



発行：杉並区地域包括支援センター ケア24高井戸  
(杉並区高井戸西1-12-1 社会福祉法人浴風会東京センター内)  
Tel 03-3334-2495 発行日：令和 3年 4月13日



## これからの夢やライフをかんがえましょう

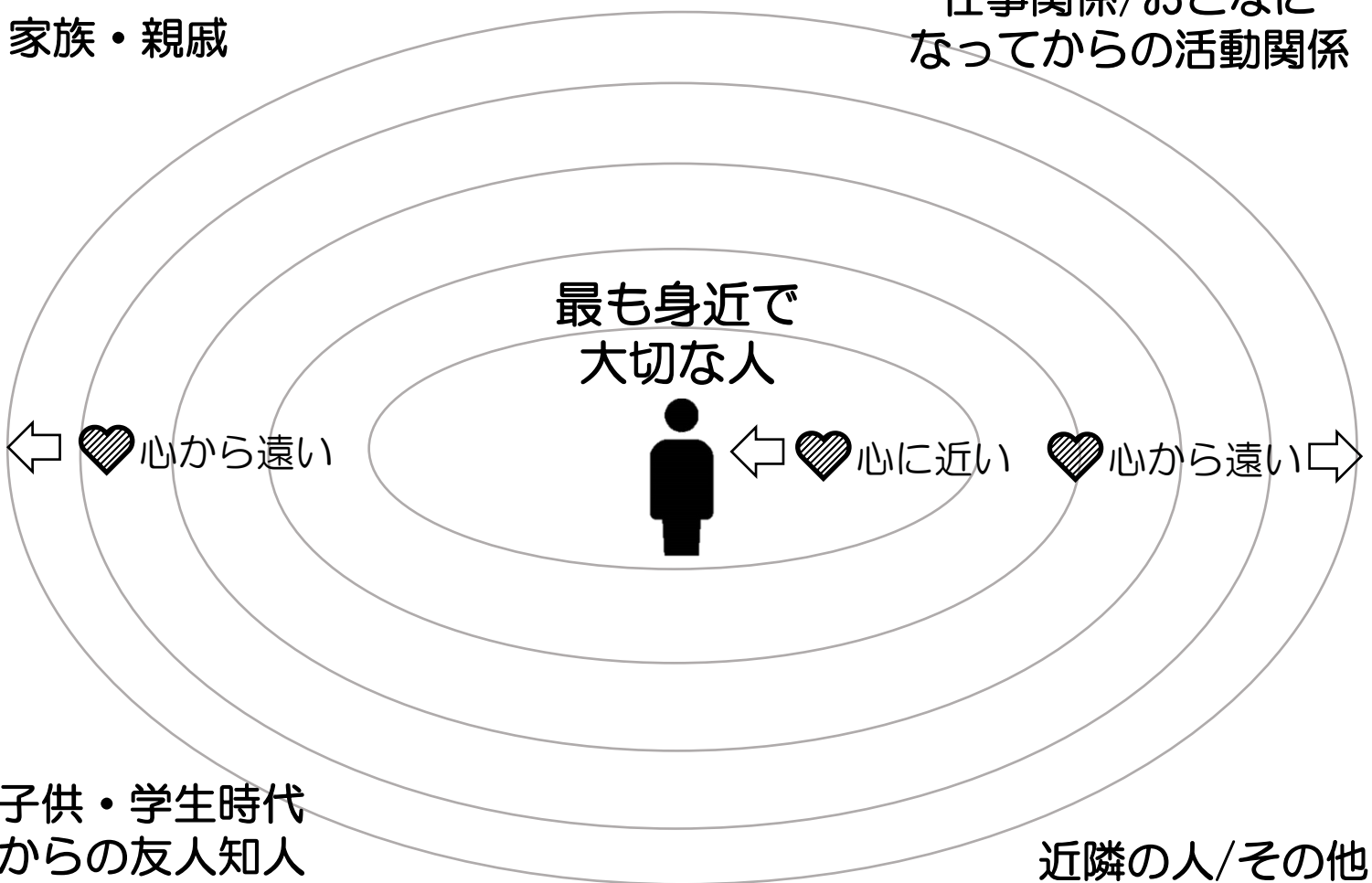
### 50代・60代のみなさまへ

今や人生100年時代と言われています。50歳は人生のハーフタイムです。いくつになってもいきいきと活躍できるように、現役時代から老後のライフプランを考えてみませんか？

今、自分の周りにはいるたくさんの友人知人。困ったときに頼りになったり相談したりできる関係は誰でしょう。整理して記入してみましよう。

家族・親戚

仕事関係/おとなになつてからの活動関係



地域包括支援センターケア24高井戸は高齢者やその家族の方が困ったときに相談できる身近な窓口です。これからの生活の事を一緒に考えていきましょう。お気軽にご連絡下さい。相談無料です。

杉並区から委託を受けて運営しています。

窓口受付時間 \*日曜・祝日は休み  
月～金曜日 9:00～19:00  
土曜日 9:00～13:00

ケア24高井戸 ☎ 3334-2495

# 事業所連絡会



令和3年2月22日、3月26日に

 ZOOMを使い初のリモートで開催しました。

毎年、地域の事業所（デイサービス、訪問介護、福祉用具等）の方々と情報交換の連絡会を開催して来ましたが、昨年度は、新型コロナの影響で、大勢集まっていたのが難しくなりました。

しかし、こんな時だからこそ、情報交換の必要性を感じて、社会福祉協議会のご協力を得て初めてリモートで開催しました。

人との関わりを遠ざけてしまった「コロナ」の影響で、体力の低下や認知症の進行に陥る方への支援等、事業所の役割の重要性も再確認しました。

今後も地域の中でお互いのできる事を考えて行く為に、連絡会の開催を継続して行きます。

## 「ふじみがおか」地域を考える会

令和3年3月29日開催 名称を決めました。

平成31年2月にこれからの「地域のこと」を考える会（仮称）を設置し、自分達が暮らす地域が住みやすくなるように、地域の状況を知り、資源や仕組みを一緒に考え、自分達で出来る事を検討してきました。

コロナ禍の令和2年度は、地域の現状と課題の共有の為に、少人数で開催しました。

ケア24高井戸が担当する地域の中でも町会ごとに課題と感じている事に違いがあり、地域の中で少しずつ、何かをしたいという人達が動き始めていることがわかりました。どの地域でも単身者が多くなり、家族が近くにいない等孤独化している。商店も少なく、日中地域で子供や高齢者等の見守りが難しいという課題があることで一致しました。学校区や区界の問題も出されました。

これからさらに地域でできることを考えていきたいと思います。

**今年も地域の中で考える場を設ける予定です！**