

町田第2高齢者 支援センター便り

恩田川

第30号

町田を元気にするトレーニング



発行元：町田第2高齢者支援センター
〒194-0032 町田市本町田2102-1
電話 042-729-0747
2018年10月吉日

次々と新しいグループが生まれています！

町トシは町田市のご当地体操。椅子に座ったままでもできます。



みんなでやるから続けられる！

みどいヶ丘会館

火曜・午前10時から
本町田2048-189

今井会館

*望ヶ丘自治会員が対象です
月曜・午前10時から
本町田3220番地

藤の台団地

3街区集会所

- ①水曜・午後2時から
 - ②水曜・午後3時から
- 金井町3133番地

2街区集会所

金曜・午前10時から
本町田3133-5

「うちの近所にも会を立ち上げたい」
という方はセンターまで是非ご相談ください！

弥生ヶ丘自治会館

水曜・午前10時から
本町田3549-24

開催 ルール

- ①週1~2回の開催
- ②新しい参加者を受け入れる
- ③場所・椅子などの備品の準備

*開催を希望する会には
⇒最初の3回は専門家による指導付き。
⇒町トシのDVDを会にお渡しします。

公社住宅本町田自治会館

金曜・午後2時から
本町田53公社住宅口-6前

本紙「恩田川」の地域活動紹介号を発行しました♪

本町田周辺における地域活動を掲載した冊子の2018年度版が完成いたしました！



掲載内容としては、

- ①上記の町トシのような運動・体操のグループや男性料理教室
コーラス、旅行、麻雀や手芸、英会話、水彩画
…など**介護予防**の活動。
- ②介護保険では賄えないようなちょっとしたお手伝いをしてもらえるシルバー人材センター等の団体や介護タクシー、宅食サービス…など**生活支援**の情報。

ご自身が楽しんだり、特技を生かせる場所が意外とご近所にあるかもしれません。冊子は支援センターにてお配りしておりますので、ぜひお手に取ってご覧になってみてください。

認知症サポーター養成講座を開催しました

8月3日(金) みんな楽しく♪オレンジング教室 本町田小学校サマースクールにて



本町田小のサマースクールにて、元気いっぱいの生徒さん24名と保護者の方々が集まってくださいました。当事者グループの認知症フレンドシップによる紙芝居や、車いすの操作、体験キットを身に着けるなど…高齢者の気持ちを学びました。「あんなに体が重く感じるんだ」「困っている人がいたら助けてい」という感想が聞かれました。



8月7日(火) 小中学校新任職員研修 町田市社会福祉協議会にて

町田市新任教員の皆様へ向けて認知症サポーター養成講座を開催しました。今後も認知症になっても安心して暮らせる地域を皆さんと一緒につくっていきけるように、さまざまな機会を通じて発信を行っていきます。



家族介護者交流会・教室のお知らせ

ご家族を介護されている方同士の情報交換や語り合いの場です。
たまには愚痴や悩んでいることを口にして、心を軽くしてみませんか。

湧和会場にて *介護を受けている方も一緒に参加できます。

◇家族介護者交流会

【日程】10/21(日)・12/16(日)

【時間】いずれも午前10時30分~12時

◇家族介護者教室 【日時】H31年2月17日(日) 午前10時~12時

藤の台団地北集会所にて

◇家族介護者交流会

【日程】11/13(火) 【時間】午前10時30分~12時



町田第2高齢者支援センターは 地域の高齢者の皆さまの総合相談窓口です

町田市委託事業

町田第2高齢者支援センター

☎ 042-729-0747

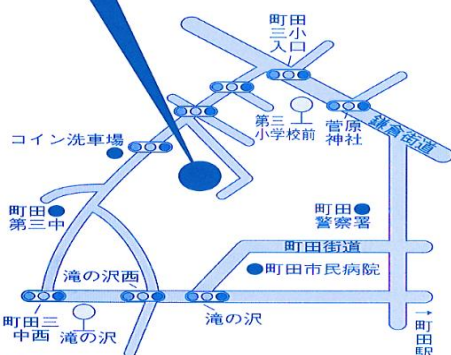
【所在地】本町田2102-1

【開所日】

月~土曜日(祝日、
年末年始12/29~1/3除く)

【時間】

午前8時30分~午後5時



本町田あんしん相談室

☎ 042-812-3396

【所在地】本町田3486

藤の台団地1-50-109

(藤の台ショッピングセンター内)