

ほりきり便り

高齢者総合相談センター堀切（地域包括支援センター堀切）



新年増刊号
2026年1月5日発行

【HP】

【X】



謹んで新春のご祝詞を申し上げます

旧年中は高齢者総合相談センター堀切／お花茶屋の活動に、皆さまより多大なるご協力を賜り、心より深く御礼申し上げます。

本年も、地域で生活される皆さま、高齢者の方々の「身近な相談窓口」としてお役に立てるよう、また気軽にご相談いただける環境づくりに、職員一同、いつも励んでまいります。何卒よろしくお願ひ申し上げます。

午年の勢いある歩みのように、本年が皆さまにとりまして健やかで実り多い一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。



高齢者総合相談センター堀切/お花茶屋
所長 森山 繁

高齢者総合相談センターは
葛飾区が設置する身近な「総合相談窓口」です♪

高齢者総合相談センター堀切

高齢者総合相談センターお花茶屋



住所：〒124-0006
東京都葛飾区堀切2-66-17
介護老人保健施設
葛飾ロイヤルケアセンター内
電話：03-3697-7815
FAX：03-3697-7862

住所：〒124-0003
東京都葛飾区お花茶屋2-4-23
センターフィールドビル101
電話：03-6662-7907
FAX：03-6662-7908

お気軽にご相談ください。相談は無料です。

高齢者総合相談センター堀切/お花茶屋の営業時間
月曜日～金曜日：9時～19時/土曜日：9時～17時半
※日曜祝日、年末年始はお休みです。



本年もよろしく
お願い申し上げます



1・2月の講座と事業のご案内



講座等ご参加の際にはマスクの着用、入室前の手指消毒、体温の計測をお願いしております。ご理解とご協力をよろしくお願ひいたします。

オレンジカフェほいきり ☕

日時：1/17(土) 14時00分～15時00分
2/21(土) 14時00分～15時00分
費用：100円

認知症家族会 菜の花会

日時：1/15(木) 13時30分～15時00分
費用：無料

予約不要です。お気軽にお越しください！



認知症サポータースキルアップ講座

「皆で話そう！認知症のある方へのアンガーマネジメントについて」

日時：2/28(土) 14時00分～15時30分

対象：認知症サポーター養成講座を受講した方



定員：30名（先着順）

申込開始：2/7(土)午前9時から

※上記の会場は、全て葛飾ロイヤルケアセンター1階会議室(葛飾区堀切2-66-17)

お申込み・お問い合わせ：高齢者総合相談センター堀切 ☎03-3697-7815

冬に起こりやすい事故を防いで、安全に過ごそう！

①入浴中の溺水：ヒートショック対策を万全に



- ◆入浴前後に通る部屋や廊下、脱衣所、浴室を暖めておく。
- ◆浴槽に入る前は必ずかけ湯をして身体を慣らす。お湯の温度は41℃以下にして、10分程度を目安に湯船につかる。浴槽から急に立ち上がらない。



②転倒：室内環境を整える・外出時は路面凍結などに注意

- ◆室内では床に物を置かない。動線上に電源コードを引かない。
- ◆外出時は滑りにくい靴を使用する。雨で濡れたマンホールや側溝などは滑りやすいため、避けて歩く。



③誤嚥・窒息：食べ方の工夫を

- ◆食べる前に飲み物や汁物などを飲み、喉を潤してから食べる。
- ◆一口の量は無理なく食べられる量にして、ゆっくりとよく噛んでから飲み込む。（水分で流し込まない）