

ケア24高井戸

たより

第84号
夏号

(発行:令和5年夏)

「チームオレンジ高井戸」とは、認知症サポーターのステップアップ講座を受けた方を中心とした、地域で支え合うためのチームです。チームオレンジ高井戸の有志で今年の5月から、「だれでもロビーカフェ」を始めました。地域の人が誰でも気軽におしゃべりに来られる場を目指しています。

だれでも

ロビーカフェ

OPEN



場所・・・ケア24高井戸前ロビー
(浴風会西門そばの認知症介護研究研修東京センター1階)

参加費・・・無料

★お飲み物をご持参ください(2階に自販機あり)

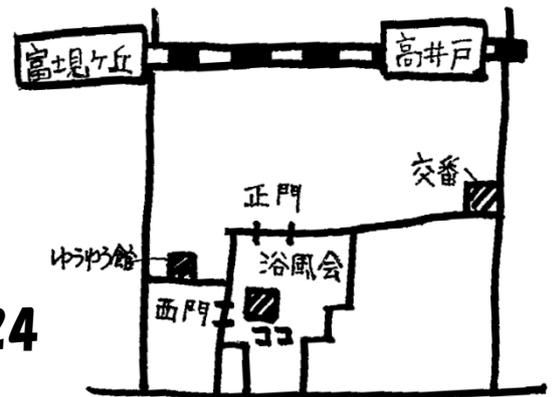
誰かと話をしてみたい
誰かの声を聞いていたい
私の話を聞いて欲しい

笑い声のあふれる 優しい空間をめざして、
ロビーカフェをオープンします。お待ちしております。

予定:第4金曜日(除く2月)14時~15時半

7/28、8/25、9/22、10/27、11/24

12/22、1/26、2/16、3/22



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 TEL 03-3334-2495

窓口受付時間:月曜日~金曜日 9:00~19:00

土曜日 9:00~13:00

日曜日・祝日・年末年始は休み

夜間、日曜日、祝日および年末年始も電話でのご相談は24時間受け付けています。

ゆうゆう館とケア24高井戸の協働事業を行う中で、地域の事業所の協力により始まった講座をご紹介します。



からだケア体操



ゆうゆう高井戸西館・浴風会・ケア24高井戸共催

浴風会の機能訓練指導員が楽しく簡単にできる体操の指導を行っています。一緒に楽しく体を動かしませんか。

会場: ゆうゆう高井戸西館

定員: 15名(申込順)

費用: 1回100円

日時: 第4火曜日 14:00~15:00

【令和5年度日程】

7/25, 8/22, 9/26, 10/24, 11/28

12/26, 1/23, 2/27, 3/26

お問い合わせ ゆうゆう高井戸西館

連絡先 ☎03-3332-1076



人生二度目の義務教育

ゆうゆう上高井戸館・ケア24高井戸 協働事業

人生100年時代。共に学びながらこれからの暮らしを考えることを目的に昨年に引き続き講座を開催しています。老後に役立つ知識が学べます。

会場: ゆうゆう上高井戸館

定員: 15名(申込順)

費用: 1回100円

期間: 令和5年9月~令和6年2月 14:00~15:30(原則)

【令和5年度日程と内容】

9/28(木)「介護保険」, 10/26(木)「福祉用具」, 11/30(木)「フレイル予防」

1/25(木)「認知症」, 2/7(水)14:00~15:00「小規模多機能みたけの見学企画」

2/29(木)「看取り」

お問い合わせ ゆうゆう上高井戸館

連絡先 ☎03-3306-0441



詳しくは広報すぎなみ(8月15日号)をご確認の上、お申し込みください