

さくいん

あ行

あんしん居住制度.....	25
あんしん認知症ガイド（認知症ケアパス）	50
板橋区介護保険苦情相談室.....	58
板橋区区民相談室.....	56
板橋区消費者センター.....	56
板橋グリーンカレッジ大学校・大学院	12
いたばし総合ボランティアセンター ..	10
いたばし認地笑（認知症）かるたの貸出	50
板橋りんりん住まいるネット（住まい探しのお手伝い）	26
一般介護予防事業（健康づくりなどの教室）	41
ウェルネス（介護予防）活動推進団体支援事業	42
栄養・食生活についての情報提供..	16
AED（自動体外式除細動器）の設置..	20
おとしより相談センター（地域包括支援センター）	54
おとしよりなんでも相談.....	55
大人の活動ガイド「ステップ」....	14

か行

介護関連事業の流れ.....	30
介護についての研修・講座.....	49
介護サービス・介護予防サービスの内容...	33
介護保険サービスに対する苦情....	58
介護保険サービス利用者負担軽減制度..	37
介護保険のサービスを利用するには...	31
介護保険料について.....	38
介護予防・生活支援サービス事業..	40
介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）	39
かくしゃく講座.....	12
家具転倒防止器具取付費用の助成..	25
紙おむつ等の支給.....	47
緊急通報システム.....	44
区立高齢者住宅（けやき苑）.....	28

敬老週間行事.....	7
敬老入浴事業.....	7
元気力（生活機能）チェックシート...	42
健康診査.....	15
権利擁護いたばしサポートセンター	57
後期高齢者医療制度.....	19
「広報いたばし」入手方法.....	21
「広報いたばし」無料送付サービス...	21
高齢者安否確認コール.....	44
高齢者虐待専門相談.....	55
高齢者等宅でのごみの戸別収集...	20
高齢者の運転免許自主返納.....	22
高齢者の暮らしを拓げる10の筋カトレーニング	14
高齢者見守りキーホルダー.....	43
こころといのちのほっとライン...	57

さ行

サービス付き高齢者向け住宅.....	26
在宅サービス（介護予防サービス含む）..	33
在宅療養に関する相談.....	19
サポートぬくもり（会員制の住民参加型有料在宅福祉サービス）	48
施設サービス.....	35
シニアクラブ（旧老人クラブ）活動	11
シニア世代活躍促進事業.....	8
シニアのスマートフォン個別相談会.....	12
住宅情報ネットワーク（民間賃貸住宅の情報提供）..	26
住宅設備改修費の助成.....	23
住宅リフォーム支援事業.....	23
シルバー人材センター.....	8
シルバーパス.....	11
生活環境を整えるサービス.....	35
成年後見制度.....	22
総合相談窓口（板橋区）.....	55

た行	
地域密着型サービス.....	35
通院困難な方への訪問歯科診療....	19
東京都介護保険審査会.....	58
投票に関する支援.....	22

な行	
日常生活用具給付.....	46
認知症フレンドリーカフェ.....	51
認知症の方の位置情報探索サービス「探せるナビ」	51
認知症サポーター養成事業.....	50
認知症てれほん相談.....	52
認知症の方を介護する家族のための講座..	53
認知症の方を介護する家族のための交流会	53

は行	
配食サービス.....	45
はつらつシニアいたばし.....	9
はり、きゅう、マッサージ・指圧施術費の助成	16
ひとりぐらし高齢者見守りネットワーク	43
福祉の森サロン事業.....	10
福祉用具展示ホール.....	49
ふれあい館.....	13
保健福祉オンブズマン制度.....	56
補聴器購入費助成.....	45

ま行	
木造住宅の耐震化促進助成.....	24
「もの忘れ相談医」による「もの忘れ相談」	52
もの忘れ・認知症の相談.....	52

や行	
家賃債務保証制度.....	27
家賃等債務保証支援.....	27
ゆるやかご近助さん養成講座.....	10
予防接種.....	17

ら行	
理美容サービス.....	47
老朽建築物等対策の支援・助成....	25
老人ホーム.....	29

わ行	
WORK'S高島平.....	9

健口カムカムコース
 元気花まるコース
 はすのみ教室・さくらテラス
 銭湯で介護予防体操 …など

● 介護予防に関する教室や講座は、「介護予防・生活支援サービス事業(P40)」、「一般介護予防事業（健康づくりなどの教室）(P41)」に掲載されています。

特殊詐欺!! ~狙われています~

電話・メールでお金の話?

- ①「オレだけど、お金を立て替えて」
- ②「キャッシュカードの交換・確認」
- ③「A T Mで還付金」



特に増えています!
「オレオレ詐欺」が

→ それは**詐欺**です

<令和6年1~12月板橋区特殊詐欺被害認知件数・被害金額>

152件・約7.4億円

(前年比15件 \uparrow)

(前年比約4.1億円 \uparrow **過去最高額**)

おかしいと思ったら、
すぐに110番通報か
警察署へ連絡を!

板橋警察署
☎ 03-3964-0110

志村警察署
☎ 03-3966-0110

高島平警察署
☎ 03-3979-0110

~板橋区の取り組み~

【簡易型自動通話録音機を無償配付】

板橋区役所南館4階②窓口・区内警察署
にて無償配付しています。

対象:65歳以上の区民の方



【特殊詐欺対策電話機等の購入補助】

特殊詐欺対策電話機等を購入した際に、
上限2,000円を補助しています。

条件:区民の方、区内の店舗で同一年度に購入したもの

お問合せ:防災危機管理課 防犯促進係 ☎03-3579-2153

いたばし健康づくりのマスコット

健ちゃん



・・・再生紙を使用しています・・・

高齢者・シニア世代生活ガイドブック

発行 板橋区健康生きがい部長寿社会推進課

〒173-8501 板橋区板橋二丁目66番1号

TEL 03-3579-2371 FAX 03-3579-4153

編集/制作 株式会社鎌倉新書

令和7年7月発行

刊行物番号 R07-13