

# 令和4年度冬号 ケア24阿佐谷ニュース

発行：杉並区地域包括支援センター ケア24 阿佐谷：杉並区阿佐谷北 1-3-12 樺ビルディングB館1階

## 杉並区見守りサービスのご紹介

いつまでも自宅で暮らしたいけど、何かあったときはどうしよう・・・など、不安になるときはありますか？ 杉並区ではひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯に見守りの事業をおこなっています。詳細はケア24阿佐谷にお問い合わせください。

### 緊急通報システム

通報機、安心センサー、火災センサー、ペンダントを貸与、設置いたします。急変時に救急車（火災の場合は消防車）の要請をするとともに、現場派遣員が駆けつけ、救助をおこないます。

- \*「安心センサー」・・・赤外線センサーで、一定時間人の動きを感知しないと自動通報します。
- \*「火災センサー」・・・煙を感知すると自動通報します。

【対象者】 次のすべてに該当する方

- ① 65歳以上の高齢者のみの世帯の方
- ② 慢性疾患があるなど、常時注意を要する方（慢性疾患がなくても身体状況や生活状況から在宅生活に不安があり緊急時に適切な対応ができない可能性のある方も対象です。）
- ③ 固定電話あるいは携帯電話をお持ちの方

【利用料金】

所得に応じた費用負担があります。



### 安心コール

週1回の定期的な電話で安否確認をおこない、日常生活における健康不安などのご相談にも応じます。また、24時間365日、電話相談ができます。



【対象者】

65歳以上の高齢者のみの世帯で、固定電話か携帯電話をお持ちの方

### たすけあいネットワーク (地域の目)

地域のボランティア（あんしん協力員等）が、ゆるやかな見守りや声かけで65歳以上のシニアをサポートする事業です。日常生活での声掛けを希望する方は、ぜひご登録を！



## 家族介護教室

テーマ：わたしたちの人生会議  
～明日家族が倒れたら、延命処置を望みますか～

思わぬ病気やけがで入院したとき、医師からは、万が一に備えて延命処置について問われることがあります。今回は「延命処置の決断をきっかけにして、アドバンス・ケア・プランニング（人生会議）を考える」をテーマに、医療者がお話します。延命処置の決断を迫られる場面を知っていますか。急性期医療の最前線で働く医療職と一緒にアドバンス・ケア・プランニング（人生会議）について考えましょう。

日時：令和5年2月17日(金) 10:00～11:30

場所：阿佐谷地域区民センター 2階 第1・2・3集会室

住所：杉並区阿佐谷北 1-1-1 ※令和4年4月～移転しました

講師：河北総合病院 認知症看護認定看護師 八木 裕実子 氏  
精神看護専門看護師 松本 奈央 氏

定員：40名（申し込み順）

参加費：無料

対象：杉並区在住在勤の方

申し込み開始：令和5年2月1日（水）～

申し込み先：ケア24阿佐谷

☎ 03-3339-1588



ケア24阿佐谷は、高齢者の方の総合相談窓口です。

地域で暮らす高齢の皆さんの生活に関することや在宅介護について、総合的な相談・支援をいたします。「ちょっと聞きたい」「どこに連絡したらよいかわからない」お気軽にご相談ください。

<担当地区>

- ・阿佐谷北1～6丁目
- ・阿佐谷南2丁目
- ・本天沼1丁目
- ・下井草1丁目

<受付時間>

- ・月～金曜日 9:00～19:00
  - ・土曜日 9:00～13:00
- ☎ 03-3339-1588

(夜間・日祝・年末年始も電話での相談はお受けしています)



身近なささえあいの仕組みをつくる  
第二層協議体のご紹介



ぶどうの粒のように繋がりたい  
東原ぶどうの集い

地域を繋ぐ接着剤に 馬橋ボンド



人と人、街を融合する、あさきたシルクロード  
スマホ相談会 あなたもyou go!



メロンの網目のように地域をつなぐ  
天沼メロンカフェ

ふらりと出かけたくなる街をつくる  
ふらり阿佐谷



第二層協議体では、シニア生活に起こりがちな困りごとや心配なことなど情報を出し合い、お互いさまの気持ちで無理なく支えあえる仕組みづくりの話し合いを重ねています。ここで挙げられた声から、新しい活動が始まっています。  
協力者を募集中！ケア24 阿佐谷まで

第一層協議体

第二層協議体

全区に  
共通する  
課題を把握

情報共有

ケア24の担当圏域。  
シニア期に起こりがちな困りごと  
や気になることなど情報の共有。  
定期的な意見交換・話し合い

ちょっと立ち寄れる  
話ができる場が欲しい

スマホを教え合える  
場がほしい

声をかけあえる街に  
したい

園芸の仲間をつくり  
野菜栽培を通じた交流  
がほしい

無理なく支え合える  
仕組み・活動

町中に椅子がほしい

