

# 栄東地区 「高齢者の相談窓口」です！

## 東区第3地域包括支援センター

東区北45条東15丁目3-15  
サンシャインビル2階



☎ 011-722-4165

- ◇介護保険の申請や手続きについて
- ◇家族や近所の方などの認知症について
- ◇詐欺、訪問販売など消費者被害について
- ◇高齢者の虐待について

## 東区介護予防センター栄・丘珠

東区北43条東16丁目1-10  
パレス・ロイヤルV 503号室



☎ 011-780-5512

- ◇閉じこもりや認知症等の介護予防に関する相談
- ◇町内会館等での介護予防教室の実施
- ◇町内会や老人クラブ、サロン等、地域の福祉活動の支援

## 東区社会福祉協議会

(第2層生活支援コーディネーター)

東区北11条東7丁目  
東区民センター1階



☎ 011-741-6440

- ◇地域の困りごとや「あったらいいな…」を一緒に考えます
- ◇元気な高齢者やボランティア活動をしたい方など活動の場を紹介します
- ◇地域のニーズ（困りごと）と地域の活動をつなげます
- ◇地域組織、NPO、社会福祉法人、地域の企業などとネットワーク作りを進めていきます

## 東区保健支援係

東区北11条東7丁目東区役所2階



☎ 011-741-2465

- ◇福祉や介護について
- ◇生活習慣病予防について
- ◇身体や心の健康について

ご相談は全て無料です。

電話・訪問・来所で承っております。

一人で悩まず  
まず相談！

# たとえばこのようなとき、ご相談ください



介護保険のことをどこに聞いたらいいのかわからない

近所の方様子がいつもと違うので心配



家族の介護に困っているけど、どこに相談したらいい？

隣から大きな声や物音が聞こえるけど、大丈夫かな？



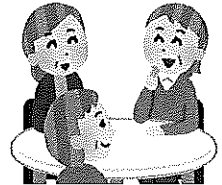
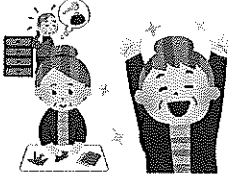
## 第3包括支援センターへご相談ください



健康維持のため、町内会でタッピー体操や  
サッポロスマイル体操をしたいけど、どこに相談したらいいの？

仲間と交流や茶話会を楽しみたい！

認知症予防のため脳トレをしたいけど、  
どこに聞いたらいい？



## 介護予防センター栄・丘珠へご相談ください



ボランティアに興味があるんだけど、どこに聞いたらいいの？

何かしたいと思っているけど、何ができるかな？

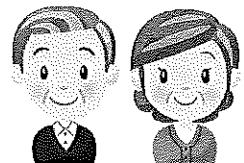


## 東区社会福祉協議会へご相談ください



健診結果や生活習慣病の予防について聞きたい。

身体や心の健康について相談したいな。



## 東区保健支援係へご相談ください

**ご相談はすべて無料です！**  
各機関が連携し、ご相談に応じております。  
皆さまのご相談をお待ちしております。