

ぶんか みまもり だより

ひとり暮らし高齢者等の日常生活を安心に。墨田区の見守りサービス

救急通報システム



電話回線（携帯電話も可能）を利用した通報システムです。ボタンを押すと「受信センター（看護師）」につながり、お身体の不調の相談や、救急の場合は救急車の手配を行います。病気がある、一人暮らしだから万一にそなえておきたい等、心配な方は24時間繋がるので安心です。

あわせて、在宅時に人の動きを感知して、自動通報するセンサーを取り付けることもできます。対象年齢は65歳以上、費用負担やその他のご利用の要件があります。

電話訪問(福祉電話)

病弱等の理由で安否確認が必要な方に高齢者みまもり相談室の相談員が、週1回程度お電話します。



配食みまもりサービス

高齢者に配慮した栄養バランスのとれた食事の配達を通じて、安否確認を行います。普通食以外の選択があります。



サービスをご利用になる場合は、お体の状態、費用の負担、緊急連絡先等の要件があります。詳細は以下の高齢者みまもり相談室までご相談ください。また、見守りは日頃の生活も重要です。お住まいの地域やご近所で、気にかけてもらえるような関係を築いておきましょう。



ぶんか高齢者みまもり相談室

墨田区文花1-29-5
都営文花一丁目アパート5号棟1階
電話番号 03-3614-6511
FAX 03-6657-1431

月曜～金曜 午前9時から午後5時

(相談無料・秘密厳守) 担当地域: 文花・立花



【通信欄】



すみだの介護予防 フレイル予防プログラム

2026

フレイル予防に効果的な
「運動」「栄養」「口腔ケア」「認知症予防」
に関する多様なプログラムを開催します！
ご家族、ご友人と一緒に参加してみませんか？



主なプログラム

運動系

介護予防サポーターによるげんき応援教室
元気生き生き体操教室（柔道整復師監修）
ボディケアプログラム（フウガドールすみだ監修）
ダイナミックストレッチ（筋トレ編・柔軟編）
スロトレ（自重を使ったスロー筋力トレーニング）
すみだ体力チェックDAY（体力測定）

栄養系

すみだテイクテン教室
食の実践セミナー（認知症予防編）

口腔ケア系

歯科医師による口腔ケア講習会

認知症予防系

すみだUDeスポーツ（eスポーツ）
声出し脳トレーニング教室（健康朗読）
笑かつかフェ

※プログラム名が変更になることがあります。

お知らせ

参加費 無料
持ち物 飲み物、筆記用具、タオル
その他 詳しくは、区公式ホームページ、LINEをご確認ください。



←HPIはこちら

🔍 | 墨田区 介護予防

お問い合わせ

墨田区高齢者福祉課地域支援係

03-5608-6178

kourei hukusi@city.sumida.lg.jp