

いくつになっても**元気**な暮らしを

介護予防をする

お口と食事の元気塾

- 期 日** 10月6日・13日の(火) (全2回)
- 時 間** 午後2時～4時
- 会 場** 東日暮里ふれあい館 1階洋室1・2
- 対 象** 区内在住・在勤で、おおむね65歳以上の方
- 定 員** 25人(申込順) **内 容** フレイル・オーラルフレイル予防
- 持ち物** 筆記用具、ハンカチ、飲み物
- 申込み** 9月11日(金)から来所・電話で、区役所2階高齢者福祉課介護予防事業係へ☎内線2666



支援を受ける

見守り支援員銭湯派遣事業

高齢者が安心して入浴ができるように、区内8か所の銭湯に週2回、見守り支援員を派遣しています。

- 開催場所** 下表のとおり
- 対 象** 区内在住の65歳以上で、次のすべてを満たす方
▶要支援2までの方
▶1人で入浴は可能だが、不安がある方
※1人で銭湯まで行くことが心配な方は、「担い手」(下記事参照)の送迎を利用できます
- 定 員** 各会場で、男女おおむね各5人
- 内 容** 入浴前の健康確認、健康づくりや生活に役立つ話、入浴時の見守り
- 費 用** 無料
※入浴料は自己負担
※高齢者入浴カード「ふるわり200」利用可能



申込み・問合せ 高齢者福祉課地域包括支援係 ☎内線2676

地域	銭湯	所在地	曜日	時間
南千住	草津湯	南千住7-26-2	(月)・(金)	午後2時～4時
荒川	野崎浴場	荒川2-59-2	(月)・(水)	午後3時～5時
	子宝湯	町屋3-9-7	(水)・(金)	
町屋	タイムリゾート	町屋4-4-1	(火)・(木)	午後3時～5時
	ニュー恵美須	東尾久4-17-9	(水)・(金)	
尾久	梅の湯	西尾久4-13-2	(月)・(金)	午後3時～5時
	雲翠泉	東日暮里3-16-4	(火)・(木)	
日暮里	齊藤湯	東日暮里6-59-2	(月)・(金)	午後3時～5時
			(火)・(木)	

認知症を学ぶ

9月21日はアルツハイマーデー

9月は世界アルツハイマー月間です。区では、認知症への理解を深めるための取り組みを行います。

- 荒川ケーブルテレビ「こんにちは荒川区」
▶認知症の予防…9月14日(月)～20日(日)
▶認知症とともに生きる地域づくり…9月21日(祝)～27日(日)
- ゆいの森あらかわ館内展示「『もしも』認知症が気になったら」
期 間 9月16日(水)～30日(水)
時 間 午前9時30分～午後8時30分
会 場 ゆいの森あらかわ1階エントランスホール

問合せ 高齢者福祉課介護予防事業係 ☎内線2666

認知症予防講演会「超高齢社会を生きるコツ」

- 日 時** 10月26日(月)午後2時30分～4時40分
- 会 場** ムーブ町屋3階ムーブホール
- 対 象** 区内在住・在勤の方
- 定 員** 50人(申込順) ※手話通訳あり
- 内 容** 慶應義塾大学医学部精神神経科チームによる荒川区の超高齢者研究報告
- 申込み** 9月11日(金)から来所・電話・ファクスで、講演名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号を、区役所2階高齢者福祉課介護予防事業係へ☎内線2669 FAX(3802)3123

認知症サポーター養成講座

受講した方に、目印となるオレンジリング(下写真)をお渡しします。

- 日 時** 10月1日(木)午後1時30分～3時
- 会 場** タヤけこやけふれあい館 4階レクホール
- 対 象** 区内在住・在勤・在学の方 **定 員** 20人(申込順)
- 内 容** 認知症の基礎知識・対応方法
- 申込み** 9月11日(金)から東日暮里地域包括支援センターへ☎(5615)3171 ▲オレンジリング



社会参加をする

荒川シルバー大学

さまざまな講座・講演会を通して、生涯学習活動や仲間づくりを積極的に進めています。

問合せ 荒川シルバー大学事務局 ☎(3801)5740

高年者クラブ

友愛・社会奉仕・健康増進事業活動等を行っています。区内には75クラブがあります。

問合せ NPO法人荒川区高年者クラブ連合会事務局 ☎(3805)5505

荒川区シルバー人材センター

働く意欲のある高齢者に能力を活かせる仕事を提供し、毎日の生活の充実と社会福祉の推進を図ることを目的とした、会員制の公益団体です。

問合せ 公益社団法人荒川区シルバー人材センター ☎(3810)1141

サポートをする

住民主体による介護予防活動支援

高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を継続できるよう、区では住民が主体となる介護予防活動を行う団体を募集・選定し、運営経費を補助する制度を開始します。詳細は、お問い合わせください。

- 団体要件** ▶構成人数は5人以上で、そのうち過半数が区民である
▶申請時に補助対象活動を6か月以上継続している実績がある
▶おおむね週1回以上の活動がある 等
- 対象活動** ▶通所…定期的な運動・食事等の活動の開催
▶訪問…自宅の掃除、洗濯、買い物、ごみ出し、見守りの声かけ等
- 補助金額** 2万円(月額) **募集開始** 9月11日(金)から

問合せ 高齢者福祉課地域包括支援係 ☎内線2676

高齢者の外出支援をする「担い手」の募集

高齢者が住み慣れた地域で在宅生活を継続できるよう、外出支援をする「担い手」を募集しています。「担い手」登録をした方は、研修等を受けた後、希望時間に合わせて活動を行います。

- 対 象** 18歳以上の方
- 支 援 対 象 者** 65歳以上の要支援2までの方
- 内 容** 区内8か所で開催している「見守り支援員銭湯派遣事業」(上記事参照)と、区内全域で開催している「ふれあい絆・活サロン」の送迎

