

わたしのまちの



# あんしんすこやか

## 平成27年度 代沢あんしんすこやかセンター 職員紹介

今年度より管理者が交替になり、職員は5人体制となりました。地域の高齢者の方の 総合相談窓口として 職員一同頑張っ参りたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。

くろかわ かよ  
**黒河 佳代**  
(保健師)

きたざわ よしひろ  
**北澤 良博** (管理者)

こがね ひろこ  
**小金 寛子**  
(社会福祉士)

しんま あやこ  
**新間 章子**  
(社会福祉士)

すぎむら けいこ  
**杉村 恵子**  
(社会福祉士)

### あんしんすこやかセンターを活用して下さい!

不安

家族が入院中。退院後  
自宅で生活できるか  
しら?

最近、物忘れが目立  
つ。認知症?  
年のせい?

悩み

知りたい

運動(体操)してみ  
たいけれど近くに  
あるかしら?

近所にいる独り暮らし  
の高齢者の方、最近お見  
かけしないけど、どうし  
たのかしら?

気がかり

あんしんすこやかセンター

お気軽にご相談下さい!

## 血管年齢測定会（北沢タウンホール&都営アパート）を開催しました！

3月3日（火）北沢タウンホール9階、3月11日（水）都営代沢1丁目アパート集会室にて『血管年齢測定会』を開催しました。タウンホールでは180名、都営アパート集会室では76名と、大勢の方が足を運んで下さいました。福祉用具の体験コーナーや炭酸泉水※の足浴（手浴）体験もあり、来場した皆さまには楽しみながら健康チェック&体験をしていただくことができました。



参加された皆様からは、

「自分の血管年齢を知る機会があり良かった」「毎回参加している。1歳でも若く結果が出ると嬉しい」「足浴が気持ち良かった」など嬉しい感想をいただきました。今後も、皆様の期待に沿えるように、気軽に参加でき介護予防にも役立つような催しを開催していきたいと思っています。

最後になりましたが、開催にあたりご協力いただきました皆様、本当にありがとうございました。 ※ 炭酸ガスが溶け込んだお湯。血行促進などに効果があります。

## 『消費者あんしん講座』のお知らせ

- ・日時 **5月10日（日）11：45～12：15**
- ・場所 **代沢地区会館 1階 大広間**
- ・講師 **警視庁北沢警察署 警部**
- ・内容 **「オレオレ詐欺」「還付詐欺」被害対策について**

※ 和室では血管年齢測定会や健康相談も行っております

会場では **代沢わいわい文化祭（まつり）** 開催中。

平成27年**5月9日（土）・10日（日）**の二日間！ 子供から大人まで楽しめる催し物がたくさんあります！たくさんの方のご来場をお待ちしております。



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