

ケア 24 和田だより



——担当地区 和田 1・2・3 丁目、 高円寺南 1・5 丁目——

杉並区地域包括支援センター「ケア 24」は杉並区が運営している地域に暮らす高齢者の総合相談窓口です。保健師や看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどが高齢者への総合的な相談、支援を行っています。相談は無料です。



【今年度開催した講座をご紹介します。】

【認知症サポーター養成講座】

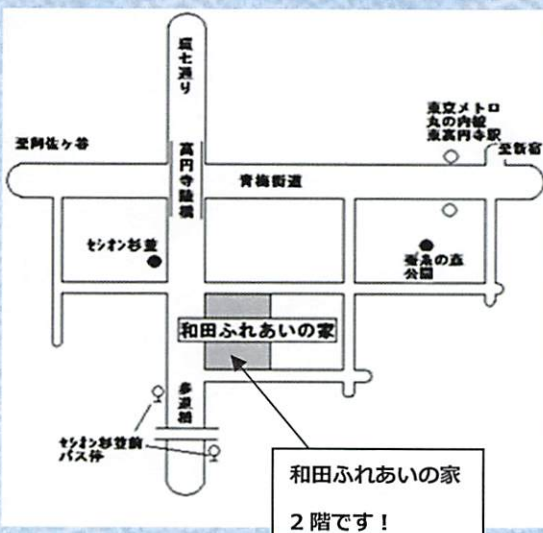


ケア 24 和田の担当エリアの杉並第十小学校で認知症サポーター養成講座を開催しました。児童の皆さんは真剣に受講してくれました。認知症は、誰でもなりうる可能性があります。地域で認知症への正しい理解が広まることで、認知症の方への誤解や偏見が無くなり、暮らしやすい地域となればと思います。

【高円寺南五丁目会館体操教室】



高円寺南五丁目会館で体操教室を実施しました。リハラボ訪問看護ステーションの理学療法士さんに、転びにくい体の使い方や歩き方のポイントを教えていただきました。今後も感染症対策に留意しながら3ヵ月ごとに実施予定です。



杉並区地域包括支援センターケア24和田

〒166-0012 杉並区和田3-52-4 2階

TEL : 03-5305-6024

FAX : 03-5305-6023

窓口受付時間 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 和田1・2・3丁目

高円寺南1・5丁目

ケア 24 和田ではこんな相談を受けています！

入院してしまい、
退院後の生活が不安。

介護保険



介護保険の手続き方法
が分からない。

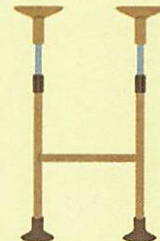
コロナ禍で外出を自粛していたら、ふらつきやすくなった。
自分に合った運動や交流の場、介護予防を知りたい。



なんだか最近物忘れが心配…病院
に行った方がいいのかわからない
けどどこかに相談したい。



転倒予防のために
手すりが欲しい。



布団での寝起きが大変になってきた。
介護用ベッドが必要かもしれない。



車いすをちょっとだけ
借りたい。

家族の介護のことで相談したい！



一人で暮らしている高齢者
が心配。どんな見守りや
サービスが使えるの？

(杉並区地域包括支援センター)

ケア 24 和田 ☎ 03-5305-6024