

ケア24久我山だより

発行：杉並区地域包括支援センター ケア24久我山
【電話 03 - 5346 - 3348】

No.59
【平成30年7月発行】

♪ あんしん協力員になりませんか♪

杉並区では、高齢者が孤立した状況にならないように地域の住民の方が、見守りを行うたすけあいの事業「たすけあいネットワーク(地域の目)」を行っており、地域の高齢者の見守りや声かけをする区民ボランティアを募集しています。

お問い合わせ・お申込みは、
ケア24久我山へ！！

☎5346-3348



● あんしん協力員とは…？

地域の高齢者の見守り、声かけを行うボランティアです。

● 活動内容は…？

◆ 地域の高齢者の見守りを行い、気になることがあった場合、ケア24への情報提供を行います。

- ・ ゆるやかな見守り ・ ・ 地域の高齢者等支援の必要な方を日常生活を通して見守り、発見、ケア24へのつなぎを行います。
- ・ 個別の見守り ・ ・ 見守り希望登録者への定期的な訪問による見守りを行います。見守り方法や頻度はそれぞれ異なります。

◆ 地域の情報を共有するための連絡会に出席します。

【見守られたい方の登録も募集中です！】

対象者

- ・ 65歳以上の高齢者の方
- ・ おひとり暮らし、高齢者のみの世帯の方

※原則として介護保険サービス等を利用している方は除きます。



たすけあいネットワーク
(地域の目)キャラクター
【みまもりまりもちゃん &
みまもりまりんちゃん】

「平成30年度ミニ地域懇談会」開催報告

『サロン運営について』

●第一部

☆きずなサロン「宮三・ほっぺ」の活動内容 村田氏
☆久我谷山1丁目第二アパート「とくし丸」移動スーパーの活動内容 小山氏

●第二部：参加者23名 4グループに分かれて主題についてフリートークの時間を持ちました。

☆サロンは不特定多数の人が来るので会場の管理が大変。

☆男性が集まるきっかけは、遊び場的にすることは？

☆会場を探すのが大変。

☆お茶会でなく、お酒（新酒）の会やおつまみ会など。

☆何かものを作る会などがあっても？

などなど地域の方たちと話をすることで、その活動につながっていくことを改めて感じた時間でした。



地域サロン運営のために空き家や空き部屋を募集しています！



次回のご案内

日時：9月5日（水）午後2時から3時30分

場所：さんじゅ久我山食堂（神田川側からお入りください）

希望者はケア24久我山までご連絡ください。



立教通り親和会勉強会

～フレイル予防で健康長寿～

まだまだなじみのない言葉「フレイル」。フレイルの概念を周知し、フレイルとは何かを理解する。健康長寿に過ごすため、はつらつ生活を送るために予防の習慣や運動を自分の健康観を振り返りながらケア24久我山の保健師とともに勉強する時間を共有しました。

立教通り親和会の方々20名が参加していただき、有意義な時間を過ごさせていただきました。



ケア24久我山は、高齢者の方の総合相談窓口です
お気軽にご相談ください！

●担当地域

久我山1～5丁目、宮前5丁目、松庵1丁目

●窓口受付時間

【月～金】9時～19時

【土】9時～13時

●電話・所在地

5346-3348

特別養護老人ホームさんじゅ久我山内1階
(久我山3-47-16)

