

# 八広はなみずき 知って得する みまもりだより



2024年11月号  
vol. 162  
八広はなみずき高齢者みまもり相談室広報誌

## 地域の社会資源

身近な地域で体操などに参加し体を動かして介護予防をしませんか？  
普段から体を動かし筋力を保つことで転倒の予防にもなります！  
いつまでも元気に動けるように健康寿命を伸ばしましょう！



## 介護予防

八広はなみずきでも介護予防の体操など様々な活動を行っています。



- ☆脳トレ教室(折り紙・手品)
- ☆ポッチャ交流会
- ☆オレンジカフェ
- ☆あむとも(手芸サークル)等

## 運動

# 地域で介護予防！



※詳細は、高齢者支援総合センターへお問合せください！  
(連絡先:03-3610-6541)

## ラジオ体操ができる場所

- ☆舟原公園 八広2-43-16
- ☆三輪里稻荷神社 八広3-6-13
- ☆八広地域プラザ吾孺の里 八広4-35-17
- ☆八広公園 八広5-10-14
- ☆新平井橋公園 東墨田1-6-2

(NPO法人全国ラジオ体操連盟HP参照)  
お馴染みのラジオ体操！朝6:20から実施中！短時間ですが全身を動かすことのできる運動です。

## 運動ができる公園

長浦いきいき広場  
八広1-11-3(京成線高架下)



健康器具がある公園！  
時間を気にせず手軽に運動できます。

## ラジオ体操



## 公園

### お知らせ

☆ふれあいバーカリー☆  
毎月第1水曜日:11:30~「八広はなみずき」で「墨田さんさんプラザ」の手作りのパンを販売しています！(売り切れ次第終了)  
(\*1月は第2水曜日に振替)



【墨田区委託事業】



## 八広はなみずき高齢者みまもり相談室

# ☎03-3614-1465

墨田区八広5-18-23  
＜相談受付時間＞  
月～金 9:00～17:00  
(土・日・祝日・年末年始休み)  
担当:渡辺・上田・南部・吉松





# 救急通報システム

通報機のボタンを押すことで受信センターに通報が入り、看護師等の専門スタッフが365日、24時間体制で対応します。急病時の通報では、救急搬送の要請及び警備員の現場派遣を行います。急病時以外でも病気や健康の相談に対応します。あわせて、日常生活をセンサーが感知し、異常の有無を判断して通報する安否確認センサを取り付けることもできます。

- 1 対象となる方 65歳以上のひとり暮らし高齢者または65歳以上の高齢者のみの世帯の方  
(日中・夜間に単身、または高齢者のみとなる方も含む。)
- 2 利用料金
 

慢性疾患のある方のうち、住民税非課税の方	0円/月
// 住民税課税の方	500円/月
慢性疾患のない方	2,618円/月
※慢性疾患の例：狭心症、脳梗塞、心筋梗塞、腎臓病等	
安否確認センサ	1,000円/月
- 3 問い合わせ先 墨田区高齢者福祉課支援係（区役所4階） 電話：03-5608-6168



- ・固定電話回線が必要になります。
- ・ご自宅の鍵は、区の指定する警備会社が鍵をお預かりいたします。（キーボックスの設置も可能）

## 家具転倒防止器具・ガラス飛散防止フィルム

大規模地震が発生した際の家具等の転倒事故を防ぐため、家具転倒防止器具等の設置が困難な世帯に対し、取付けを支援しています。

- 対象者 墨田区内在住で、次のいずれかに当てはまる方
- ① 満65歳以上の方
  - ② 身体障害者手帳1～2級の方・愛の手帳1～3度の方
  - ③ 未就学児のいるひとり親世帯の方

- 取付けの上限
- 家具転倒防止器具：14,500円を超えない範囲  
(タンス3棹程度)
- ガラス飛散防止フィルム：17,500円を超えない範囲  
(たたみ1畳分程度)



家具転倒防止器具の一例

- 問合せ先
- ① 高齢者のいる世帯：高齢者福祉課 03-5608-6168
  - ② 障害者のいる世帯：障害者福祉課 03-5608-6163
  - ③ ひとり親世帯：防災課 03-5608-6206

※注意事項  
この事業の申請は1世帯につき1回限りとなります。