

24時間365日対応 電話相談窓口（専用電話）

高齢者虐待専門相談

高齢者の虐待に関して、専門員が相談をお受けします。【秘密厳守】

専用電話 5970-7348

おとしよりなんでも相談

高齢者の健康・介護などについての不安や悩み、困っていることなどに関して、相談をお受けします。

専用電話 0120-925-610

※必要に応じて、改めておとしより相談センターなどをご案内することがあります。

おとしより保健福祉センター（区の直営相談窓口）

みなさんの介護や福祉に関する相談、各種申請をお受けします。みなさんが住み慣れた地域や家庭で安心して生活が続けられるよう多職種・他機関と連携し支援します。

所在地 板橋区前野町4-16-1 電話番号 5970-1111（代表電話） FAX 5392-2060

相談時間 月～土曜日 9時～17時 ※日曜・祝日・年末年始は休み

安心して暮らしていくために

【各種相談・支援など】

- ・介護の申請に関する総合案内
- ・おとしより相談センターの運営 など

管理係 ☎5970-1119

- ・おとしより相談センターの高齢者支援への協力 など

特別援護係 ☎5970-1115

【見守りなど】

- ・ひとり暮らし高齢者を見守り支えるためのネットワークづくり
- ・高齢者見守りキーホルダー など

【地域づくり・連携づくりなど】

- ・地域包括ケアシステム（板橋区版AIP）の推進 など

地域ケア推進係 ☎5970-1114

介護予防のために

- ・元気力向上教室の実施（運動・口腔・栄養・認知機能等の生活機能向上、閉じこもり予防）
- ・住民主体の訪問型・通所型サービス事業 ・介護予防サポーターの養成
- ・ウェルネス（介護予防）活動推進団体支援事業 など

介護予防係 ☎5970-1117

暮らしやすくするために

- ・住宅設備改修費の助成
- ・介護に関する研修や講座開催
- ・暮らしを拓げる10の筋トレ
- ・福祉用具の展示・相談 など

介護普及係 ☎5970-1120

認知症やもの忘れが気になる方やその家族のために

- ・もの忘れ相談医による相談事業
- ・認知症フレンドリーカフェの支援
- ・認知症サポーターの養成
- ・いたばし認地笑（認知症）かるたの貸し出し
- ・認知症の方の位置情報探索サービス など

認知症施策推進係 ☎5970-1121

高齢者のみなさんの総合相談窓口

おとしより保健福祉センター おとしより相談センター （地域包括支援センター）

利用のご案内

安心して生活を続けていくために



住み慣れた いたばしで



（令和7年6月発行）

～高齢者のみなさんの元気を支えます～

おとしより相談センター（地域包括支援センター）

おとしより相談センターは、みなさんが住み慣れた地域や家庭で安心して生活を続けられるように支援を行う総合相談機関として、板橋区が設置して、社会福祉法人等に委託しています。

社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師などの専門職が連携をとりながら、みなさんの介護予防や日々の暮らしなどをさまざまな側面から総合的に支援しています。高齢者本人はもちろんのこと、ご家族や地域住民の悩みや心配ごとの相談をお受けします。

※高齢者のみなさんのお宅を訪問することもできます。【秘密厳守】

おとしより相談センター閉庁時は「おとしよりなんでも相談」でも相談をお受けできます。（裏表紙参照）

※必要に応じて、改めておとしより相談センターなどをご案内することがあります。

なんでも相談 （総合相談支援）



みなさんやご家族などの介護・福祉・健康・医療等に関する悩みや心配ごとの相談をお受けします。

（例えばこんな時に）

- ・ひとり暮らしやもの忘れが心配
- ・介護保険の手続き等がわからない
- ・風呂場やトイレなどに手すりをつけたい など

みなさんの 権利を守ります （権利擁護）



みなさんがいきいきと暮らすために、さまざまな権利を守る支援をします。

成年後見制度の活用、高齢者虐待への対応、消費者被害の防止などを専門機関と連携して対応します。

暮らしやすい 地域づくり

（包括的・継続的ケアマネジメント）



みなさんを支える地域のケアマネジャーの支援のほか、みなさんにとって暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関とのネットワークをつくり、調整し、出前講座や研修などを実施して連携を図ります。

介護予防・健康づくり のお手伝い （介護予防ケアマネジメント）



要支援1・2と認定された人や、支援や介護が必要となるおそれが高い人が自立して生活できるよう、効果的な介護予防サービス・事業・活動などを紹介し、介護予防・健康づくりの支援をします。

認知症に関する様々な相談を受け付けます

もの忘れ、医療機関の受診や認知症介護へのアドバイス等、認知症に関するご本人やご家族、地域の方からの様々なご相談をお受けしています。

利用方法

お住まいの地域を担当するおとしより相談センター（下記一覧参照）に相談してください。
※ご来所いただく場合には、電話で事前に確認いただくとスムーズに案内できます。

相談時間

月～土曜日 9時～17時 ※日曜・祝日・年末年始は休み

あなたのまちのおとしより相談センター（地域包括支援センター）一覧

お住まいの地区	担当	住所	電話番号
加賀1丁目、2丁目（1～5番、12～18番）、板橋1丁目、2丁目（1～17番、22～53番、56～69番）、3丁目、4丁目、大山東町（17番、19番、21～25番、28番、30～55番）	→ 板橋	加賀1-3-1 老人保健施設シルバーピア加賀 内	5248-2892 FAX 5248-2897
板橋2丁目（18～21番、54番、55番）、大山金井町、大山東町（1～16番、18番、26番、27番、29番）、熊野町、中丸町、幸町（1～6番）、南町	→ 熊野	中丸町27-11 中丸集会所 併設	5926-6566 FAX 3973-3531
加賀2丁目（6～11番、19～21番）、稲荷台、仲宿、氷川町、柴町	→ 仲宿	氷川町38-6 フローラル大山1階	5944-4611 FAX 5944-4612
大山町、幸町（7～66番）、大山西町、弥生町、仲町、中板橋、大山東町（20番、56～60番）	→ 仲町	仲町20-5 仲町ふれあいセンター 内	5917-5201 FAX 5917-5202
本町、大和町、双葉町、富士見町	→ 富士見	大和町26-3 大和集会所 併設	6905-6425 FAX 5943-5061
大谷口1・2丁目、大谷口上町、大谷口北町、向原1～3丁目、小茂根1・2丁目	→ 大谷口	向原3-7-8 特別養護老人ホームケアホーム板橋 内	5964-5620 FAX 5964-5628
上板橋1～3丁目、常盤台1～4丁目、南常盤台1・2丁目、東新町1丁目	→ 常盤台	常盤台4-36-6 上板橋病院 隣り	5398-8651 FAX 5398-8653
清水町、蓮沼町、大原町、泉町、宮本町	→ 清水	泉町16-16 清水地域センター 併設	3558-6500 FAX 3558-6501
志村1～3丁目、小豆沢1～4丁目、東坂下1丁目、坂下1丁目（1～26番、28番）、相生町（1～12番11号、13～16番）	→ 志村坂上	小豆沢1-12-4	3967-2131 FAX 3967-2132
若木1～3丁目、中台1～3丁目、西台1丁目、2丁目（1～30番4号、41番、42番）、3丁目（1～46番、48～54番）、4丁目	→ 中台	若木1-21-3 特別養護老人ホーム若木ライフ 内	3933-8875 FAX 3933-1955
蓮根1～3丁目、坂下1丁目（27番、29～41番）、2丁目、3丁目、東坂下2丁目、相生町（12番12号・13号、17～26番）	→ 蓮根	東坂下2-2-22 特別養護老人ホームいずみの苑 内	5970-9106 FAX 5914-6293
舟渡1～4丁目、新河岸1・2丁目、高島平7～9丁目	→ 舟渡	舟渡3-4-8 特別養護老人ホームケアポート板橋 内	3969-3136 FAX 3969-3155
前野町1～6丁目	→ 前野	前野町2-30-9 カレッジコート1階	5915-2636 FAX 5915-2697
小茂根3～5丁目、東山町、東新町2丁目、桜川1～3丁目	→ 桜川	東新町2-36-5 ウェルネススペース桜川 併設	3959-7485 FAX 3959-7452
赤塚1丁目、2丁目、5丁目（1～17番）、6～8丁目、赤塚新町1～3丁目、大門、四葉1丁目（3番10号、4～31番）、2丁目	→ 下赤塚	四葉2-21-16 老人保健施設エーデルワイス 内	3930-1821 FAX 3930-1874
赤塚3丁目、4丁目、5丁目（18～36番）、成増1～4丁目	→ 成増	成増4-14-18 特別養護老人ホームケアタウン成増 内	3939-0678 FAX 3939-3510
高島平4～6丁目、成増5丁目、三園1・2丁目、新河岸3丁目	→ 三園	成増5-6-3 サービス付高齢者向け住宅みどりの杜 内	3939-1101 FAX 3939-1136
西台2丁目（30番5号～17号、31～40番）、3丁目（47番、55～57番）、徳丸1～8丁目、四葉1丁目（1～3番（3番10号を除く））	→ 徳丸	徳丸3-32-28 特別養護老人ホームマイライフ徳丸 内	5921-1060 FAX 3933-0805
高島平1～3丁目	→ 高島平	高島平2-32-2 高島平団地1階	5922-5661 FAX 5922-5655