

# 成増おとしより相談センターだより

監修：板橋区おとしより保健福祉センター 電話 03-5970-1111

発行：板橋区成増おとしより相談センター 電話 03-3939-0678

## 地震に対する 10の備え！

出典：東京消防庁ホームページ

### 身の安全の備え

- ① 家具類の転倒・落下・移動防止対策  
家具の固定・配置見直し等
- ② けがの防止対策  
ガラス飛散防止、懐中電灯・履物準備等
- ③ 家具や塀の強度を確認

板橋区では  
高齢者世帯に

## 家具転倒防止器具取付費用を助成します。

地震の時に、寝室・居室等の家具の転倒を防止する器具（L字型金具等）を取り付け、その費用を助成します。

### 【対象】

65歳以上の高齢者のみの世帯

※世帯の同居者が18歳以下の場合は対象

- ① 必ず事前に申請が必要です。
- ② ご自分で用意した器具は取付できません。
- ③ テレビなどの電化製品に器具を取り付けることはできません。
- ④ 壁や家具に直接穴をあけ、L字型金具等を取り付けます。住居が借家の場合は家屋所有者の承諾書が必要となります。

### 初期対応の備え

- ① 消火の備え（消火器準備等）
- ② 火災発生の早期発見と防止対策  
住宅用火災警報器・感震ブレーカー設置等
- ③ 非常用品を備える  
非常持ち出し品・備蓄品等

### 確かな行動の備え

- ① 家族で話し合っておこう  
避難経路・集合場所の確認等
- ② 地域の危険性を把握しておこう  
危険箇所の把握、防災マップの確認等
- ③ 防災知識を身につけておこう
- ④ 防災行動力を高めておこう

### 【助成できる費用の限度額】

<調査費用> 7000円

<工事費用等> 6500円 <合計> **13500円**

※限度額を超えた分は自己負担となります。

※助成は1世帯1回のみ。

### 【お問い合わせ窓口】

長寿社会推進課高齢者相談係：03-3579-2464

### 【申請窓口】

長寿社会推進課高齢者相談係：03-3579-2464

おとしより保健福祉センター：03-5970-1119

各おとしより相談センター

# おとしより相談センターのご案内

おとしより相談センターは高齢者の皆さまが、住み慣れた地域で安心して暮らし続けていけるよう、板橋区が設置した相談窓口です。

例えば、以下のような相談に応じています。

<p><b><u>総合相談・支援</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ 高齢となった親の様子が心配</li><li>・ もの忘れが心配</li><li>・ 風呂場等に手すりをつけたい</li></ul> <p>など</p>	<p><b><u>介護予防ケアマネジメント</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ なるべく元気に生活したい</li><li>・ 元気力向上教室に参加したい</li><li>・ 介護保険のサービスを利用したい</li></ul> <p>など</p>
<p><b><u>権利擁護</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ 将来のお金の管理が心配</li><li>・ 虐待にあっている人がいる</li><li>・ 振り込め詐欺の被害にあった</li></ul> <p>など</p>	<p><b><u>包括的・継続的ケアマネジメント</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ 住み慣れた家や地域でずっと生活したい</li><li>・ 状態が変わっても必要なサービスを受けながら家で生活したい</li></ul> <p>など</p>

上記以外の相談もお受けいたします。

「困っているが、どこに相談したらいいかわからない。」そんな方がいらっしゃいましたら、

まずは**おとしより相談センターにご連絡ください。**

## 板橋区成増おとしより相談センター

(成増地域包括支援センター)

住所：板橋区成増 4-14-18 (ケアタウン成増内)

電話：03-3939-0678

受付時間：月曜～土曜 9:00～17:00

**※ご来所される場合はお電話いただけますようお願い申し上げます**

(日曜・祝日・年末年始はお休みです)

担当地域：赤塚 3丁目、4丁目、5丁目 (18～36番)、

成増 1～4丁目

※その他の住所地の方はおとしより保健福祉センター (5970-1111) にお問い合わせください。