令和8年度　新宿区介護者講座

# 高齢者の足と皮膚に起こるトラブルとケア

高齢者の足のトラブルは転倒や寝たきりの原因となります。ご自宅でできるフットケアを講師の先生からわかりやすくお伝えします。



**【日時】令和8年12月10日(木)　13時30分～15時30分**

13時15分より受付開始

※講座終了後に介護者家族会のミニ交流会を行います。ぜひご参加ください。

**【会場】四谷保健センター等複合施設　５階多目的室**

※地図等の詳細は裏面をご参照ください

**【講師】**LE在宅・施設訪問看護リハビリステーション　菊地佑磨氏（看護師）

**【対象】**区内に在住で高齢者を介護しているご家族、介護にご興味のある方

先着30名

**【参加費】**　無料

**【申込開始日】**令和８年11月17日(火)から　電話またはＦＡＸにて

ご家族の介護で参加困難な方は、デイサービスやヘルパーサービスの派遣が利用できる場合があります。

また手話通訳、要約、筆記の配慮が必要な方は11月26日（木）までにご相談ください。

**【申込先】**

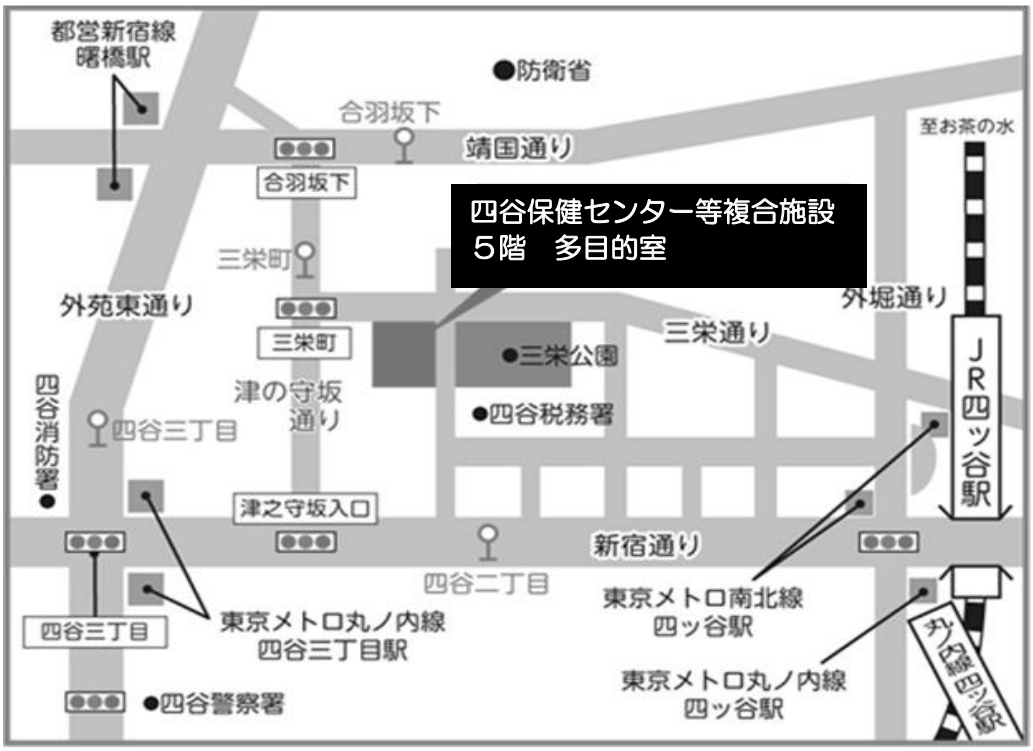
新宿区四谷高齢者総合相談センター　(担当：梅澤、西川)

**電話　：03－5367－6770　FAX：03－3358－6922**

受付時間　平日・土曜日・祝日９時～17時30分

# 会場案内

**四谷保健センター等複合施設**　新宿区四谷三栄町10番16号




※駐車場はございませんので公共交通機関をご利用ください。
※アクセス等で不明点がございましたらお申込みの際にご相談ください。

## [最寄り駅]

JR・地下鉄
**東京メトロ丸の内線**　「四谷三丁目駅」４番出口　徒歩５分
**都営地下鉄新宿線**　「曙橋駅」Ａ４出口　徒歩１０分
**JR・東京メトロ南北線**「四ツ谷駅」２番出口　徒歩１０分

都バス
**宿７５系統**　「四谷二丁目」「三栄町」　徒歩２分
**早８１・品９７系統**　「四谷三丁目」　徒歩５分
**高７１系統**　「合羽坂下」　徒歩８分

---

FAX用　参加申込書

送り先：四谷高齢者総合相談センター　FAX:03-3358-6922

お名前 _____

ご住所 _____

連絡先 _____