



豊島区民社協キャラクター
ふくじい

コミュニティソーシャルワーカー

CSW 通信

7 月号

CSW (コミュニティソーシャルワーカー) とは・・・

福祉に限らず暮らしのこと全てのご相談に対して、一人ひとりの生活や思いに寄り添いながら地域のみなさんや関係機関・団体等と協力して、解決に向けたお手伝いをしています。

CSW は、8 か所の区民ひろばに常駐しています。(豊島区から受託)



大正大学学生出前定期便

スマホ相談会開催!

スマホや PC 等に関して、CSW が相談を受けることが多くなってきたことをきっかけに、令和4年にスタートした「スマホ相談会」。今回で8回目の開催となりました。参加された方からは「また参加したい」「学生が丁寧に教えてくれて嬉しかった」など、嬉しい声をいただいています。

6月6日(木)13:30~15:30 区民ひろば西巢鴨第一にて、令和6年度第1回スマホ相談会を開催しました!

今回は、4名の方が参加し、スマートフォンの基本操作や LINE などのアプリ操作、QR コードの読み取り方など、様々な質問が飛び交っていました。



大正大学の学生が無料で行う
スマホ相談会のお知らせ

スマホでお困りの方へ!
大正大学の学生出前定期便を担当する学生が、スマホ相談会を実施します。
予約制の1人20分程度、1対1での個別相談会です。
スマホの詳しい方からお困りごとまで、無料で相談いただけます。
是非お気軽にお申込みください。

【場所・日時】

場所: 区民ひろば西巢鴨第一2階
(西巢鴨2-35-3)

日時: 6月6日(木)
13時30分~15時30分

定員: 6名

利用したいという方は、下記までご連絡ください。

受付・相談先: 豊島区民社会福祉協議会CSW担当 石森
(豊島区西巢鴨2-35-3 区民ひろば西巢鴨第一内)
03-6845-0148 月~金曜日 9時~17時

協力: 豊島区民社会福祉協議会 CSW西巢鴨



個別相談



次回のスマホ相談会は、
秋ごろを予定しています。



「学生出前定期便」では、大正大学の学生が大学周辺の地域にお住まいの方の自宅を訪問し、日常生活における小さな困りごとの手助けを行っています。

予約不要 暮らしの何でも相談会

日時: 7月19日(金)

15:00~16:00

場所: **区民ひろば西池袋**

(西池袋 2-37-4 IKE・Biz 2階)

CSWがお話を伺い、関係機関や地域情報などを
ご紹介します。お気軽にお越しください。

要予約 スマホの相談会

日時: 7月10日(水)

①14:00-14:40 ②14:50-15:30

場所: **区民ひろば西池袋** (西池袋 2-37-4

IKE・Biz 2階)

※申込開始: 6月24日(月)

※申込方法など詳細はお問い合わせください。

※上記日程でご都合がつかない場合でも、相談は受け付けています。電話相談や訪問も行っておりますので、ご連絡ください。

熱 中 症

啓 発 活 動



高齢者クラブ「友引の会」で、医師会見守り担当と、熱中症啓発活動をしました。寸劇とクイズを交えながら、「熱中症 た い さ く」について皆さんと一緒に楽しく学びました！

た びたびこまめに水分補給

摂るべき水分量

1.2リットル

コップ約 6 杯 / 1 日

※持病があり水分制限がある方は、かかりつけの先生と相談を。

い えの中でも要注意

熱中症の起こりやすい場所

第1位 住居

第2位 道路・交通施設

第3位 公園等

※R5 東京消防庁データ

※高齢者になると 30℃を超えていても暑いと感じにくい傾向があるので注意が必要です。

さ かなもお肉もバランスよく

- カリウム(塩分補給)
→トマト、スイカ、大豆製品、イモ類など
- ビタミン B1(疲労回復)
→豚肉、ウナギなど
- ビタミン C(疲労予防)
→ピーマン、ブロッコリー、柑橘系の果物など

< ーラー上手に使いましょう

室温 : 28℃以下

湿度 : 40-60%

※エアコンの設定温度を 28℃にしても、室温が 28℃になるとは限らないので要注意！

「た い さ く」を覚えていただいて、この夏を元気に乗り切りましょう～！

社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会

CSW豊島区医師会圏域担当

(区民ひろば西池袋内)

開所時間 月～金 9:00～17:00

(祝日・年末年始除く)

TEL: 03-6866-2950

メールアドレス: csw_nishiike@t.toshima.ne.jp

メールアドレス
読み取りコード



豊島区民社協 SNS やってます

豊島区民社協では、
X、Instagram、LINE でも
情報発信を行っています。
ぜひ覗いてみてください♪

➡社協公式 SNS はこちら！

