

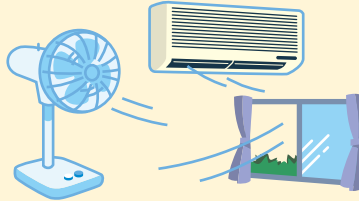
熱中症に注意しましょう！

高齢者の方は、暑さやのどの渇きを感じにくかったり、汗をかく機能が低下していたりするので、特に注意が必要です。

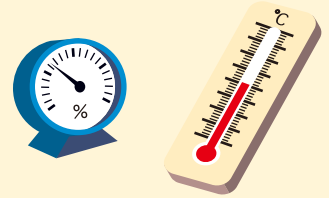
熱中症を予防するため、以下のことを心がけましょう！



こまめに水分補給する



部屋の風通しをよくしたり、エアコンや扇風機をうまく使う



部屋の温度・湿度をこまめに測る



涼しい服装をし、
外出時は日傘、帽子を利用する



外出の際は
こまめに休憩をとる



涼しい場所、施設を利用する

地域包括支援センター所在地

地域包括支援センターとは、地域で暮らす高齢者の方々の生活を、介護や健康などさまざまな面から支援する総合機関です。福祉や保健の専門職員がチームとなって、高齢者が可能な限り住み慣れた自宅や地域で生活ができるように、関係機関と連携しながら業務を行なっています。ご本人のほか、ご家族や地域の皆様もお気軽に、お近くのセンターをご利用ください。

名 称	所 在 地	電 話	主 な 担 当 地 域
あさくさ 地域包括支援センター	浅草 4-26-2	3873-8088	浅草・千束・花川戸
やなか 地域包括支援センター	谷中 2-17-20	3822-1556	池之端・上野公園・上野桜木・谷中
みのわ 地域包括支援センター	三ノ輪 1-27-11	3874-9861	下谷(3丁目)・日本堤・ 根岸(4・5丁目)・三ノ輪・竜泉
くらまえ 地域包括支援センター	蔵前 2-11-3	3862-2175	浅草橋・雷門・蔵前・小島・寿・ 駒形・鳥越・三筋・柳橋
まつがや 地域包括支援センター	松が谷 4-4-3	3845-6505	入谷・北上野・下谷(1・2丁目)・ 西浅草・根岸(1・2・3丁目)・松が谷
たいとう 地域包括支援センター	台東 1-25-5	5846-4510	秋葉原・上野・台東・東上野・元浅草
ほうらい 地域包括支援センター	清川 2-14-7	5824-5626	今戸・清川・東浅草・橋場