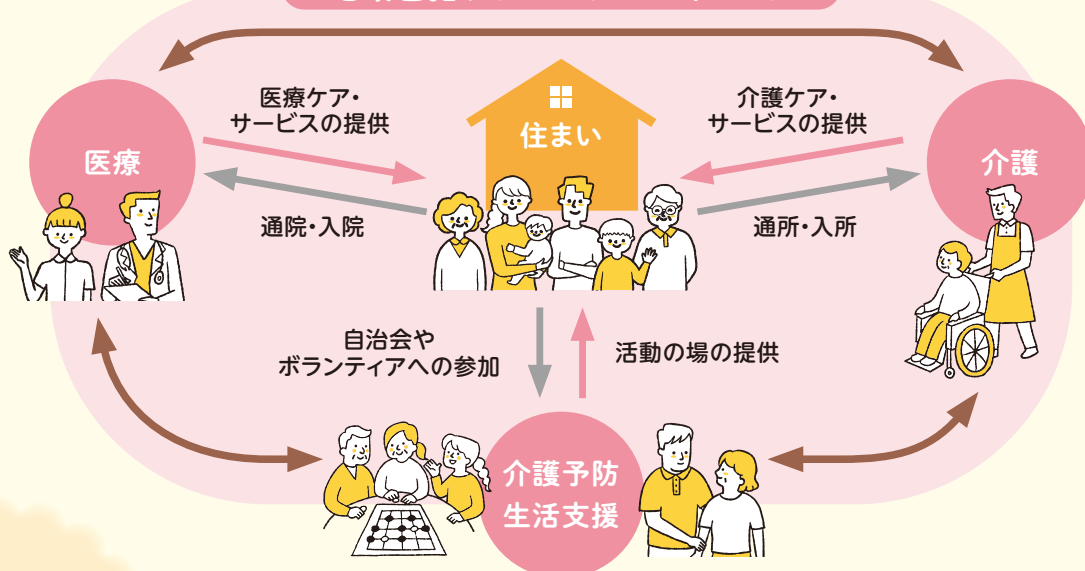


# 気軽に話せる地域の安心拠点

相談無料

地域包括支援センターがつなげる /  
地域包括ケアシステムのイメージ



地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で、安心して暮らし続けられるように、医療・介護・予防・住まい・生活支援などを地域全体で支える仕組みである地域包括ケアシステムをつなぐ機関のひとつです。

介護や暮らしの困りごとの総合相談窓口として、専門スタッフが親身に対応し、必要なサービスや支援につなげます。さらに、介護予防や社会参加のサポートなど幅広い活動も行い、行政や医療機関、地域の人々と協力しながら、一人ひとりの生活を見守る頼れる拠点となっています。



## ひとりで悩まず、困ったときは、地域包括支援センターに相談を

日常生活をサポートするため、自宅近くのセンターで支援を受けることが必要です。家族からの相談も受け付けています。

### 地域包括支援センターの連絡先と所在地

地域包括支援センター名	あなたのお住まいの地域	電話番号	所在地
栄町	ひばりが丘北・北町・栄町・下保谷	☎ 042-438-7090	栄町3-6-2 保谷苑内
富士町	東町・中町・富士町	☎ 042-451-1203	富士町1-7-69 高齢者センターきらら内
泉町	北原町・泉町・住吉町	☎ 042-424-1200	泉町2-1-24 ピアライフ・アルファ1階
田無町	田無町・保谷町	☎ 042-467-8850	田無町5-5-12 田無総合福祉センター内
緑町	緑町・谷戸町・ひばりが丘	☎ 042-461-7081	緑町3-6-1 田無病院内
西原町	西原町・芝久保町	☎ 042-451-8844	西原町4-5-6 西原総合教育施設内
向台町	南町・向台町	☎ 042-468-2340	向台町2-16-22 フローラ田無内
新町	新町・柳沢・東伏見	☎ 042-462-1695	新町1-11-25

※(月)～(土)(日祝を除く)午前9時～午後6時



### 利用者の声



直井さん

膝の痛みがひどく病院に行くと、膝変形性関節症と診断されて、両膝を同時に手術することに。3週間の入院から家に戻ると、このままひとりで生活が続けられるのだろうかと急に不安が襲ってきて。急いで調べて地域包括支援センターに電話をしました。すぐ自宅にきてくださり、不安に思うことを相談。術後の経過が良く、結果的に介護は受けませんでした。とにたく心強かった。専門知識を持った人に相談できるのは、とてもありがたく安心です。



中川さん

転んで怪我をしてしまい地域包括支援センターに相談をしたところ、短期集中予防サービスという、3カ月の間、週に1回通ってリハビリの専門家に指導してもらうサービスを勧められて利用しました。終わった後も体を動かす習慣を維持するため、地域包括支援センターに紹介していただいた百歳体操などのサロンに毎週参加し、おかげさまで現在も健康を維持することができています。

### メッセージ



西原町地域包括支援センター  
管理者 井上智子さん

高齢者の方から「地域包括支援センターのお世話にならないようにしたい」と言われることがあります。ですが、早めに顔見知りになっておくことは「何かのときのため」にも有効です。「ひとりで暮らしているので先々が心配」「もの忘れが進みお金の管理が不安」「サークル活動に興味がある」など、将来に備えてお気軽にご相談ください。



新町地域包括支援センター  
管理者 佐藤治さん

新町地域包括支援センターでは、日々の相談のほかに、地域の高齢者が自宅から気軽に歩いて通える居場所づくりを進めています。地域の方に協力をいただき、自宅や集会所などを会場にして、しゃきしゃき体操やいきいき百歳体操に取り組む高齢者の皆さまを応援しています。参加している皆さまは、顔見知りが増え、開催の日を心待ちにし、毎回笑顔で参加されています。地域の皆さまの活動へのご参加、ご協力をお待ちしております。

西東京市の人口と世帯  
20万7,227人(↑166)  
総人口 住民登録: 令和8年1月1日現在

人口/20万7,227人(↑166) (7,257人) 男/10万543人 (↑69) (3,848人)  
世帯/10万4,176 (↑70) (4,642) 女/10万6,684人 (↑97) (3,409人)  
※( )は先月比 < >は外国人住民



公式LINE



そのほか公式SNS

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

