



《家族介護教室のお知らせ》

～これからの住まいを考える老人ホームの探し方～

「老人ホームってどう探すの?」「どんな種類があるの?」
いざという時に慌てないために、老人ホームの種類や特徴、探し方のポイントを分かりやすく解説します。有料老人ホーム紹介センターの相談員を講師に迎え、住まい選びの基本を学べる講座です。ご家族の住まいについて考えたい方もぜひご参加ください。

○開催日時：令和8年5月26日(火) 14:00～15:30

○講師：株式会社ソナエル相談員 三鬼 葉留香氏

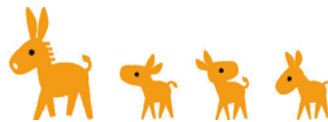
○会場：浴風会内 認知症介護研究・研修東京センター 3階 第2会議室

○定員：20名

○申し込み：ケア24高井戸 ☎03-3334-2495

だれでも

ロビーカフェ²⁰²⁶



おしゃべりの後は、
簡単な体操をしたり、
歌を歌ったりしています

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 ★飲み物はご持参ください(2階に自販機あり)

日時：第4金曜日 14:00～15:30 ※下記は令和8年度日程

4/24	5/22	6/26	7/24	8/28	9/25
10/23	11/27	12/25	1/22	2/26	3/26

発行：杉並区高齢者総合相談窓口 ケア24高井戸 (地域包括支援センター)

杉並区高井戸西1-12-1 TEL 03-3334-2495

窓口受付時間：月曜日～土曜日 9:00～17:00

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の緊急時のご相談は、電話で24時間受け付けています。



「ふじみがおか」 地域を考える会

(注釈) ケア24高井戸の担当地域は、高井戸西1・2・3丁目、上高井戸1・2丁目、高井戸東2丁目、宮前1・4丁目です。高井戸だけではないので、あえて町名には無い「ふじみがおか」を使っています。

令和7年度も、地域の活動団体・者、ボランティア、町会・自治会、民生委員、すまいる、介護事業所など、この地域に関わる様々な方々に集まって頂きました。今回は「居場所」をテーマとし、地域には実はこんな居場所がありますという情報共有や、こんな居場所があったらいいなという地域課題などについて話し合いをしました。

ケア24高井戸から7年度に行った地域づくりの取り組みと、8年度に計画している男性の居場所づくりについて報告した後、地域団体「上高井戸端」が行なっている、みんなの居場所〈はじっこ〉の取り組みを平田代表から紹介していただきました。上高井戸町会会館2階で毎月第2水曜午後3時から5時までの間、『本』、『夏休みの宿題』、『山のお話』、『折り紙でお雛様』などの様々なテーマで開催され、こどもから大人までみんなが気軽に立ち寄れる居場所になっています。



その後、杉並区社協から居場所づくりについて説明していただいた後にグループワークを行いました。現在、地域にある居場所として、ゆうゆう館や、区民センター、区営・都営住宅の集会所、老人クラブ、高井戸公園など、また行きつけの飲み屋というのも挙がりました。こんな居場所があったらいいというのは、多世代が交流できる場、気兼ねなく話ができる場、それが常設であつたらいいなどが上がり、具体的には地域食堂、育児や介護を抱えている人が気軽に話せる場、ゴミ拾い、空き家・空き店舗の活用もできたらいいなど多くの提案があり、また、いくつかのグループからは、これら地域の情報の伝達方法に工夫が必要という課題が指摘されていました。



また、告知コーナーとして、すまいる高井戸から自立支援事業や電話相談などの活動紹介があり、「電話も居場所」になっていることが分かりました。また、今後予定されているフードバンク活動の紹介もありました。地域食堂、ゴミ拾いなど一緒に何かやりたいという方がいらしたら、考えていきたいです。是非ケア24高井戸まで。

