



知って得する！



第179号 令和8年4月発行  
こうめ高齢者みまもり相談室

# こうめみまもりだより



## 向島・押上地区にお住いの 65歳以上の方の総合相談窓口です



### こうめ高齢者支援総合センター

介護や福祉、医療、健康、認知症などのさまざまな相談に応じるほか、高齢者の権利を守るため、虐待防止への取り組みや成年後見制度の活用に関する相談などもお受けしています。



【連絡先】

☎ 03-3625-6541

FAX 03-5608-3730

【開所時間】

月～土（9：00～18：00 年末年始・祝日除く）  
（虐待等の通報は24時間受け付けています。）



### こうめ高齢者みまもり相談室

65歳以上の方のご自宅を訪問し、実態把握訪問を行っています。訪問時には、必要に応じて、福祉サービスへつないだり、地域の担い手として活動する場の情報提供を行っています。また、地域の方々と連携し、安心して生活できる地域づくりに取り組んでいます。

【連絡先】

☎ 03-5619-6511

FAX 03-5608-3730

【開所時間】

月～金（9：00～17：00 年末年始・祝日除く）



【ご相談は電話・窓口どちらでも承ります】

直接の来所もお受けしておりますが、事前に連絡を頂けると、準備を整えてお待ちできます。お気軽にご連絡下さい。



### おらせ

### 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、地域の認知症の人や家族を見守る応援者です。認知症のことや接し方について学び、認知症と共に生きることについて考えます。

日時：令和8年5月8日（金）午後6時から午後7時30分

会場：区役所会議室121（12階）吾妻橋1-23-20

内容：認知症の症状や、認知症の方との接し方など

申込みは、こうめ高齢者みまもり相談室まで



### こうめ高齢者みまもり相談室

墨田区向島3丁目36番7号

すみだ福祉保健センター1階

月曜日～金曜日（年末年始・祝日を除く）

午前9時から午後5時

【墨田区委託事業】

電話 03-5619-6511 FAX 03-5608-3730

## 高齢者理美容サービス事業 ご自宅で理美容サービスが受けられます

ご自宅で理容（調髪）または美容（カット）のいずれかのサービスをご利用になれる「高齢者理容・美容サービス券」を、2か月に1枚の割合でお渡しします。

### ○対象となる方(次のすべてに当てはまる方)

- (1) 墨田区に住所のある方
- (2) 介護認定が要介護3以上で在宅の方（入院・介護保険施設入所中は使用できません）  
※居宅で実施することが特に困難な場合はご相談ください。

### ○申請方法

申請書を高齢者福祉課または高齢者支援総合センターへご提出ください。

### ○利用者の負担金

1回の利用につき600円（所得等により負担金のない場合があります。）



### ◎理美容サービスをすでにご申請いただいている方

令和8年4月から利用いただける券は、4月上旬に郵送されます。

券の有効期限は年度末（令和9年3月31日）までです。



問い合わせ先 墨田区高齢者福祉課支援係

電話 03-5608-6168 FAX 03-5608-6404



## 栄養・お口の出前講座

～墨田区通いの場等の栄養・口腔ケア講師派遣事業～



### 【内容】

「管理栄養士」・「歯科衛生士」が皆様の集う場にお伺いし、健康に関する講義や相談を行います。食事や栄養のとり方、お口のケア方法などを学び、より効果的にフレイルを予防しましょう！

### 【対象】

区内在住の65歳以上の高齢者5人以上で構成された自主グループ等

### 【利用の流れ】

申請 → 派遣決定 → 講師と内容の打合せ → 実施

### 【問合せ】

墨田区高齢者福祉課地域支援係 電話：03-5608-6178

詳細や気になった点など、  
お気軽にご連絡ください！

くらしに役立つ  
情報を配信します

高齢者支援総合センター  
高齢者みまもり相談室が、

「LINE配信」を始めました！

こんな情報が届きます！ 講座 / 地域のイベント / 介護に関する情報他

登録手順はQRコードから  
ご確認ください。



墨田区ホームページから  
登録手順書がダウンロード  
できます。



ひと、つながる。  
墨田区

高齢者福祉課作成