

高齢者のみなさまが 住みなれた地域で
安心して 自分らしく いきいきと 暮らしていくために

地域包括支援 センター

をご利用ください。

(医療と介護の相談窓口)

地域包括支援センターは、高齢者とその家族の生活を支える地域の窓口です。
介護・福祉・健康・医療など、さまざまな分野から総合的に支援します。お気軽
にご相談ください。

悩みや心配ごとを解決するために

高齢者の暮らしや介護に関するさまざまな
問題を解決するための相談窓口です。

- 介護サービスを知りたい
- 将来、自宅で暮らし続けられるか不安…

自分らしく暮らしていくために

在宅療養や認知症に関して、
日常的・専門的な相談支援を行います。

- 自宅で医療や介護を受けながら暮らし続けたい
- 最近ものの忘れが多い

地域から孤立する ことがないように

ひとり暮らし高齢者
等の自宅を訪問し、
必要な支援につなげ
ます。

元気で自立した 生活をおくるために

介護が必要な状態に
ならないように、「健
康づくり」「介護予
防」を支援します。

高齢者と 地域をつなげるために

支援が必要な高齢者を地域活動団体へ、
元気な高齢者を地域の活動へつないでいきます。

- こんな生活支援をしてくれる団体などは近くにないか？
- 高齢になっても元気！地域で何か活動がしたい
- 活動団体同士でつながりたい

安心していきいきと 暮らしていくために

お金や財産管理、虐待の不安など
高齢者のみなさまの権利を守ります。

- 虐待にあっているのでは？
 - 悪質な訪問販売の被害にあった
 - 将来の財産管理が不安
- 地域包括支援センターは、高齢者虐待の通報窓口です。

地域包括支援センター（医療と介護の相談窓口）

基本地区	センター名	所在地	電話番号	担当地域
1 練馬	①第2育秀苑	羽沢 2-8-16 (特別養護老人ホーム内)	5912-0523	旭丘、小竹町、羽沢、栄町
	②桜台	桜台 1-22-9 (桜台地域集会所内)	5946-2311	桜台
	③豊玉	豊玉南 3-9-13 2階 (デイサービスセンター内)	3993-1450	豊玉中、豊玉南
	④練馬	練馬 2-24-3 (デイサービスセンター内)	5984-1706	練馬
	⑤練馬区役所	豊玉北 6-12-1 (練馬区役所東庁舎 5階)	5946-2544	豊玉上、豊玉北
	⑥中村橋 ※	貫井 1-36-18 (サンライフ練馬 3階)	3577-8815	貫井、向山
	⑦中村かしわ	中村 2-25-3	5848-6177	中村、中村南、中村北
2 光が丘	⑧北町	北町 2-26-1 (北町地区区民館内)	3937-5577	錦、北町1～5・8、平和台
	⑨北町はるのひ	北町 6-35-7 (北保健相談所内)	5399-5347	氷川台、早宮、北町6・7
	⑩田柄	田柄 4-12-10 (特別養護老人ホーム内)	3825-2590	田柄1～4、光が丘1
	⑪練馬高松園	高松 2-9-3 (特別養護老人ホーム内)	3926-7871	春日町、高松1～3
	⑫光が丘	光が丘 2-9-6 (光が丘区民センター 2階)	5968-4035	光が丘2・4～6、旭町、高松5-13～24番
	⑬光が丘南	光が丘 3-3-1-103号	6904-0312	高松4・5-1～12番、田柄5、光が丘3・7
	⑭第3育秀苑	土支田 1-31-5 (特別養護老人ホーム内)	6904-0192	土支田、高松6
3 石神井	⑮高野台西	高野台 5-24-1 (デイサービスセンター内)	6913-1515	谷原、高野台2～5
	⑯高野台	高野台 1-7-29 (練馬高野台駅前地域集会所内)	5372-6300	富士見台、高野台1、南田中1～3
	⑰石神井	石神井町 3-30-26 (石神井庁舎 4階)	5923-1250	三原台、石神井町、石神井台1・3
	⑱moi (モア)	下石神井 3-6-13 (特別養護老人ホーム内)	3996-0330	下石神井、南田中4・5
	⑲第二光陽苑	関町北 5-7-22 (特別養護老人ホーム内)	5991-9919	石神井台2・5～8、関町東2、関町北4・5
	⑳関町	関町北 1-7-2 (関区民センター 1階)	3928-5222	関町北1～3、関町南2～4、立野町
	㉑上石神井	上石神井 1-6-16 (上石神井南地域集会所内)	3928-8621	上石神井、関町東1、関町南1、上石神井南町、石神井台4
4 大泉	㉒やすらぎミラージュ	大泉町 4-24-7 (特別養護老人ホーム内)	5905-1190	大泉町1～4
	㉓大泉北	大泉学園町 4-21-1 (大泉北地域集会所内)	3924-2006	大泉学園町4～9
	㉔大泉学園通り	東大泉 3-53-1 (東大泉地区区民館内)	5933-0156	大泉学園町1～3、大泉町5・6、東大泉3-52～55番、3-58～66番
	㉕南大泉	南大泉 5-26-19 (南大泉地域集会所内)	3923-5556	西大泉、西大泉町、南大泉5・6
	㉖大泉	東大泉 1-28-1 (リスモ大泉学園 2階)	5387-2751	東大泉1・2、東大泉3-1～51番、3-56～57番、東大泉4～6
	㉗やすらぎシティ	東大泉 7-27-49 (特別養護老人ホーム内)	5935-8321	東大泉7、南大泉1～4

※令和7年11月、中村橋区民センター（貫井1-9-1）に戻る予定。詳細は区ホームページをご覧ください。

ご相談は、担当地域にかかわらず、どのセンターでもお受けします。

受付時間

月曜～土曜日 午前8時30分～午後5時15分

(祝休日および12月29日～1月3日を除く)

上記の時間外でも、高齢者虐待等の緊急を要するご連絡は、
各地域包括支援センターに電話でご連絡ください。

