぶやいて
ます！

<http://daizawahoukatu.foryou.or.jp/work.php?id=w039>



編集・発行 代沢あんしんすこやかセンター

TEL:03-5432-0533 FAX:03-5433-9684