

# ケア24 松ノ木ニュース

令和5年 新春号

表面：介護者交流会、介護者の会

中面：松ノ木ケアチーム  
スペース募集

裏面：松ノ木美術館



明けましておめでとうございます  
本年もよろしくお願いたします

## 家族介護教室「介護者交流会」

～自分の気持ち、話してほっと一息つきませんか～

介護中の方も、介護を終えた方も、これから介護がはじまる方も、それぞれが抱える悩みや不安などを話してみませんか。  
自分の気持ちを話すことで心が少し軽くなるかもしれません。

日時：令和5年2月14日（火）13：30～15：00

場所：産業商工会館 展示場（杉並区阿佐谷南3-2-19）

定員：20名

参加費：無料

お申込み・お問い合わせ：

ケア24 松ノ木 03-3318-8530

## 介護者の会に来てみませんか？

介護されているご家族同士だからこそ、分かり合えることがあります。  
日頃の思いを語り合い、介護のヒントと安心感を得られる場としてご活用ください。

介護者の会「こすもす秋桜」

開催日：毎月第4木曜日 13：30～15：30（出入り自由）

場所：阿佐谷南1丁目（申し込み時に詳しい場所をお伝えします）

参加費：200円



住み慣れたこの町で

一緒に楽しいことを考え、やってみませんか？

松ノ木ケアチームでは

「この町にこんなものがあったらいいな」

「こんな町になったらいいな」

「こんなものがあればまだまだ自分でこの町で暮らしていけるんだけどな」などなど

「この町で暮らしたい私」の思いを聞かせてもらいたいと思っています。

毎月第2金曜日の13:30～14:30

松ノ木町会集会所に来てみませんか？



「落ち葉を拾いながら歩こう会」の様子



みんなで楽しく  
集まれる場所が欲しい！！？



みんなで運動できる  
場所が欲しい！！



もの忘れがあっても  
集まれる、楽しめる場  
所が欲しい！！

- こんな要望にご協力いただける方。
- 地域のために場所をシェアしていただける方。

# 空きスペース 探しています

月に1, 2回程度、会社や施設、学校、一軒家の一室、  
庭先…空いているスペースを“有効活用できる方法”を  
一緒に考えてみませんか？  
まずは気軽にご相談ください！！

# 松ノ木美術館開催中



松ノ木ケアチーム  
Twitter を更新中。

ケア24松ノ木事務所内のスペースを活用して、松ノ木美術館を開催中。  
暖を取りに、ちょっと休憩に、気軽にお越しください。

## 展示予定

12月22日(木)～1月20日(金) 松ノ木中学校美術部  
1月23日(月)～2月25日(土) 水彩画 中山道69次 第2弾 下諏訪～馬籠  
2月27日(月)～3月25日(土) 水彩画 中山道69次 第3弾 中津川～三条大橋  
※4月以降も継続予定です。詳細決定次第、ケア24松ノ木事務所内、Twitterでお知らせします。



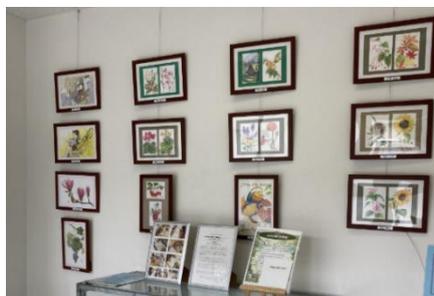
健康や仲間づくり、  
イベント情報等  
役に立つ情報があるよ



## これまでの作品



鉄道模型



大人の塗り絵



水彩画

場所：杉並区松ノ木 3-3-4

時間：平日 9:00～19:00 / 土曜日 9:00～13:00

費用：もちろん無料！

# 展示作品募集

立体作品もOK。個人でも団体  
でもOK。子供も大人もOK。



趣味で作った絵画や折り紙、刺繍や編み物などの手工芸品を展示しませんか。  
期間や展示方法について相談しましょう。お気軽にお問い合わせください。

編集・発行 杉並区地域包括支援センター ケア24 松ノ木  
〒166-0014 杉並区松ノ木 3-3-4  
Tel 03-3318-8530 Fax 03-3318-8533  
受付時間：月～金曜日 9:00～19:00  
土曜日 9:00～13:00  
※夜間、日曜日、祝日および年末年始も、  
電話でのご相談は24時間受け付けています。  
担当区域：阿佐谷南1丁目、成田東1・3・4丁目、  
松ノ木1～3丁目、大宮2丁目

