

とし

年をとった人(高齢者)が

ひと こうれいしゃ

ちか

近くに いる人 へ

ひと



こうれいしゃ

高齢者の

みまもりハンドブック

にほんご

～やさしい日本語Ver.～

豊島区

Toshima city

みんな ^{あんしん} が 安心 して

ほん もくてき
この 本の 目的

としまく ひitori せいかつ とし ひと こうれいしゃ
豊島区には 1人で 生活している 年をとった人（高齢者）
ひとり せいかつ こうれいしゃ びょうき
1人で 生活している 高齢者は、病気や けがを したり、
おお としまく す
もらえない ことが 多いです。 豊島区に 住んでいる

きゅうきゅうしゃ
救急車に ついて

- はな 話しかけても へんじが ない ■ たくさん ち 血が でている
- おお 大きな やけどを している ■ のどに たべものが つまった
- ころ 転んだまま うごかない など



☎119

きゅうきゅうしゃ
(救急車) に
でんわ
電話 してください！

暮らす ために



★ **みまもり**…だれかを ^き気をつけて ^み見ること

が たくさん います。

ひとり　せいかつ　　　　　　　　　　　ひと　き
１人で生活できなくなってもほかの人に気づいて

し　　　　　　　　　　　　　　　　　　　ほん　か
みんなに知ってほしいことがこの本に書いてあります。

☎ # 7119



とうきょう しょうぼうちやう きゅうきゅう そうだん
「東京消防庁救急相談センター」

でんわ きゅうきゅうしゃ そうだん
電話で 救急車を よぶか 相談が できます。

き 気をつけて！ ポイント10

1

ずっと
ついて



かお て あし
顔や 手、足など に
あざが ある。あざに ついて
きいても はな 話さない。

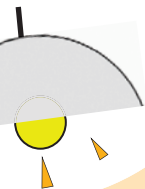
3



にち
2～3日

そと ほ
外に 干さ

いえ でんき
家の 電気 が
いる。



2

ポスト に
しんぶん てがみ
新聞や 手紙が
たくさん ある。



おな せんたくもの
同じ 洗濯物が
れている。

4



なが
長いあいだ
あ
会っていない。

5

そうだん
相談する ところは 7～10ページを みてください。 4

6

き
いつも 来ていた
ばしょ みせ
場所や お店に
こ
まったく 来ない。



7

ふく
服が
なつ
夏なのに
ふゆ
冬なのに
など



いま
今まで あいさつを していた
ひと
人が あいさつ しない。

9

かおいろ
顔色が



きゅう
急に

おかしい。

コート

はん
半そで



8



へんじ
返事が おかしい。

なんと おな はなし
何度も 同じ話を する。

わるい。

やせた。

10



そうだん
相談 できます！

き
気になる こと が あったら
そうだん ばしょ
相談 する 場所 が あります。

(7 ～ 10 ページを みてください)

なまえ い
名前は 言わなくても いいです。

つか
だれでも 使えます。

むりよう
無料です。



そうだん

ばしよ

なまえ

相談できる 場所の 名前 は

としまく

- 豊島区に 8つ あります。
- 場所… 7～10ページに 書いて あります。
ばしよ か
いえ ちか そうだん
家から 近い ところで 相談 できます。
- 時間… 8:30～18:30 (月ようび ～ 金ようび)
げつ きん
8:30～16:30 (土ようび)
ど

すがも

ちようめ にしすがも

ちようめ きたおおつか

巢鴨3～5丁目・西巢鴨1～4丁目・北大塚1・2丁目 に

す 住んでいる ひと 人

きく

その

こうれいしゃ

そうごう

そうだん

菊かおる園 高齢者総合 相談センター

にしすがも

▼西巢鴨2-30-19 ☎03-3576-2245

こまごめ

ちようめ すがも

ちようめ みなみおおつか

ちようめ

駒込1～7丁目・巢鴨1・2丁目・南大塚1～3丁目 に

す 住んでいる ひと 人

とうぶ

こうれいしゃ

そうごう

そうだん

東部 高齢者総合 相談センター

みなみおおつか

▼南大塚2-36-2 ☎03-5319-8703

こうれいしゃ

そうごう

そうだん

「**高齢者 総合 相談センター**」です！

よる におそい とき や 日ようび、 祝日 など は
にち しゅくじつ
でんわ
☎0120-580-210 に 電話を してください。

きたおおつか ちょうめ かみいけぶくろ ちょうめ ひがしいけぶくろ ちょうめ

北大塚3丁目・上池袋1～4丁目・東池袋1～5丁目 に

ちゅうおう

こうれいしゃ そうごう

そうだん

す 住んでいる ひと

中央 高齢者総合 相談センター

ひがしいけぶくろ

▼東池袋1-39-2 ☎03-5985-2850

みなみいけぶくろ ちょうめ ぞうしがや

ちょうめ

南池袋1～4丁目・雑司が谷1～3丁目・

たかだ ちょうめ めじろ ちょうめ

高田1～3丁目・目白1・2丁目 に

す 住んでいる ひと

もり

こうれいしゃ そうごう

そうだん

ふくろうの杜 高齢者総合 相談センター

みなみいけぶくろ

▼南池袋3-7-8 ☎03-5958-1208



そうだん ばしよ なまえ
相談できる 場所の 名前は

にしいけぶくろ ちょうめ いけぶくろ ちょうめ めじろ ちょうめ
西池袋1～5丁目・池袋3丁目・目白3～5丁目 に
す ひと
住んでいる 人

としまく いしかい こうれいしゃ そうごう そうだん
豊島区 医師会 高齢者総合 相談センター

にしいけぶくろ
▼西池袋3-22-16 ☎03-3986-3993

いけぶくろ ちょうめ いけぶくろほんちょう ちょうめ
池袋1・2・4丁目・池袋本町1～4丁目 に
す ひと
住んでいる 人

さと こうれいしゃ そうごう そうだん
いけよんの郷 高齢者総合 相談センター

いけぶくろほんちょう
▼池袋本町1-29-12 ☎03-3986-0917

なまえ い
★ 名前は 言わなくても いいです。
むりよう
★ 無料です。

こうれいしゃ そうごう そうだん

「高齡者総合相談センター」です！

みなみながさき

ちょうめ ながさき

ちょうめ

南長崎1～6丁目・長崎2～6丁目 に

す ひと
住んでいる 人

むら

こうれいしゃ そうごう

そうだん

アトリエ村 高齡者総合相談センター

ながさき

▼長崎4-23-1

☎03-5965-3415

ながさき ちょうめ

ちはや

ちょうめ かなめちょう

ちょうめ

長崎1丁目・千早1～4丁目・要町1～3丁目・

たかまつ

ちょうめ

せんかわ

ちょうめ

す

ひと

高松1～3丁目・千川1・2丁目 に 住んでいる 人

せいぶ

こうれいしゃ

そうごう

そうだん

西部高齡者総合相談センター

ちはや

▼千早2-39-16

☎03-3974-0065

つか

★ だれでも 使えます。

ひと

はなし

★ くわしい 人が 話を ききます。



119

しょうぼう きゅうきゅう

消防・救急

かじ

・火事が おきた

びょうき

おも

・けがや 病気が 重い



#7119

とうきょうしょうぼうちよう

東京消防庁

きゅうきゅうそうだん

救急相談センター

そうだん

相談 したい

きゅうきゅうしゃ

・救急車を よぶか



110

けいさつ

警察

・とても きけん な

ことが おきている



#9110

けいしちようそうごう

警視庁総合

そうだん

相談センター

そうだん

・どこに 相談 すれば

いいか ききたい



みんせいいいん

じどういいん

民生委員・児童委員

せいかつ

・生活で こまったことが ある とき

す

ひと

そうだん

・ちかくに 住む人に 相談したい とき

としまく

ふくし

そうむ

か

豊島区 福祉総務課 ☎03-3981-1722へ

でんわ

電話して ください。

セーフコミュニティとしま 発行：高齢者の安全対策委員会

事務局：豊島区 福祉部 高齢者福祉課 ☎03-4566-2429