

12月1日から実施地区を拡大！

## ちょこっとささえあい事業 お手伝いできる人・利用者募集

☎ ちょこっとささえあいセンター (☎63-6055) ID 1017871

一ツ木・刈谷西部・小垣江地区で実施している、ちょこっとささえあい事業の実施地区を、12月1日から西境地区（西境町）、高津波地区（高津波町、高倉町、原崎町、矢場町、山池町、丸田町）、野田地区（野田町、松栄町、野田新町）に拡大します。

ちょこっとささえあい事業は、高齢者が抱える日常生活のちょっとした困り事を解決するため、事前に講座を受講したお手伝いできる人が自宅に訪問し、利用料300円（30分）でお手伝いする仕組みです。

### お手伝いできることの例

簡単な掃除、買い物、調理、ごみ出し、簡単な縫い物、電球・電池交換、話し相手、通院・買い物などの外出の付き添い、家具の移動・簡単な補修、花や植木の水やり、狭い範囲の草取り、簡単な剪定など

### ◆お手伝いできる人の登録

ちょこっとささえあい講座（60分）を受講し、講座終了後、お手伝いできる人として登録できます。身分証をお持ちの上、当日直接、会場へ。

|    | 西境地区                                      | 高津波地区                                    | 野田地区                                     | 定期開催                                                        |
|----|-------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 日時 | 12月10日(火) 10時<br>12日(木) 14時<br>18日(水) 19時 | 12月5日(金) 10時<br>13日(金) 14時<br>17日(火) 19時 | 12月3日(火) 10時<br>11日(水) 14時<br>20日(金) 19時 | 11月19日(火)、12月19日(木)、<br>1月18日(土)、2月19日(水) 10時<br>※3月以降も毎月開催 |
| 場所 | 西境市民館                                     | 高津波市民館                                   | 野田市民館                                    | 市民交流センター                                                    |

対 18歳以上

### ◆利用者登録

対 西境地区、一ツ木地区、高津波地区、刈谷西部地区、野田地区、小垣江地区在住で、次のいずれかに該当する人

▶65歳以上の要支援1～要介護5 ▶75歳以上

登録方法 電話でちょこっとささえあいセンターへ。電話受付後に自宅にセンターの職員が訪問し、登録手続と困り事の聞き取りを行います。

## 高齢者サロンに行ってみませんか？

☎ 長寿課 (☎62-1063) ID 1007921

地域住民が主体となり、介護予防の体操やレクリエーション、茶話会などの活動を行う交流の場で、地域の仲間づくり、生きがいづくり、健康づくりのための活動を行っています。長寿課やお住まいの地区の地域包括支援センターでは、あなたに合ったサロンを紹介しています。

### ◆介護予防活動を行った高齢者サロン団体に補助金を交付します 団体の登録要件

- ①市内に住所を有する65歳以上の人が5人以上参加している
- ②介護予防の活動（体操など）をしている
- ③月に1回以上（1時間以上）活動している
- ④継続して利用できる場所で活動している

### 補助金額

1年度につき上限36,000円 ※登録月により上限額が異なります。



## 高齢者家庭介護教室 ハートフルケアセミナー

☎ 長寿課 (☎62-1063) ID 1008132

時 12月4日(水) 10時～15時30分

内 ①高齢者のための依存症の理解と支援、②高齢者が薬・健康食品と上手に付き合うために

講 ①奥村恵一氏（精神保健福祉士）、②二口知広氏（薬剤師）

時 12月7日(土) 10時～15時

内 ①超高齢社会における住民の主体的地域活動の必要性と心構え、②超高齢社会の地域活動に生かすレクリエーション～仲間を繋ぐ仕掛けのあれこれ～

講 ①末岡紅美氏（介護支援専門員）、②鯖戸善弘氏（レクリエーション・コーディネーター）

### 【共通】

場 社会教育センター 定 30人（先着順）

申 11月1日(金)から15日(金)までに、氏名、住所、電話番号、年齢をQRまたは直接、長寿課へ。

