

板橋区

# おとしより なんでも相談

無料  
で相談できます

高齢者の健康・介護・介護予防などについての不安や悩み、  
困っていることなど、どうぞお気軽にご相談ください。

フリーダイヤル

# 0120-925-610

24時間365日  
対応します

## 相談対象

板橋区在住の以下に該当する方

- 65歳以上の高齢者の方
- 65歳以上の高齢者の家族や介護者の方
- 介護予防の相談をご希望の方 など

## 相談内容

- 高齢者の病気・健康に関する相談
- 高齢者の介護及び介護予防に関する相談
- 介護で生じるメンタル不調に関する相談
- 介護保険制度や高齢者福祉サービスに関する相談
- 夜間・休日の医療機関に関する相談

例えば、こんなお悩みを  
相談できます。



介護予防や介護って  
何から始めればいいのか？

家族の介護に  
疲れてしまって…

高齢になって  
健康に不安があります

介護と学業の  
両立が難しいです

育児をしながらの介護に  
悩んでいます



高齢者の虐待に関するご相談は**高齢者虐待専門相談**へお電話ください

TEL

# 03-5970-7348

24時間365日  
対応します