

高齢者が心豊かに暮らせるように

地域での生活を支援します

高齢者が安心して元気に暮らせるように、地域での生活を支援する窓口を紹介します。

高齢者の身近な相談窓口

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者のための総合的な相談・支援窓口です。

介護予防の取り組み

介護などに関する相談や悩みがあれば、各地域を担当するセンターへ電話するか、直接お越し下さい。専門職員(主任介護支援専門員、保健師・看護師、社会福祉士)が相談に応じ、適切なサービスにつなげていきます。

*地域包括支援センターには、高齢者みまもりステーションを併設しています



▶ひざ痛予防教室の様子

地域包括支援センターでは、高齢者の皆さんが地域で自立した生活が続けられるように、ひざ痛予防教室や認知症予防教室、健康に関する出張講座などの介護予防事業を実施しています。

●ひざ痛予防教室
専門の講師がストレッチや筋力アップなどの体操や、痛みの要因についての講義を行います。

●認知症予防教室
認知症についての知識や予防、認知症の方への対応方法などを学習します。

*各地域包括支援センターが独自に開催しているサロンなどもあります

高齢者の権利擁護

高齢者の皆さんが安心して住み慣れた地域で暮らし続けることが出来るように、成年後見制度や消費者被害などの相談に応じ、高齢者の権利を擁護するための援助を行います。

また、高齢者虐待の早期発見と防止等の活動に努め、対応します。

▶認知症予防教室の様子



- 問合せ
- ▼南千住地域包括支援センター (南千住3-14-7 (サンハイム荒川内)) ☎(3805) 5702
 - ▼荒川地域包括支援センター (荒川5-47-2 (花の木ハイム荒川内)) ☎(5855) 3323
 - ▼町屋地域包括支援センター (町屋7-10-6 (さくら館内)) ☎(3894) 3568
 - ▼東尾久地域包括支援センター (東尾久3-31-8) ☎(5855) 8513
 - ▼西尾久地域包括支援センター (西尾久1-1-12 (信愛のぞみの郷内)) ☎(3893) 3555
 - ▼東日暮里地域包括支援センター (東日暮里3-8-16) ☎(5615) 3171
 - ▼西日暮里地域包括支援センター (西日暮里5-35-5) ☎(3807) 3828

荒川ボランティアセンター

いつでも、どこでも、誰でも参加出来るボランティア活動を幅広く支援しています。

●地域や施設での主な活動

- ▽高齢者や障がい者の話し相手、外出の付き添い
- ▽子どもたちの見守り、遊び相手
- ▽福祉施設運営の手伝い
- ▽趣味や技術を生かした活動(音楽、スポーツ、華道、書道、園芸、演芸、パソコン、絵画、裁縫、将棋、囲碁、料理など)

●自宅や会社での活動

- ▽使用済み切手等の収集
- ▽募金活動
- 災害・防災ボランティア
- 国際協力活動
- ▽海外支援活動
- ▽地域在住の外国人への支援

問合せ 荒川ボランティアセンター
1 (南千住1-13-20 社会福祉協議会内3階)
☎(3802) 3338
FAX (3802) 3831



▶傾聴ボランティアの様子

あらかわ地域活動サロンふらっと・フラット

ボランティア活動などの地域活動に関する情報提供や相談を行っています。自由に利用出来るオープンスペースです。

問合せ あらかわ地域活動サロン
ふらっと・フラット(荒川3-49-1 荒川区立生涯学習センター11階)
☎(3891) 8571
FAX (3891) 8572

*土・日曜日、祝日等を除く午後1時~7時まで(第1・3水・金曜日は、午後9時まで)



▶オープンスペースは、グループの打合せなど、自由に利用出来ます

介護サービス 永年勤続従業者 表彰受賞者



▶従業者表彰の様子

10月14日に、長年にわたり区内で介護保険サービスに従事し、地域の高齢者福祉に力を尽くされていく方々42人を表彰しました(敬省略)。

■訪問介護員

- ▽佐久間ふみ子▽片庭久代
- ▽田中和子▽柴田繁子
- ▽渡邊いづみ▽川島陽子
- ▽安西シズ子▽吉住ナミ子
- ▽五十畑清美▽江幡陽子
- ▽吉村純子▽田辺朋代
- ▽大江はる子▽松崎千代子
- ▽杉本久子▽萩原秋子
- ▽兵藤ひろ子▽安田育子
- ▽後藤るみ子

■施設介護職員

- ▽瀬端未央▽石渡康子
- ▽小林眞智子▽内田芳美
- ▽駒谷みち子▽手塚なな

■看護師

- ▽武田一真▽小林キヨエ
- ▽川瀬美代子

■介護支援専門員

- ▽田中尚美▽相磯芳江
- ▽平原とも子▽山本陽子
- ▽山川亜紀子▽久田麻美

■栄養士

- ▽野村涼子

■福祉用具専門相談員

- ▽杉本誠一郎

■機能訓練指導員

- ▽松本匡由

問合せ 介護保険課
☎内線2436

ケアラズカフェ からしだねの家

要介護の高齢者や障がいのある方を介護している家族等を対象としたカフェです。コーヒーを飲んで、会話をしながら一息つきませんか。

直接会場へお越し下さい。

日時 11月18日(火) 午後1時~4時(時間内は出入り自由)
会場 からしだねの家(東尾久6-15-3)
費用 100円(コーヒー代等)
問合せ 荒川区社会福祉協議会 ☎(3802)3338 FAX(3802)3831

尿失禁予防 講演会(無料)

「夜、何度もトイレに行き、よく眠れない」「咳をした時ふいに尿がもれてしまう」などの尿トラブルは、閉じこもりや体調を崩す原因にもなります。尿トラブルの改善策について話します。

日時 12月12日(金) 午後2時~4時
会場 アクト21
対象 区内在住・在勤の方、80人(申し込み順)
講師 東京女子医科大学 東医療センター泌尿器科医師・巴ひかる氏
申込み・問合せ 高齢者福祉課 ☎内線2666